

# Senioravisen Juni 2026



**Ældrecentret Nygårds Plads 30-32, 2605 Brøndby**

Vi var nogle beboere, der trænede op til vi skulle løbe Royal Side Run.  
Vi fik pulsen op, og fik styr på ruten rundt i haven.  
Rikke skubbede flere beboere rundt, og fik også selv pulsen op.

Hilsen beboerne på afdeling 3



---

Onsdag d. 22. april var Dennis og Louise forbi og underholdte med grand prix sange fra 60'erne og frem.

Citat fra beboerne på afdeling 3:

”Fantastisk musik. De synger så smukt og deres energi er fantastisk. Vi nyder meget når Dennis også synger, han har en meget smuk stemme. Vi glæder os til at de kommer tilbage igen”

Stort tak, fra beboerne på afdeling 3



Når solen skinner og vejret så småt viser tegn på sommerens varme, så benyttes chancen til at komme udenfor. Mandeholdet trænedes udenfor i det skønne vejr! Der blev spillet Petanque og Kongespil. – Vinderholdet vandt en drinksbillet til fredagsbaren.



## Faste aktiviteter – juni 2026 (Se skærm/elevator for andre aktiviteter)

Mandag den 1.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 1
Mandag den 1.	NADA	13.15 - 14.00	Afd. 2
Mandag den 1.	Sang med Peter Michael	11.00 - 11.45	Afd. 2
Mandag den 1.	Bevægelse v. Bizhan & Sara	13.00 - 13.45	Afd. 3, 2.sal
Mandag den 1.	Sang med Peter Michael	13.15 - 14.00	Afd. 1
Tirsdag den 2.	Besøg af Sydame Annette	10.30 - 12.00	Afd. 1
Tirsdag den 2.	Bevægelse v. Malene	10.30 - 11.15	Afd. 1, 2. sal
Tirsdag den 2.	Bevægelse v. Lillian	10.30 - 11.15	Afd. 1, 1. sal
Tirsdag den 2.	Bevægelse	10.30 - 11.15	Afd. 2, 3. sal
Onsdag den 3.	Sang med Kristian + dagplejebørn	09.45 - 11.30	Café Nygård
Onsdag den 3.	Bevægelse v. Leif	11.00 - 11.30	Afd. 3, 3. sal
Torsdag den 4.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 3
Torsdag den 4.	Mandehold	10.30 - 11.30	Glasgangen
Torsdag den 4.	Bevægelse v. Merete	10.30 - 11.15	Afd. 1, 2. sal
Torsdag den 4.	Bevægelse v. Shiva & Felicia	10.30 - 11.15	Afd. 2, 4. sal
Fredag den 5.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 1 og 2
Mandag den 8.	Bevægelse v. Bizhan & Sara	13.00 - 13.45	Afd. 3, 2.sal
Mandag den 8.	Sang med Peter Michael	11.00 - 11.45	Afd. 3
Mandag den 8.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 1
Mandag den 8.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 2
Tirsdag den 9.	Banko	10.00 - 11.30	Café Nygård
Tirsdag den 9.	Bevægelse v. Malene	10.30 - 11.15	Afd. 1, 2. sal
Tirsdag den 9.	Bevægelse	10.30 - 11.15	Afd. 2, 3. sal
Tirsdag den 9.	NADA	10:30 - 11.30	Afd. 3
Onsdag den 10.	Bevægelse v. Leif	11.00 - 11.30	Afd. 3, 3. sal
Onsdag den 10.	Sang med Kristian	10.30 - 11.30	Café Nygård
Torsdag den 11.	NADA	10:30 - 11.30	Afd. 3
Torsdag den 11.	Bevægelse v. Merete	10.30 - 11.15	Afd. 1, 2. sal
Torsdag den 11.	Bevægelse v. Shiva & Felicia	10.30 - 11.15	Afd. 2, 4. sal
Torsdag d. 12.	Gåtur med de frivillige	13.30 – 14.30	Hovedindgangen
Fredag den 12.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 1 og 2
Fredag den 12.	Fredagsbar	13.15 - 14.30	Stueetage
Mandag den 15.	Sang med Peter Michael	11.00 - 11.45	Afd. 2
Mandag den 15.	Bevægelse v. Bizhan & Sara	13.00 - 13.45	Afd. 3, 2.sal
Mandag den 15.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 1
Mandag den 15.	NADA	13.15 - 14.15	Afd. 2
Mandag den 15.	Sang med Peter Michael	13.15 - 14.00	Afd. 1
Tirsdag den 16.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 3
Tirsdag den 16.	Kirken på besøg (afd. 3)	10.30 - 11.30	Lokale 3
Tirsdag den 16.	Bevægelse v. Malene	10.30 - 11.15	Afd. 1, 2. sal
Tirsdag den 16.	Bevægelse v. Lillian	10.30 - 11.15	Afd. 1, 1. sal
Tirsdag den 16.	Bevægelse	10.30 - 11.15	Afd. 2, 3. sal
Onsdag den 17.	Bevægelse v. Leif	11.00 - 11.30	Afd. 3, 3. sal
Torsdag den 18.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 3
Torsdag den 18.	Bevægelse v. Shiva & Felicia	10.30 - 11.15	Afd. 2, 4. sal
Torsdag den 18.	Bevægelse v. Merete	10.30 - 11.15	Afd. 1, 2. sal

Torsdag den 18.	Mandehold	10.30 - 11.30	Glasgangen
Torsdag d. 18.	Gåtur med de frivillige	13.30 – 14.30	Hovedindgangen
Fredag den 19.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 1 og 2
Mandag den 22.	Bevægelse v. Bizhan & Sara	13.00 - 13.45	Afd. 3, 2.sal
Mandag den 22.	Sang med Peter Michael	11.00 - 11.45	Afd. 3
Mandag den 22.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 1
Mandag den 22.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 2
Tirsdag den 23.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 3
Tirsdag den 23.	Kirken på besøg	10.30 - 11.30	Afd. 2
Tirsdag den 23.	Bevægelse v. Malene	10.30 - 11.15	Afd. 1, 2. sal
Tirsdag den 23.	Bevægelse v. Lillian	10.30 - 11.15	Afd. 1, 1. sal
Tirsdag den 23.	Bevægelse	10.30 - 11.15	Afd. 2, 3. sal
Tirsdag den 23.	Kirken på besøg	13.30 - 14.30	Afd. 1
Tirsdag den 23.	Sankt Hans	18.00	På afdelingerne
Onsdag den 24.	Bevægelse v. Leif	11.00 - 11.30	Afd. 3, 3. sal
Torsdag den 25.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 3
Torsdag den 25.	Bevægelse v. Merete	10.30 - 11.15	Afd. 1, 2. sal
Torsdag den 25.	Bevægelse v. Shiva & Felicia	10.30 - 11.15	Afd. 2, 4. sal
Torsdag den 25.	Mandehold	10.30 - 11.30	Glasgangen
Torsdag d. 25.	Gåtur med de frivillige	13.30 – 14.30	Hovedindgangen
Fredag den 26.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 1 og 2
Fredag den 26.	Fredagsbar	13.15 - 14.30	Stueetage
Mandag den 29.	Sang med Peter Michael	11.00 - 11.45	Afd. 2
Mandag den 29.	Bevægelse v. Bizhan & Sara	13.00 - 13.45	Afd. 3, 2.sal
Mandag den 29.	NADA	10.30 - 11.30	Afd. 1
Mandag den 29.	NADA	13.15 - 14.15	Afd. 2
Mandag den 29.	Sang med Peter Michael	13.15 - 14.00	Afd. 1
Tirsdag den 30.	Bevægelse v. Malene	10.30 - 11.15	Afd. 1, 2. sal
Tirsdag den 30.	Bevægelse v. Lillian	10.30 - 11.15	Afd. 1, 1. sal
Tirsdag den 30.	Bevægelse	10.30 - 11.15	Afd. 2, 3. sal
Tirsdag den 30.	NADA	10:30 - 11.30	Afd. 3



Søndag d. 10. maj havde beboerne på afdeling 2 virkelig stor glæde af, at der blev afholdt biograf med frivillige på 4. sal.

Der blev hygget med popcorn og god film. Der er absolut et ønske om gentagelse.

# Menuplan fo

1. Hvidkålsrouletter, skysauce, kartofler, rødbede
2. Fiskefrikadeller, tartarsauce, ovnkartofler, citron
3. Kogt kylling, aspargessauce, kartofler, ærter
4. Grøntsagsbolognese, pasta, revet parmesanost
5. Farsskinke, stv. spidkål, kartofler, rødbedeterm
6. Bankekød, løgsauce, kartofler, agurkesalat
7. Braiseret svinebryst, skysauce, ovnkartofler, rabarberkompot
8. Kalkunschnitzel, svampesauce, kartofler, majs
9. **Ønskemenu 80 års fødselsdag**  
Brændende kærlighed, løg, bacontern, rødbede
10. Hovmesterens fiskeret, hvidvinssauce, kartofler, citron
11. Italiensk farsbrød, pikantsauce, kartofler, tomatsalat
12. Koteletter i fad, tomatsauce, ris, surt
13. Stegt kylling, paprikasauce, kartofler, ærter
14. Ribbensteg, skysauce, kartofler, agurkesalat
15. Karbonader, smørsauce, kartofler, ærter
16. Dild-deller, krydderdressing, stegte kartofler, tomatsalat
17. Stegt fisk, kold remouladesauce, kartofler, citron
18. Kalkun cordon bleu, kartofler, coleslaw
19. Gryderet a la espagnole, kartofler, surt
20. Hønsfrikassé, kartofler, persilledrys
21. Skinke, aspargessauce, kartofler, carotter
22. Kødsauce, pasta, surt
23. St. revelsben, pølser, kold kartoffelsalat, blandet salat, dressi
24. Knuste hjerter (kalv) i flødesauce, kartofler, rødbederåkost
25. Vegetarisk paprikagryde, kuvertbrød, bagte gulerødder
26. Sommergryde, persillekartofler, surt
27. Sydhavskylling, ris, spidskålssalat
28. Nakkesteg, skysauce, kartofler, agurkesalat
29. Krebinetter, stv. ærter og gulerødder, kartofler
30. Røget makrel, persillesauce, kartofler



# r juni 2026

Pandekager, stikkelsbærkompot

Fløderand, hindbærsauce

Jordbærgrød, mælk/fløde

Rabarbercrumble, creme fraiche

Ærtesuppe, bacontern

Appelsinfromage, flødeskum

Nougatis, vafler

Kold blåbærsuppe, flødeskum

Frugtsalat, råcreme

Hønsesalat m. pynt, brød

Koldskål, kammerjunkere

Fiskeanretning med ørred, pynt, dressing

Vaniljebudding, kirsebærsauce

Pære Belle Helene

Henkogte ferskner, makronfløde

Pandekager, rabarberkompot

Chokolademousse, flødeskum

Æblegrød, mælk/fløde

Porresuppe, bacontern

Ymerfromage, jordbærsauce

Chokoladeis, vafler

Koldskål, ferskentern

Jordbær/rabarberkage, flødeskum, Skt. Hans

Syltede blommer, makronfløde

Rødgrød, mælk/fløde

Tunmousse m. pynt, dressing, brød

Rabarbertrifli, flødeskum

Vaniljeis, chokoladesauce

Frugtcocktail, råcreme

Skyrdessert, kirsebærsauce

# Marianne har ordet



Forsommeren er vel nok årets smukkeste og rareste årstid, fyldt med forventninger, med længere dage og varmere temperaturer.

Jeg vil her opfordre jer beboere, til at gå en tur i haven og se på de mange flotte blomster, eller blot nyde haven og vejret.

Hvis der regner eller der er meget blæst, kan I sidde i drivhuset i baggården, og nyde udsigten og blomsterne.

Igen i år har kong Frederik inviteret til **Royal Run**. Dette foregik som vanligt i pinsen i 5 store byer rundt i landet. Det blev afholdt i byerne Ringkøbing, Randers, Middelfart, Helsingør, og København.

Her på Nygårds Plads har vi ligeledes en tradition for at afholde et **Royal Run for jer beboere**. Dette blev afholdt onsdag den 27. maj, hvor mange af jer beboere deltog. Den tidligere borgmester Kent Magelund kom forbi og hjalp til sammen med centrets frivillige hjælpere.

I denne måned fejres **Sankthansaften**. Midsommerens arrangement bliver på centret afholdt tirsdag **den 23. juni kl. 18.00 på afdelingerne**, som vanligt. **Når klokken er 20.00 tændes Sankthansbålet i haven** af en ansat og hendes familie.

Sankthansaften er i Danmark, gennem tiderne blevet betragtet som en midsommeraften og derfor som den korteste nat på hele året. Sankt Hans eller midsommer har uden tvivl været den vigtigste af midsommerens fester i Norden med spil, dans, mad og drikke. Ligesom juleaften er Sankthansaften et levn fra forhistoriske tider og skikke, hvor årets korteste dag, **vintersolhverv**, og årets længste dag, **sommersolhverv**, blev fejret. Ifølge folkesagnet var denne aften og nat ladet med en særlig kraft. Man mente, at lægeurter indsamlet Sankt Hans nat var mere kraftfulde, ligesom duggen på græsset i sig selv havde en helbredende virkning. Det samme havde også vandet i helligkilderne, hvorfor syge valfartede til dem denne aften og nat.

Med venlig hilsen og sommerhilsner fra



## Kirke-komsammen holder ferie i juli og august måned.

Så vi starter op igen i september.

Vi glæder os allerede.

Rigtig god ferie til Nygårds Kirken



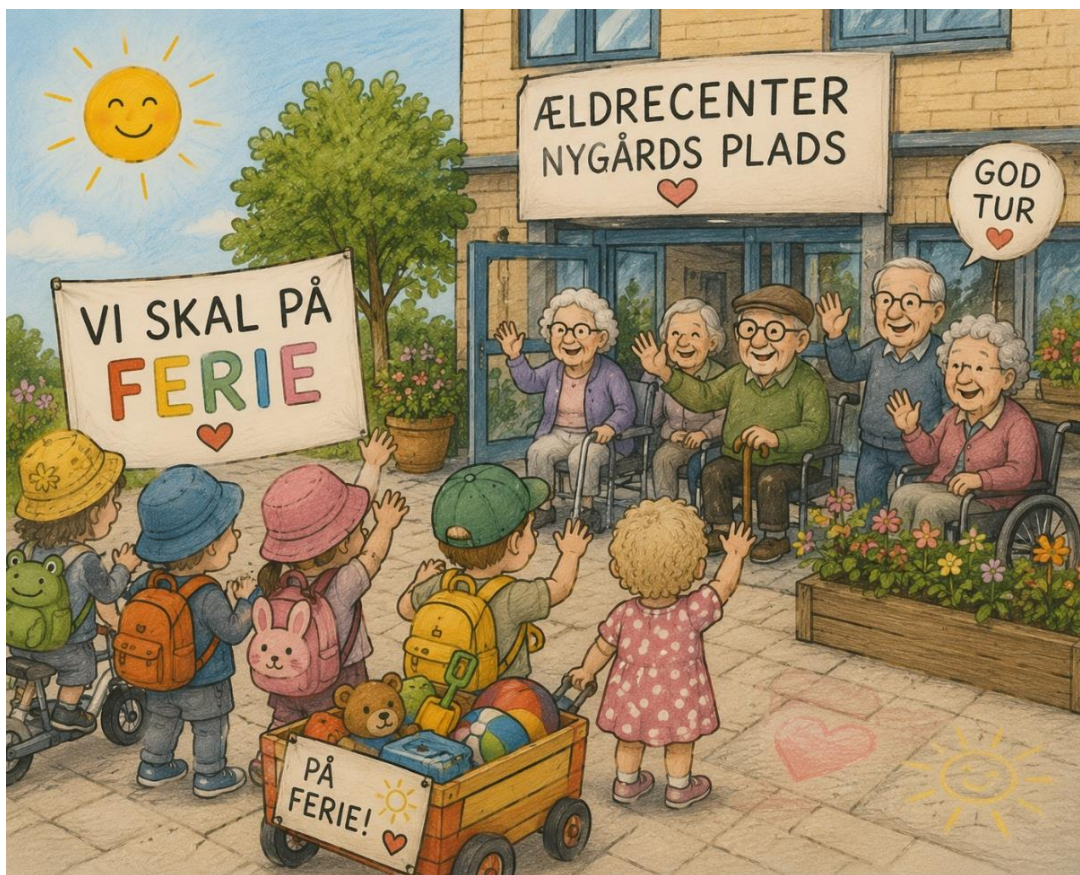
Afdeling 1 var ude og nyde det fine forårs/sommer vejr med en lille gåtur i haven



**Dagplejerne og deres små kære børn kommer den 3. juni kl. 10.00.**

De holder ferie i juli og august måned.

Vi ønsker dem en dejlig ferie, og på gensyn i september.



---

HUSK at Anette, vores sydame, kommer og hjælper med at fixe tøj jeres tøj...  
– lægge op, lægge ud, sy ind og andet.

- Tirsdag d. 2. juni på afdeling 1
- Juli måned på afdeling 2
- og august måned på afdeling 3

Nærmere datoer for afdeling 2 og 3 kommer.

Find det hullet tøj frem, og sammen med Anette få nyt liv i kludene.



Torsdag d. 30. april havde vi en kæmpe fest, da Shubi-Larsen kom og underholdte med Gasolin og Kim Larsen numre.

Vi sang af vores lungers fulde kraft, og danseskoene blev luftet. Det var et dejligt gensyn med sange, der har været en del af de flestes liv.

Med venlig hilsen  
Beboerne på afdeling 2



---

### Så er det tid til banko.

Tirsdag d. 9. juni kl. 10.15 i caféen.

Kom ned og se om heldet er med dig, og lad os få en hyggelig formiddag sammen.

På gensyn.



---

I juni måned holder vi fredagsbar i stueetagen:

- D. 12. juni
- D. 26. juni

Vi starter vores hyggelige eftermiddag kl. 13.15.

Kom ned og vær' med, og ønsk hinanden god weekend.



## Spisevenner på afdelingerne

Nu er vi efterhånden ved at have gode og fantastiske, frivillige spisevenner på alle afdelingerne.

Beboerne fortæller, at det er så hyggeligt med samvær under måltidet, og flere faktisk nyder måltiderne mere, i selskab med spisevennerne.

De skaber god stemning på etagerne og altid rart med besøg udefra til frokost.

Vi er altid interesseret i at rekrutterer nye spisevenner til huset.

Kunne det måske være noget for dig, så kig ned i stueetagen og få en snak med enten Connie eller Rikke. Du er også velkommen til at ringe på 30572077.

Hilsen os i Aktiviteten



---

## Gåtur med de frivillige

Se her alle jer aktive beboere – torsdag d. 12. juni starter de frivillige igen med at gå ture. Har du lyst til at gå med, så mød op nede foran hovedindgangen hver torsdag. Vi går præcis kl. 13.30.

Du kan også komme med, hvis du sidder i kørestol.

Vi glæder os til nogle gode ture, med dejligt selskab og hyggelige snakke.

