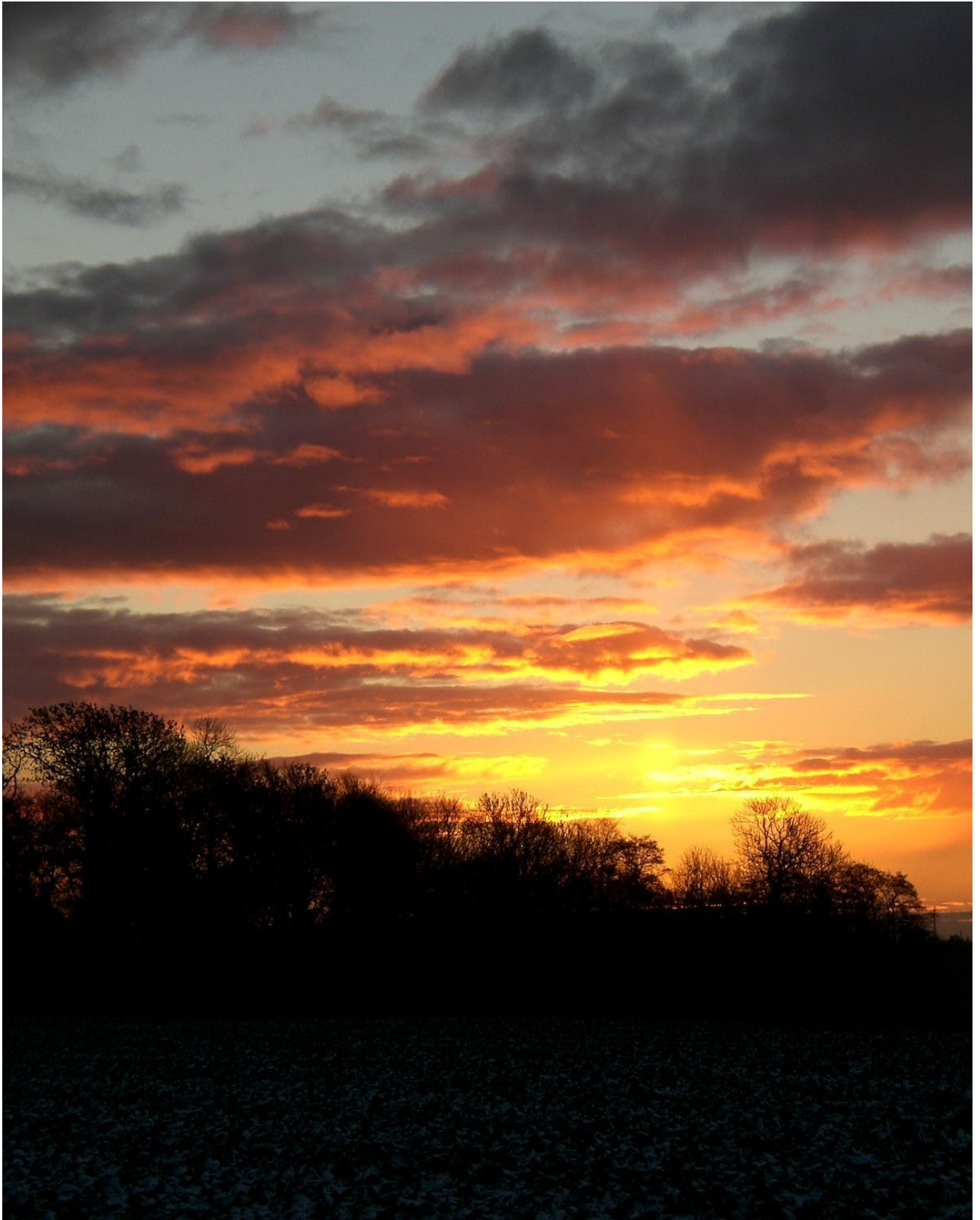


Senioravisen Marts 2025



Ældrecentret Nygårds Plads 30-32, 2605 Brøndby

Marianne har ordet



Kære Beboere

Marts måned begynder med en **fødselsdag!** Ældrecentret Nygårds Plads fylder **37 år**. En fødselsdag skal selvfølgelig fejres, det er altid noget særligt! Fødselsdagen bliver godt nok i år ikke fejret på selve dagen, men fejres **mandag den 3. marts**, hvor vi starter med fødselsdagsmorgenbord i alle afdelingerne! Senere på dagen skal der nydes fødselsdagsslagkage.

Et stort hurra for centret! 🇩🇰🇩🇰

Tillykke med fødselsdagen! 🇩🇰🇩🇰

På centret arbejder vi fortsat med faglige emner. Vi arbejder med forskellige **kvalitetsprojekter**, hvor formålet er at forbedre og sikre vores interne arbejdsgange, så vi kan handle optimalt, med fokus på den forebyggende vinkel. Vi vil gerne undgå fejl, så der ikke opstår fx sår, medicinfløj og fald hos jer beboere. I foråret skal vi i gang med tilretningen af arbejdsgange omkring infektioner, så dette i det omfang det er muligt undgås. Vi vil sammen med andre områder i kommunen gerne videre udvikle de redskaber, der kan forebygge infektioner, så I beboere, slipper for unødige indlæggelser og behandling.

Månedens oversigt for aktiviteter og underholdning kan løbende ses her i Senioravisen eller i elevatorerne. Over årene er flere af de fælles aktiviteter flyttet til de enkelte afdelingerne. NADA samt "Bevægelse og musik" eksempelvis, da oplevelsen er, at flere af jer beboere, på denne måde får glæde af tilbuddene. Så hold øje med oversigten og kom ud af jeres boliger og vær med!

Traditionen tro afholdes der en **fælles påskefrokost onsdag den 9. april**. Så sæt et stort kryds i kalenderen. Vi mødes på afdelingerne og sammen nyder vi en god frokost, krydret med sange og hinandens gode selskab.

Der har desværre været nogle tilfælde med det som kaldes **tricktyveri** på kommunens plejehjem. Her bliver en beboer kontaktet pr. telefon af en "bankmand", der fortæller, at beboerens bankkonto er ved at blive tømt. Beboeren blev bedt om at komme ud til centrets hoveddør og aflevere kort og kode. Hvis dette skulle ske for en af jer beboere, så afslut samtalen og kontakt enten dine pårørende eller personalet, som vil hjælpe dig.

*Foråret er på vej og derfor får I lige et af mine
yndlingsdigte fra Benny Andersen,
"Samlede digte 1960-2001"*

"Lige før forår"

*Der står i den frysende morgen
en tone der snart vil tø
Om lidt er stilheden moden
og åbner sig som et frø.*

*I denne luft er der farver
dit øje ikke kan se.
De venter som dybder i rummet
over den blinde sne.*

*Stille. Vent med at tale.
Sæt ikke noget i gang.
En dråbe stilhed mere
og luften er fuld af sang.*

*Mange forårshilsner
Marianne Strømsted
centerleder*



Fredag d. 31. januar var borgmester Maja Højgaard med i vores Fredagsbar. Hun sablede champagne, og vi ønskede alle hinanden Godt Nytår.



Blomsterne kommer

Vi er så heldige, at nogen forårsblomster, kan klare sig ved lavere temperature. Vi skal derfor holde øje med disse blomster, der kommer i løbet af marts. Det gælder bl.a. disse løgvækster:



Derudover kommer der disse blomster:



Hvilke af blomsterne kan du huske navnene på?
Find listen af navne på en anden side i avisen.

Dejlig rockmusik og meget søde mænd i Rocking Rollator band. Vi glæder os allerede til at de kommer igen. Vi fik danset og rørt alle muskler i kroppen. Tak for en god formiddag.

Hilsen Tove, Jytte og Hanne
på afdeling 3, 2. sal



Har du lyst til at følge lidt med på de sociale medier?

Så følg os meget gerne på:

Instagram – [nygardsplads](#)

Hjemmeside – <https://nygardsplads.brondby.dk>



Indkøbstur

Onsdage i lige uger, har du mulighed for, at tage på indkøb med vores frivillige.

De vil ledsage dig til vores butikker i nærmiljøet.

Det er også en mulighed, at give dem en indkøbsseddel og penge med, så de kan handle for dig. Men de vil helst have du tager med, og får en hyggelig tur.



Tirsdag den 11. marts er der banko i cafeen.

Kl. 10.15 starter vi med salg af plader og kl. 10.30 går spillet i gang.

1 plade koster 10,- kr.

Vi håber på at se en masse af jer. Kom ned og lad os sammen få en hyggelig formiddag.

Hilsen Mia, Connie og Rikke

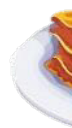
ENDELIG....

Vi har nu fået lavet en aftale med et nyt firma. Så nu varer det forhåbentlig ikke så længe inden vi igen kan bruge skærmene igen.



Menuplan for m

Lørdag	1.	Millionbøf, kartoffelmos, appetitagrurker
Søndag	2.	Ribbensteg, skysovs, kartofler, rødkål
Mandag	3.	Husets fødselsdag
Tirsdag	4.	Vegetarisk karrygryde, kartoffelmos, bagte rødbeder
Onsdag	5.	Brunkål m. magert flæsk og nakkefilet, kartofler, se
Torsdag	6.	Stegt fisk, persillesauce, kartofler, citron, gulerodsr
Fredag	7.	Græsk farsbrød, pikantsauce, stegte kartofler, tzatzil
Lørdag	8.	Sprængt kalkuncuvette, paprikasauce, ovnkartofler,
Søndag	9.	Nygårdsgryde, ris, surt
Mandag	10.	Krebinet m. grønerter & gulerødder, kartofler, persi
Tirsdag	11.	Stegt flæsk/paneret flæsk m. persillesauce, kartofler
Onsdag	12.	Butterchicken m. ris & brød
Torsdag	13.	St. fisk, hollandaisesauce, kart., broccoli
Fredag	14.	Grønsagsglasagne m. spinat, kuvertbrød
Lørdag	15.	Flødegullasch, kartoffelmos, smørdampede ærter
Søndag	16.	Procencekrydret skinke, flødekartofler, blandet salat
Mandag	17.	Boller i karry, ris, spidskålssalat
Tirsdag	18.	Stegt lever, bløde løg, skysauce, kartofler, sylt. agur
Onsdag	19.	Dampet fisk m. sennepssauce, kart., hk. æg, hk. rød
Torsdag	20.	Gartnerens bolognaise, rodfrugte/kartoffelmos, rød
Fredag	21.	Forloren hare, skysauce, kartofler, gelé, broccolisala
Lørdag	22.	Kylling i karry m. ris og spidskålssalat med æbler
Søndag	23.	St.nakkefilet/æbler og svesker, skysauce, kart., rødk
Mandag	24.	Wienerpølser, varm kartoffelsalat, sennep, ketchup
Tirsdag	25.	Lasagne m. bld. salat og flute m. smør
Onsdag	26.	St. fisk, dildsauce, kartofler, råkost
Torsdag	27.	Kartoffelfrikadeller, kold kryddersauce, stegte rodfr
Fredag	28.	Nakkesteg, skysauce, kartofler, rødkålssalat
Lørdag	29.	Kotelet m. champignonsauce, kartoffelbåde, dampe
Søndag	30.	St. kylling, skysauce, kogt kartoffel, agurkesalat
Mandag	31.	Boller i selleri, kartofler, spidskålssalat





Mokkafromage med flødeskum
Vaniljeis m. jordbærsauce

r/creme fraiche

Skovbærgrød m. mælk/fløde

nnep

Pandekager med syltetøj

åkost

Aspargessuppe m. kødboller, kuvertbrød

ki

Key lime pie (citrontærte)

ærter

Alliancegrød m. fløde

Is med vafler

ille

Blommegrød m. mælk/fløde

, gulerødder

Hybensuppe m. flødeskum



Bagt æble m. flødeskum

Gulerodssuppe m. brød

Banoffee pie m. flødeskum

Citronfromage m. flødeskum

Syltede blommer med råcreme

Hyldebærsuppe med æble, tvebak

ker, salat

Jordbærgrød m. fløde

beder

Kartoffel-porresuppe med bacon

beder

Chokoladebudding m. flødeskum

at

Tunmoussé m. flute

Hindbærmousse m. flødeskum

ål, fr. kartofler

Is m. vafler



Krydret tomatsuppe m. brød

Æblegrød m. mælk/fløde

ugter

Henk. pære og blommer m. flødeskum

Sherryfromage

Pandekager med syltetøj

de grønsager

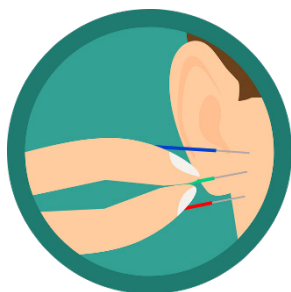
Mandelbudding m. kirsebærsauce

Chokolademouse m. flødeskum

Rabarber/jordbærgrød m. fløde

Fælles aktiviteter på Ældrecentret Nygårds Plads – marts 2025			
Mandag den 3.	Fejring af husets fødselsdag 37 år	08.00 - 10.30	På afdelingerne
Mandag den 3.	Bevægelse v. Jannie	10.15 - 10.45	Afd. 2, 4. sal
Mandag den 3.	Sang med Peter Michael	11.00 - 11.45	Afdeling 2
Mandag den 3.	Bevægelse v. Bizhan og Leif	11.00 - 11.30	Afd. 3, 2.sal
Mandag den 3.	Bevægelse v. Ezgi	12:00 - 12.30	Afd. 2, 3. sal
Mandag den 3.	Sang med Peter Michael	13.15 - 14.00	Afdeling 1
Mandag den 3.	NADA	10.30 - 12.00	Afd. 1 og 2
Tirsdag den 4.	NADA	10.30 – 12.00	Afd. 3
Tirsdag den 4.	Bevægelse v. Malene	10.30 - 11.15	Afd. 1, 2. sal
Tirsdag den 4.	Bevægelse v. Lillian	10.30 - 11.15	Afd. 1, 1. sal
Onsdag den 5.	Dagplejebørn	10.00 - 10.30	Glasgangen
Onsdag den 5.	Sang med Kristian	10.30 - 11.30	Café Nygård
Onsdag den 5.	Bevægelse med Nanna	11.00 - 11.30	Afd. 3, 2. sal
Onsdag den 5.	Indkøbstur med støtterne	13.30-14.30	Hovedindgang
Torsdag den 6.	Mandehold	10.30 - 11.30	Glasgangen
Torsdag den 6.	Bevægelse v. Merete	12.00-12.45	Afd. 1
Torsdag den 6.	NADA	10.30 – 12.00	Afd. 2 og 3
Torsdag den 6.	Ballerina		På afdelingerne
Fredag den 7.	NADA	10.30 - 12.00	Afd. 1
Fredag den 7.	Bevægelse v.Ezgi	12:00 - 12.30	Afd. 2, 3. sal
Mandag den 10.	Bevægelse v. Jannie	10.15 - 10.45	Afd. 2, 4. sal
Mandag den 10.	NADA	10.30 - 12.00	Afd. 1 og 2
Mandag den 10.	Bevægelse v. Bizhan og Leif	11.00 - 11.30	Afd. 3, 2.sal
Mandag den 10.	Bevægelse v.Ezgi	12:00 - 12.30	Afd. 2, 3. sal
Tirsdag den 11.	NADA	10.30 – 12.00	Afd. 3
Tirsdag den 11.	Banko	10.00 - 12.15	Café Nygård
Tirsdag den 11.	Bevægelse v. Malene	10.30 - 11.15	Afd. 1, 2. sal
Tirsdag den 11.	Bevægelse v. Lillian	10.30 - 11.15	Afd. 1, 1. sal
Onsdag den 12.	Sang med Kristian	10.30 - 11.30	Café Nygård
Onsdag den 12.	Bevægelse med Nanna	11.00 - 11.30	Afd. 3, 2. sal
Torsdag den 13.	NADA	10.30 – 12.00	Afd. 2 og 3
Torsdag den 13.	Mandehold	10.30 - 11.30	Glasgangen
Torsdag den 13.	Bevægelse v. Merete	12.00-12.45	Afd. 1
Fredag den 14.	NADA	10.30 - 12.00	Afd. 1
Fredag den 14.	Bevægelse v. Ezgi	12:00 - 12.30	Afd. 2, 3. sal
Fredag den 14.	Fredagsbar	13.15 - 14.30	Stueetagen
Mandag den 17.	NADA	10.30 - 12.00	Afd. 1 og 2
Mandag den 17.	Sang med Peter Michael	11.00 - 11.45	Afdeling 2
Mandag den 17.	Bevægelse v. Jannie	10.15 - 10.45	Afd. 2, 4. sal
Mandag den 17.	Bevægelse v. Bizhan og Leif	11.00 - 11.30	Afd. 3, 2.sal
Mandag den 17.	Bevægelse v. Ezgi	12:00 - 12.30	Afd. 2, 3. sal
Mandag den 17.	Sang med Peter Michael	13.15 - 14.00	Afdeling 1
Tirsdag den 18.	NADA	10.30 – 12.00	Afd. 3
Tirsdag den 18.	Bevægelse v. Malene	10.30 - 11.15	Afd. 1, 2. sal

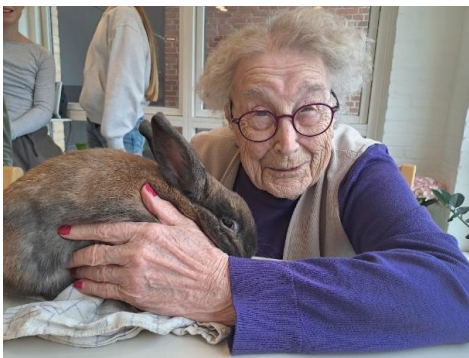
Tirsdag den 18.	Bevægelse v. Lillian	10.30 - 11.15	Afd. 1, 1. sal
Tirsdag den 18.	Kirken på besøg (afd 3)	10.30 – 11.30	Lokale 3
Onsdag den 19.	Sang med Kristian	10.30 - 11.30	Café Nygård
Onsdag den 19.	Bevægelse med Nanna	11.00 - 11.30	Afd. 3, 2. sal
Onsdag den 19.	Indkøbstur med støtterne	13.30-14.30	Hovedindgang
Torsdag den 20.	NADA	10.30 – 12.00	Afd. 2 og 3
Torsdag den 20.	Mandehold	10.30 - 11.30	Glasgangen
Torsdag den 20.	Bevægelse v. Merete	12.00-12.45	Afd. 1
Fredag den 21.	NADA	10.30 - 12.00	Afd. 1
Fredag den 21.	Bevægelse v. Ezgi	12.00 - 12.30	Afd. 2, 3. sal
Mandag den 24.	Bevægelse v. Jannie	10.15 - 10.45	Afd. 2, 4. sal
Mandag den 24.	NADA	10.30 - 12.00	Afd. 1 og 2
Mandag den 24.	Bevægelse v. Bizhan og Leif	11.00 - 11.30	Afd. 3, 2.sal
Mandag den 24.	Bevægelse v. Ezgi	12.00 - 12.30	Afd. 2, 3. sal
Mandag den 24.	Sang med Peter Michael	13.15 - 14.00	Afdeling 3
Tirsdag den 25.	NADA	10.30 – 12.00	Afd. 3
Tirsdag den 25.	Bevægelse v. Malene	10.30 - 11.15	Afd. 1, 2. sal
Tirsdag den 25.	Bevægelse v. Lillian	10.30 - 11.15	Afd. 1, 1. sal
Onsdag den 26.	Sang med Kristian	10.30 - 11.30	Café Nygård
Onsdag den 26.	Bevægelse med Nanna	11.00 - 11.30	Afd. 3, 2. sal
Torsdag den 27.	NADA	10.30 – 12.00	Afd. 2 og 3
Torsdag den 27.	Mandehold	10.30 - 11.30	Glasgangen
Torsdag den 27.	Bevægelse v. Merete	12.00-12.45	Afd. 1
Fredag den 28.	NADA	10.30 - 12.00	Afd.1
Fredag den 28.	Bevægelse v. Ezgi	12.00 - 12.30	Afd. 2, 3. sal
Fredag den 28.	Fredagsbar	13.15 - 14.30	Stueetagen
Mandag den 31.	Bevægelse v. Jannie	10.15 - 10.45	Afd. 2, 4. sal
Mandag den 31.	NADA	10.30 - 12.00	Afd. 1 og 2
Mandag den 31.	Sang med Peter Michael	11.00 - 11.45	Afdeling 2
Mandag den 31.	Bevægelse v. Bizhan og Leif	11.00 - 11.30	Afd. 3, 2.sal
Mandag den 31.	Bevægelse v. Ezgi	12.00 - 12.30	Afd. 2, 3. sal
Mandag den 31.	Sang med Peter Michael	13.15 - 14.00	Afdeling 1



Besøg fra byggeren

Vi havde den store fornøjelse, at få besøg fra Byggelegepladsen. Der var både børn og kaniner, vi kunne hilse på. Hvilken glæde det var, at skulle holde styr på alle de kaniner.

Vi er flere der har savnet kaninerne, men heldigvis kan vi gå over og sige hej til dem i deres hjem.



Svar på blomsterbilleder:

- 1 - Perlehyacinter
- 2 - Narcisser/påskeliljer
- 3 - Vibeæg
- 4 - Bellis
- 5 - Primula
- 6 - Hornviol
- 7 - Juleroser
- 8 - Stedmoder
- 9 - Forglemmigej
- 10 - Anemone

Fredag den 7. marts kl. 10.30

afholder vi 3-kamp i stueetagen, hvor vi dyster afdelingerne imellem.

Sidste gang var det afdeling 2 der løb med sejren, derfor er det vigtig at vi på afdeling 1 og afdeling 3 kommer ned – så vi kan vinde denne gang.

Der vil være flotte præmier til alle afdelinger. På gensyn.



Der er sang med Peter Michael på afdelingerne:

Lige uge: kl 11.00 - 11.45 på afdeling 2

Lige uge: kl 13.15 – 14.00 på afdeling 1

Ulige uge: kl 13.15 – 14.00 på afdeling 3

Kom ud og vær med – det er meget hyggeligt.....



Fredagsbar

Husk at vi samles i fredagsbaren hver anden fredag (i ulige uger).

Kom ned og skål med os!



Marie er ballerina og har danset hos Silas Holst i mange år.

Hun kommer og danser for os torsdag d. 6 marts

Kl. ca. 10.30 på afdeling 3

Kl. ca. 11.00 på afdeling 2

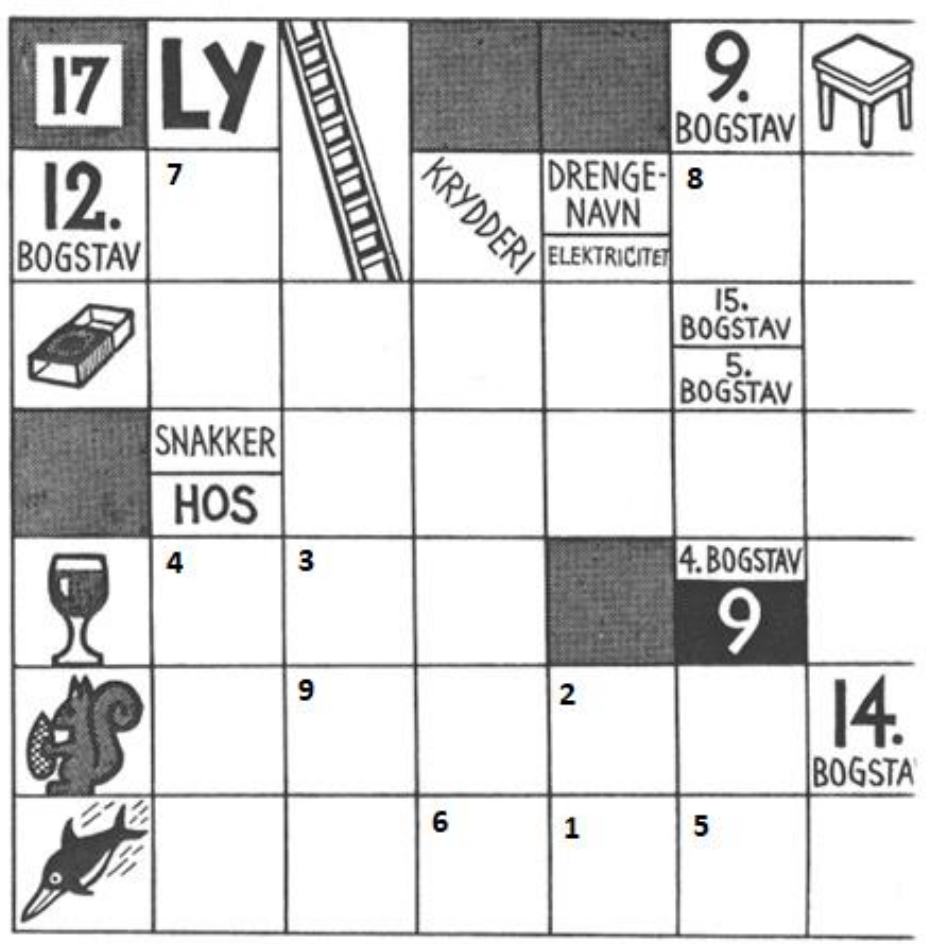
Kl. ca. 11.30 på afdeling 1

Vi ses i opholdsstuerne....



Månedens Quiz

Hver måned vil der blive trukket lod mellem alle der indlevere et svar. Vi trækker en heldig vinder. Løsningen afleveres til personalet på afdelingen eller til en aktivitetsmedarbejder.



1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---



Svar kupon til kryds og tværs.

Svar: _____

Navn: _____

Afdeling: _____

Senest d. 15. i hver måned

Tillykke til Bodil, som vandt i sidste måned.