

Senioravisen November 2025



Ældrecentret Nygårds Plads 30-32, 2605 Brøndby

Marianne har ordet



Kære beboere.

November er kendt som en mørk og regnfuld overgangsmåned til vinteren, hvor træerne mister de sidste blade og naturen forbereder sig på kulde. Det er den tid hvor træernes farvepragt forsvinder og hvor lyset indendørs tændes tidligt.

Den gamle danske betegnelse er **slagtemåned**; dyrene skulle opstaldes, og nu var det efterhånden så koldt, at man helt trygt kunne slagte og nedsalte uden risiko for, at kødet skulle blive fordærvet.

Her på centret er vi meget privilegerede ved at have mange frivillige hjælpere, både som hjælpere ved daglige aktiviteter og arrangementer, Vågekoner og besøgsvenner, hvilket vi er meget taknemlige for. Alle frivillige hjælpere bliver som vanligt inviteret til den årlige **Takkemiddag, torsdag den 6. november** her på centret. Arrangementet er en velment tak for den prisværdige indsats alle frivillige hjælpere yder her på centret. En stor hyldest til alle centrets frivillige hjælpere!

HUSK, det er tid for den **årlige influenza vaccination**.

Vaccinationscentrets vaccinationshold kommer her på centret **onsdag den 12. november** i tidsrummet **Kl. 9 til 14**. Vaccinationsholdet vil komme rundt på afdelingerne og personalet vil være behjælpeligt med opgaven. Sundhedsstyrelsen anbefaler, at især ældre og kronisk syge benytter sig af tilbuddet, men det er selvfølgelig frivilligt, om man vil tage imod tilbuddet. Personalet vil spørge hver enkelt beboer herom forinden.

Der er **kommunal- og regionalvalg** tirsdag den 18. november. I den forbindelse er det muligt for jer beboere, at brevstemme her på centret **torsdag den 13. november mellem kl. 10 og 14**.

De valgtilfornordede og personalet vil være behjælpelige, så I alle får mulighed for at afgive jeres kryds. Det bliver muligt at stemme i egen bolig.

Årets julefrokost for alle jer beboere på centret, bliver afholdt onsdag den 10. december. Der har været møde i festudvalget, bestående af beboere og personale, og her blev der drøftet og aftalt menu og underholdning. Så sæt endelig et kryds i kalenderen.

Centrets festudvalg, med repræsentanter fra beboere og personale, er i gang med at **planlægge årets arrangementer for 2026**. Beboere der har lyst til at deltage i dette arbejde, er meget velkomne. Kontakt også gerne aktivitetsmedarbejderne Rikke, Connie og Nanna, hvis du har ideer eller andet.



Torsdag den 6. november kl. 10.30 kommer Louise og Dennis og underholder med god sang og musik. Kom ned og få rørt danseskoene og få pulsen op. Vel mødt i caféen.



Onsdag den 19. november kl. 10.30 kommer Bajrami med hjemmelavet bolsjer og dertil hørende hjemmelavet julechokolade. Han lover at have gode juletilbud med til os samt gratis smagsprøver til alle. Vi ses i caféen.



Vi har her på centret fået en cykelpilot - han hedder Søren.

Søren kommer hver torsdag kl. 10.30 og cykler med jer, turene går på skift afdelingerne imellem.

Sidste gang var det Rosa fra afdeling 1 der havde fornøjelsen af at komme på tur.

Turen gik til Brøndby Havn, hvor den skønne udsigt ud over vandet blev nydt i solskinsvejr.

En stor tak til Søren fra Rosa.



Menuplan - nov

Lørdag	1.	Ovnstegt kylling m. kartofler, skysauce, agurkesalat
Søndag	2.	Glaseret skinke m. flødekartofler og broccoli
Mandag	3.	Herregårdsbøf m. ærter, stegte kartofler og bearnaisesauce
Tirsdag	4.	Dampet fisk, tomatsauce, kartofler, gulerødder
Onsdag	5.	Kikærtgryde m. kartoffelmos, surt
Torsdag	6.	Forloren haresteg, vildtsauce, kartofler, tyttebær, rødkål
Fredag	7.	Skinkesnitzel, svampesauce, kartofler, ærter
Lørdag	8.	Butterchicken m. ris og flutes
Søndag	9.	Rullesteg m. svesker, kartofler, skysauce og bønner
Mandag	10.	Confit. andelår, skysauce, hvide og brune kartofler, rødbe
Tirsdag	11.	Grønsagsbolognaise m/ kartoffelmos, asier
Onsdag	12.	Boller i karry, ris, chutney
Torsdag	13.	Fiskefrikadeller, citronsauce, kartofler, råkostsalat
Fredag	14.	St. svinelever, bløde løg, skysauce, ovnkartofler, rødbe
Lørdag	15.	Hofgryde, ris, asier
Søndag	16.	Hamburgryg, stuvet spinat, kartofler, glaserede gulerød
Mandag	17.	Brændende kærlighed, løg, rodfrugter, bacontern og rød
Tirsdag	18.	Grønsagslasagne, salat, dressing og flutes
Onsdag	19.	Stegt/ paneret flæsk, persillesauce, kartofler, gulerødde
Torsdag	20.	Dampet fisk, sennepssauce, kartofler, ærter
Fredag	21.	Sprængt oksespidsbryst m. peberrodssauce, kartofler, p
Lørdag	22.	Stegt kalkun, champignonsauce, ovnkartofler, waldorfs
Søndag	23.	Husarsteg, skysauce, kartofler, haricot vert
Mandag	24.	Hvidkålsrouletter m. brunet kål, kartofler, skysovs, rød
Tirsdag	25.	Græske frikadeller m. tzatziki og stegte rodfrugter
Onsdag	26.	Wok m. skinkekød og grøntsager, serveret med basmat
Torsdag	27.	Ovnstegt fisk m. kartofler, persillesauce, spidskålsalat
Fredag	28.	Italiensk farsbrød, tomatsauce, stegte kartofler, persille
Lørdag	29.	Paprika kylling m. pikantsovs, kartofler og blandet sal
Søndag	30.	Rødvinsmarineret svinekam, rødvinssovs, kartofler, bø

ember 2025



	Appelsinfromage m. flødeskum
	Nougatis m. karamelsauce
uce	Klar suppe m. urter og boller
	Risengrød m. kanel, smør og saft
	Hønsesalat m. ananas og flutes
l	Jordbærmousse m. flødeskum
	Hyldebærsuppe m. æbler og tvebakker
	Tiramisu
	Is m. vafler
lkål	Gammeldags æblekage m. flødeskum
	Laksemousse m. dressing, pynt og kuvertbrød
	Skovbærgrød m. fløde
	Champignonsuppe m. brød
der	Lun æblesuppe m. vaniljeflødeskum
	Ymerfromage m. jordbærsauce
lder	Is m. chokoladesauce
dbeder	Hindbærgrød m. fløde
	Pandekager m. syltetøj
r	Hybensuppe m. flødeskum
	Ærtesuppe m. creme fraiche
orrer	Vaniljebudding m. saftsauce
alat	Æblecrumble m. creme fraiche
	Is m. vafler
beder	Blåbærsuppe m. flødeskum
	Citronfromage m. flødeskum
i ris	Thai græskarsuppe m. brød
	Blommegrød m. mælk
dry	Vanille panna cotta med karamelsauce
at	Jordbærgrød m. fløde
nner	Is m. vafler

Arrangementer november 2025			
Mandag den 3.	Bevægelse v. Jannie	10.15 - 10.45	Afd. 2, 4. sal
Mandag den 3.	NADA	10.30 - 12.00	Afd. 1 og 2
Mandag den 3.	Bevægelse v. Bizhan og Leif	11.00 - 11.30	Afd. 3, 2.sal
Mandag den 3.	Sang med Peter Michael	11.00 - 11.45	Afd. 3
Tirsdag den 4.	Sy-dame	10.30 - 12.00	Afd. 3
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.	Sang med Kristian + dagplejebørn	10.00 - 11.30	Café Nygård
Onsdag den 5.	Bevægelse v. Bizhan og Leif	11.00 - 11.30	Afd. 3, 2. sal
Torsdag den 6.	NADA	10.30 - 12.00	Afd. 2 og 3
Torsdag den 6.	Mandehold	10.30 - 11.30	Glasgangen
Torsdag den 6.	Bevægelse v. Merete	12.00-12.45	Afd. 1
Fredag den 7.	NADA	10.30 - 12.00	Afd. 1 og 2
Fredag den 7.	Fredagsbar	13.15 - 14.30	Stueetagen
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.	Sang med Peter Michael	10.30 - 11.15	Afd. 2
Mandag den 10.	Bevægelse v. Bizhan og Leif	11.00 - 11.30	Afd. 3, 2.sal
Mandag den 10.	Sang med Peter Michael	13.15 - 14.00	Afd. 1
Mandag den 10.	Mortens Aften	18.00 - 21.00	På afdelingerne
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 v. Bizhan og Leif	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 og 2
Mandag den 17.	Bevægelse v. Jannie	10.15 - 10.45	Afd. 2, 4. sal
Mandag den 17.	NADA	10.30 - 12.00	Afd. 1 og 2
Mandag den 17.	Bevægelse v. Bizhan og Leif	11.00 - 11.30	Afd. 3, 2.sal
Mandag den 17.	Sang med Peter Michael	11.00 - 11.45	Afd. 3
Tirsdag den 18.	NADA	10.30 - 12.00	Afd. 3
Tirsdag den 18.	Kirken på besøg (afd. 3)	10.30 - 11.30	Lokale 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
Onsdag den 19.	Sang med Kristian	10.30 - 11.30	Café Nygård
Onsdag den 19.	Bevægelse v. Bizhan og Leif	11.00 - 11.30	Afd. 3, 2. sal
Torsdag den 20.	NADA	10.30 - 12.00	Afd. 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 og 2

Fredag den 21.	Fredagsbar	13.15 - 14.30	Stueetagen
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
Tirsdag den 25.	NADA	10.30 - 12.00	Afd. 3
Tirsdag den 25.	Kirken på besøg	10.30 - 11.30	Afd. 2
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
Tirsdag den 25.	Kirken på besøg	13.30 - 14.30	Afd. 1
Onsdag den 26.	Sang med Kristian	10.30 - 11.30	Café Nygård
Onsdag den 26.	Bevægelse v. Bizhan og Leif	11.00 - 11.30	Afd. 3, 2. sal
Torsdag den 27.	NADA	10.30 - 12.00	Afd. 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 og 2

Torsdag den 20. november kl. 10.30 får vi endnu engang besøg af Abu, Pepe og Henrik i baghaven. Den skønneste kamel og det sødeste æsel fra Dronningmølle. Vi har hernede i Aktiviteten bestilt intet mindre en 20 kilo gulerødder, 5 kilo æbler og en hulende masse saltstænger. Det er nemlig deres livret. Vi glæder os meget til at hilse på dem igen. KOM NED og tag godt med tøj på – de kan være lidt køligt..



Gåtur med de frivillige havde deres sidste gåtur for i år den 9. oktober. Hvor de afsluttede med en lækker kop kakao samt en snegl ☺



Annemette fra afdeling 1 har været på hyggelig handle tur i Kvickly.

Der er nu kommet en masse hyggelig julepynt i supermarkederne.



En hyggelig cykeltur med Ebert fra afdeling 3 og Birgit fra afdeling 1. Husk cyklerne er til fri afbenyttelse, og står nede i glasgangen.



Det er altid dejligt at have Kristian på besøg med hans dejlige klaverspil og sang, samt når han spiller solo på sin guitar.



Vi spiller banko tirsdag den 11. november.

Salg af plader starter kl. 10.00, kl. 10.30 går spillene i gang.

Vi spiller 5 spil, og der er gode præmier til 1 række, 2 rækker og pladen fuld.

Vi ses og på gensyn.

