

2019

December

33. årgang



Glædelig jul!

nr.12

BETANIA
Posten

Indhold

1. Forside
2. Indhold
3. Leder
4. Juleaften/nytår
5. Julekoncert
6. Vicevært Jul
7. Lucia
8. BeboerNyt
9. Medarbejdere
10. Menu
14. Kost- og beboerrådsmøde
18. Dialogmøde 4. sal
20. Klippekort
21. Postkasse/ Hilsen
22. Gammel stue
23. Rickshaw familietur
26. Koncert i november
27. Herreklub
28. Kalender
32. Bagside

Så er det snart jul, og endnu et år er gået.

Jul er for nogle af os en tid på året, hvor vi har fokus på fred, velvilje, næstekærlighed og fællesskabets muligheder. Jeg sender et ønske om fred både i det nære og i den store globale verden. Det er der mere brug for end nogensinde før.

På Betaniahjemmet er der igen i år planlagt mange forskellige juleaktiviteter. Jeg skal blot nævne luciaoptog, juleteater, julekoncert, julefrokost, juleaften og nytårsaften. Husk at følge med i Betaniahjemmets tilbud om aktiviteter ved at læse Betaniaposten eller følge med på hjemmesiden www.betaniahjemmet.dk.

Afdelingsleder Louise Kongstad Larsen er vært den 24. december, hvor hun sammen med medarbejdere fra alle etager, byder beboere og familier velkommen til en hyggelig juleaften.

Nytårsaften holdes i år i spisestuen, som indledes med Dronningens nytårstale og efterfølgende spises middag.

I håb om en december måned fyldt med aktiviteter, nærvær og samvær ønsker jeg **God jul og godt nytår.**

Venlig hilsen

Benedikte Korsager



Juleaftensdag på Betaniahjemmet

Kl. 12.30 Juleaftensdag serveres frokost på etagerne.

Kl. 15.30 Julegudstjeneste i Regnbuen V. Claus Koefod.

Juleaften på Betaniahjemmet

Kl. 18.00 Juleaften i spisestuen.

Menu: Andesteg, flæskesteg, brune kartofler, hvide kartofler, rødkål og Ris a la mande med kirsebærsauce.

Vi synger og danser omkring juletræ.

Tilmelding senest 12. december.

Pris for gæster 400 kr.

Gæster kan tilmelde sig ved at sende en mail til kontor@betaniahjemmet.dk eller ringe på telefon 3814 6922.



Nytårsaften på Betaniahjemmet

Kl. 17.45 "Dronningens tale" på storskærm i loungen og spisestuen.

Kl. 18.30 Nytårsmiddag i spisestuen.

Der serveres kogt torsk med kartofler, sennepssovs, hakket æg, rødbeder og bacon. Herudover citronfromage, kransekage og mousserende vin.

Tilmelding senest 12. december.

Pris gæster 350,- kr.

Gæster kan tilmelde sig ved at sende en mail til kontor@betaniahjemmet.dk eller ringe på telefon 3814 6922.



JULEKONCERT

med husets kor **Ambitus**

Tirsdag d. 3. december kl. 19.30 i Regnbuen

Koret Ambitus spreder julestemning med de klassiske julesange i både gamle og nye klæder.

Vi har samlet en dekoration af vores skønne julesange med små overraskelser, bl.a.

Velkommen vinter
Maria gennem torne går
Away in a manger
Barn Jesus I en krybbe lå
Glade jul – international
Juletræet med sin pynt
Dejlig er jorden
Kender I den om Rudolf
Lad det klinge
Mit hjerte altid vanker
Det kimer nu til julefest



Vi har indlagt flere fællessange, så alle kan bidrage til julestemningen. Vi glæder os til at synge for og med jer.



Erindringsteater vækker minder

Viceværten *Jul*

Tirsdag den 3. december

Kl. 14.30 i Regnbuen

En sjov, spøgefulld og veloplagt juleforestilling af teatret HuginMunin med masser af juleminder og juletoner.

Næsbygårds vicevært, der ser bragene godt ud, er blevet enkemand. Det sætter fut i Alice og Grethe der kæmper om at blive hans næste udkårne.

Juleklokkerne ringer,
portvinen forsvinder og en uventet gæst banker pludselig på døren.



Støttet af **TUBØRG FONDEN**

Luciaoptog



9. december kl. 13.00

i Spisestuen.



10. december kl. 19.00

på Etagerne.



Nyt om beboere og medarbejdere

Fødselsdage i december



Annalise Svendsen	3. dec.
Karin Wedel-Larsen	10. dec.
Annette Mindegaard	18. dec.
Benny Ludwig	24. dec.
Hanne Dreiøe	25. dec.
Karen Staal Bruun	27. dec.

Nye beboer

Knud Aksel Aarup

Lejl. 102



Velkommen til Betaniahjemmet

Servicepakkepriser 2020.

Fra og med 1/1 2020 er priserne på servicepakken følgende:

Ydelser pr. mdr.	Kr.
Vask	170,00
Linned	439,00
Forplejning (fuldkost)	3.759,00
Rengøringsartikler til egen bolig	46,00
Antenneforening/multimediestik	120,00
Hygiejnepakke (toiletpapir/klude/servietter m.m.)	258,00
Administrationsgebyr	15,00
Betaniahjemmet tilbyder herudover følgende ekstra ydelser:	
Luftrensere, som er et krav, hvis der ryges i boligen:	520,00
Vinduespudsning	47,00
Wifi	50,00

Nye medarbejdere:

Naseem Zaheer Anwar social-og sundhedshjælper
ansat 19,25 timer ugentligt i aftenvagt fra d. 1. december.

Nye elever:

Naima Abdulahi SSA elev på 2. sal fra d. 26. september 2019.

Maria B Bastholm SSH elev på 3. sal fra d. 26. september 2019.

Fratrædelser:

Lasse N. Kragh ansat som sygeplejerske i aftenvagt stopper d. 1.11.2019

Fadil Susa ansat som SOSUhjælper i aftenvagt stopper d. 9.11.2019

Marcus Brask ansat som SOSUhjælper i dagvagt stopper d. 30.11.2019



v/Ulla Christensen



Kiosk

Kiosk-vognen kommer rundt på etagerne om mandagen.

Kiosk-vognen sælger:
slik - chokolade
toiletartikler

Middagsmad december 2019

Søndag	1. december	Skinke med grønlankål, brune og hvide kartofler	Chokolademousse
Mandag	2. december	Kalkunkrebinetter med stuvet spidskål og kartofler	Kærnemælkssuppe med rosiner
Tirsdag	3. december	Grøntsagsfrikadeller med brasede kartofler, salat og dressing	Lakseroulade på bund af salat
Onsdag	4. december	Paneret skrubbe/rødspætte med persillesovs og kartofler	Henkogt fersken med creme
Torsdag	5. december	Stegt kalvelever med skysauce, bløde løg, kartofler og surt	Juliennesuppe med brød
Fredag	6. december	Frikadeller med brun sovs, kartofler og broccoli	Frisk frugtsalat med creme
Lørdag	7. december	Kotelet i fad med ris og salat	Gammeldags æblekage
Søndag	8. december	Ribbensteg med kartofler, skysauce og agurkesalat	Appelsinfromage
Mandag	9. december	Risengrød med smør og kannelsukker	Pandekager med syltetøj og sukker
Tirsdag	10. december	Laksefrikadeller med citronsaucе, kartofler og salat	Fyldte svampe
Onsdag	11. december	Moussaka med kartofler og aubergine, salat med dressing	Tunmousse med brød
Torsdag	12. december	Beboerjulefrokost i spisestuen	
Fredag	13. december	Krebinetter med kartofler og stuede ærter og gulerødder	Stikkelsbærgrød med fløde
Lørdag	14. december	Brændende kærlighed med rødbeder	Henkogt frugt med creme
Søndag	15. december	Rullesteg med svesker, skysauce, kartofler og bønner	Romfromage

Aftensmad december 2019

Søndag	1. december	Smørrebrød med hønsesalat og bacon, æg med mayonaise og rejer og paté med drueagurk
Mandag	2. december	Aftencafé
Tirsdag	3. december	Legeret blomkålssuppe med brød og assorteret smørrebrød
Onsdag	4. december	Lune kyllingelår med kartoffelsalat og dessert
Torsdag	5. december	Aftencafé
Fredag	6. december	Lune mørbradbøffer med bløde løg, rullepølse og tunsalat med rugbrød
Lørdag	7. december	Croissant med skaldyrssalat, rugbrød med karrysild og æg, frugtsalat med kiks
Søndag	8. december	Smørrebrød med sprængt oksebryst og peberrodscreme, røget makrel med æggestand og æg med kaviar
Mandag	9. december	Aftencafé
Tirsdag	10. december	Porretærte med salat og dessert
Onsdag	11. december	Tomatsuppe med kødboller og assorteret smørrebrød
Torsdag	12. december	Gullashsuppe med brød og dessert
Fredag	13. december	Lune fiskefrikadeller med remoulade og rugbrød, hønsesalat, frugtsalat med chokolade
Lørdag	14. december	Croissant med hønsesalat, rugbrød med marineret sild og leverpostej med bacon
Søndag	15. december	Smørrebrød med fiskefilet med remoulade, oksebryst med pickles og peberrod og karrysild med æg

Middagsmad december 2019

Mandag	16. december	Bøf Lindstrøm med skysauce, kartofler og tyttebærsyltetøj	Rødgrød med fløde
Tirsdag	17. december	Broccoligratin med bagte tomater	Fiskeanretning med brød
Onsdag	18. december	Gule ærter med sprængt nakke	Chokoladebudding med flødeskum
Torsdag	19. december	Hakkebøffer med bearnaisesauce og pommes frites	Henkogt Ananas med flødeskum
Fredag	20. december	Hønsekødssuppe med kylling ved siden af med peberrodssauce	Hjemmelavet is
Lørdag	21. december	Boller i karry med ris og gulerodsråkost	Kirsebærgrød med fløde
Søndag	22. december	Lammebov med rosmarin og hvidløg, sauce, stegte kartofler og tomatsalat	Svesketrifli
Mandag	23. december	Lasagne med salat	Henkogte pærer med makronskum
Tirsdag	24. december	Juleaftensdag: Suppe med brød	Pandekager med syltetøj og sukker
Onsdag	25. december	Laks med kartofler, citronsauce og carotter	Jordbærmousse
Torsdag	26. december	Julefrokost på etagen	
Fredag	27. december	Stegt flæsk med persillesovs og kartofler	Henkogt mandarin og grape med creme
Lørdag	28. december	Medister med grønlangkål og kartofler	Budding med saftsauce
Søndag	29. december	Osso buco med kartoffelmos og surt	Mandarinfromage
Mandag	30. december	Revelsben med skysauce, kartofler og rødkål	Risdessert med henkogt frugt
Tirsdag	31. december	Tarteletter med skinke, ærter og gulerødder	Chokolademousse



Aftensmad december 2019

Søndag	15. december	Smørrebrød med fiskefilet med remoulade, oksebryst med pickles og peberrod og karrysild med æg
Mandag	16. december	Aftencafé
Tirsdag	17. december	Suppe og assorteret smørrebrød
Onsdag	18. december	Hjemmelavet sylte med sennep og rødbeder, skinke med røræg og sild med løg
Torsdag	19. december	Aftencafé
Fredag	20. december	Lune kyllingefrikadeller, spegepølse, makrelsalat og rugbrød
Lørdag	21. december	Croissant med rejesalat, rugbrød med sennepsild og æg, paté med surt
Søndag	22. december	Lun æbleflæsk, roastbeef, torskerogn med remoulade og citron og rugbrød
Mandag	23. december	Croissant med hønsesalat, rugbrød med rullepølse, løg og karse og frugtsalat med kiks
Tirsdag	24. december	Juleaften i spisestuen
Onsdag	25. december	Luksus smørrebrød flæskesteg, agurkesalat & appelsin, æg med mayonaise & kaviar og franskbrød med gravad laks
Torsdag	26. december	Lune frikadeller med kartoffelsalat og dessert
Fredag	27. december	Lun medisterpølse med rødkål, karrysild med æg, rullepølse med sky, løg og karse og rugbrød
Lørdag	28. december	Croissant med laksesalat og assorteret smørrebrød
Søndag	29. december	Franskbrød med røget laks, rugbrød med wienersalat og brie med kiks og vindruer
Mandag	30. december	Lun leverpostej med rødbeder, spegepølse med remoulade og ristede løg, marinerede sild med rødløg og rugbrød
Tirsdag	31. december	Nytårsaften i spisestuen

Referat fra kost- og beboerrådsmøder på de enkelte etager i november måned 2019.

Møderne er afholdt på følgende datoer:

1. sal: 11. november 2019.
2. sal: 15. november 2019.
3. sal: 20. november 2019.
4. sal: 21. november 2019.

Referent: Benedikte Korsager.

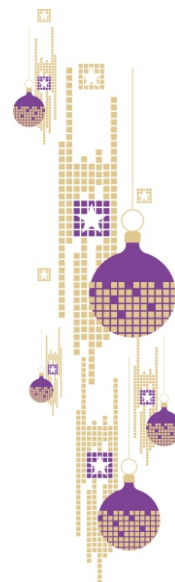
Dagsorden med referat

1. Kostplan for den kommende måned.

Kostplanen for december måned 2019 er udarbejdet med udgangspunkt i ønsker fra beboerne på de enkelte etager samt ønsker, som beboerne har skrevet på tavlen i spisestuen.

Der kom følgende generelle ting frem om kosten på møderne:

- Vi får god og rigelig mad.
- Maden er generelt i orden og smager godt.



1. Nyheder til / fra de enkelte etager.

Benedikte orienterede på alle etager om, at alle beboere er inviteret til at lave juledekorationer til fællesarealer og egen bolig den 27. og 28. november 2019. Det foregår i Regnbuen.

Benedikte orienterede ligeledes om, at der sættes postkasser op ved alle døre til beboerlejlighederne, hvor posten fremover vil blive lagt. Der vil blive orienteret om de nye postkasser i Betaniaposten i december måned.

1.sal

Tilstedeværende beboere: Ida, Else, Inger, Ebbe og Lone

En beboer spørger, om det er tilladt at brænde levende lys i den mørke tid. – Benedikte svarede, at vi anbefaler, at der udelukkende anvendes elektrisk lys i dekorationer, da der ellers er stor risiko for brand.

2.sal

Tilstedeværende beboere: Agnes, Anne-Lise, Anna-Lise Frank, Kirsten og Eyvind.

Benedikte spurgte tilstedeværende beboere, om de gerne ville beholde reolen i fællesarealet, eller den skal erstattes med grønne planeter. Der var mest stemning for at beholde reolen, som beboerne fandt hyggelig.

En beboer fortalte, at den nye lille stue i spisestuen, som er afskærmet med planter, er rigtig hyggelig. Det er et sted, man har lyst til at opholde sig.

En beboer spurgte, hvornår man skal melde sig til juleaften? Der vil blive orienteret om dato for tilmelding i Betaniaposten i december måned.

En beboer spurgte, om prisen for gæster juleaften bliver sat ned? Benedikte oplyste, at prisen er 400 kr. for gæster, og den bliver ikke ændret.

Benedikte orienterede om, at Anja, som tidligere var aftenvagter på 2. sal, er begyndt i dagvagter på 2. sal. Faiza, som er ny medarbejder, er ansat til aftenvagter på 2. sal.

3.sal

Tilstedeværende beboere: Else, Inger, Irene, Thorvald og Rita.

Benedikte spurgte tilstedeværende beboere, om de gerne ville beholde reolen i fællesarealet, eller den skal erstattes

med grønne planter. Der var enighed om, at reolen ikke er køn, fordi den er rodet, men der var delte meninger om, hvorvidt den skulle fjernes og erstattes af grønne planter. Flertallet ville gerne beholde, men ville samtidig gerne have nogle grønne planter i fællesarealet.

4.sal

Tilstedeværende beboere: Grethe, Karen Margrethe og Karin.

Benedikte orienterede om, at Markus holder op med udgangen af november måned. Der leder efter en ny medarbejder, men da det endnu ikke er lykkedes, så vil der komme skiftende afløsere i den kommende måned.

1. Ønsker til aktiviteter i december måned.

- Ture ud og kigge på julebelysningen, når det er mørkt. (Lysture)
- Tur til jul i Tivoli.
- Tur til Lyngby Storcenter eller andet sted, hvor der kan købes julegaver.



Dialogmøde på 4. sal

Betaniahjemmet inviterede i oktober og november måned beboere og pårørende på de enkelte etager til dialogmøder med efterfølgende fællesspisning. Desværre var der så få tilmeldinger på tre af etagerne, at møderne blev aflyst.

På 4. sal blev mødet afholdt den 18. november 2019. Otte beboere og pårørende havde tilmeldt sig mødet, hvor Nawal, Alaa og Benedikte orienterede om dagligdagen og de særlige forhold som gør sig gældende på 4. sal. Der blev fx orienteret om, at:

- Der kommer postkasser op ved alle boliger, hvor den personlige post fremadrettet bliver lagt. Økonomiske værger vil fortsat få posten tilsendt.
- Der uddannes i øjeblikket værdighedsambassadører i samarbejde med Sundhedsstyrelsens værdighedsrejsehold, som skal medvirke til, at sikre en høj faglighed og beboernes trivsel og selvbestemmelse i dagligdagen.
- Meryem, Lainell og Simon er faste medarbejdere i dagvagt. Der er endnu ikke ansat en medarbejder til erstatning for Markus, som ophører med udgangen af november måned.
- Kontaktpersoner skal medvirke til at sikre, at beboerne har en dagligdag med fokus på trivsel, og det er kontaktpersonen som skal løse de praktiske opgaver omkring beboeren, som vedkommende skal have hjælp til.
- Der er tilknyttet en sygeplejerske, Priscilla, og en afdelingsleder, Nawal til 3. og 4. sal.
- Hverdagsrehabilitering er fortsat i fokus, hvilket betyder, at vi opfordrer til, at:
 - Beboerne selv vælger / henter morgenmad i køkkenet. Hvis man gerne vil spise morgenmad i egen bolig, er det selvfølgelig fortsat en mulighed at få en bakke ind i boligen, når man har valgt sin morgenmad i køkkenet.
 - Hvis man selv er i stand til at hente kaffe, drikkevarer og mellemmåltider i køkkenet, så er det godt, hvis man gør det.
 - Brug trapperne, hvis du kan.
 - Deltag i gymnastik og gåture. Gåture er også for beboere i kørestol.

Der kom mange ting frem i dialogen, som fx:

- Gode ideer til indretning af opholdsarealerne på 4. sal:
 - Hvis fjernsynet vendes og fra gangarealer, så vil det skabe et bedre miljø for alle.
 - Gardiner med farve vil gøre en stor forskel for miljøet.
 - Rumdeler skal blive i opholdsarealet.
 - Solsejl skal fjernes om vinteren.
 - Det fjerner en del af det sparsomme vinterlys.
- Spørg beboerne, hvem de ønsker som kontaktperson, når der er brug for ændringer på grund af fx en ny medarbejder.
- Rengøringen er indimellem mangelfuld.
- Hjemmesiden kan gøres endnu bedre, hvis:
 - Der orienteres om projekter og udvikling.
 - Betaniaposten for en årrække kan findes på hjemmesiden.
 - Link til podcast er nemmere at finde.
 - Det er tydeligere at finde link til Facebook på hjemmesiden.
- Vi er glade for Johannes, som spiller og synger på etagerne.
- Hvordan kan vi gøre tilbud om aktiviteter endnu mere attraktive, så flere deltager:
 - Beboerne skal mindes om aktivitetstilbud.
 - Aktivitetstilbud skal måske i højere grad skemalægges for den enkelte beboer.

Beboere og pårørende gav efter mødet udtryk for, at det havde været et godt møde, som de gerne så gentaget, og de opfordrede til, at der blev skrevet om mødet i Betaniaposten. Det er hermed gjort.

Der vil blive inviteret til et møde for alle Betaniahjemmets beboere og pårørende den 23. marts 2019.

Klippekort til aktiviteter

Som beboer på et plejehjem i Frederiksberg Kommune har du et såkaldt klippekort, der giver dig mulighed for at aftale ekstra hjælp efter eget behov og interesser.

I 2020 har du 23 timer til rådighed, som du selv kan fordele i løbet af året. Du bestemmer, hvad den ekstra hjælp skal bruges til, og aftaler med medarbejderne, hvornår du modtager hjælpen.

Sådan fungerer det

Klippekortet kan for eksempel anvendes til:

- Gåture
- Shoppeture
- Cykelture
- Ture i svømmehal
- Deltagelse i familiearrangementer
- Teatertur eller anden underholdning
- Højtlesning af bøger, aviser og blade
- Hovedrengøring
- Velvære aktiviteter

Du skal selv dække udgifter til for eksempel, transport, entré, forplejning m.m. i forbindelse med aktiviteten.

Du kan som udgangspunkt spare klip op eller bruge klip forud svarende til 3 måneder, medmindre andet er aftalt med aktivitetsleder Alaa Gamal. Du kan ikke spare klip op til overførelse mellem kalenderår.

Postkasser

Der er opsat postkasser ved alle døre til de individuelle boliger. Nøglen til postkassen hænger på væggen indenfor døren.

Post til den enkelte beboer vil fremadrettet blive lagt i postkassen. Post, som tidligere er afhentet af pårørende på administrationskontoret, vil også blive lagt i postkassen.

Post til økonomiske værger vil fortsat blive sendt til værgeren af administrationskontoret.

Venlig hilsen

Benedikte Korsager

Kære alle!

Først og fremmest tak fordi vi måtte komme på besøg hos jer, det har vi været rigtig glad for. Vi har fra uge 41- 45 været en del af jeres hverdag på Betaniahjemmet. Vi har som et led i vores uddannelsen kigget på, hvordan I afvikler jeres måltider. Vi er i samme ombæring også kommet med forslag til, hvordan fristekøleskabene kan blive en del af jeres hverdag. Vi er kommet med forslag til, hvordan man kan gøre køkkenet på etagerne mere hyggelige og hjemligt, blandt andet med dug og blomster på spisebordene. Udover det har vi fyldt fristekøleskabene op med lækkerier, som vi håber, at I vil benytte jer af det fremover.

De bedste hilsner fra Xenia og Louise
Praktikanter fra Københavns Professionshøjskole -
Ernæring og Sundhed.

GAMMELSTUE

Som noget nyt har vi etableret en gammel stue i den ene ende af spisestuen. Denne hyggelige stue vil fremover danne ramme for blandt andet litteraturrediger, der mødes om fredagen hver 14 dage.

Udeover dette så vil gammel stue blive også brugt til aktiviteter og reminiscens arbejde.



Rickshaw med mor

Solen skinner fra en skyfri himmel. Vi sidder lunt og godt under tæppet, mor og jeg. David træder i elcyklens pedaler. Vi sidder og ser Frederiksbergs gader passere forbi til tonerne fra Rickshawens musikanlæg. Vi vælger selv, hvad vi vil høre. Lige nu er det Louis Armstrongs "What a wonderful world".

Klippekort til oplevelser

Det hele startede med, at jeg spurgte David om, hvad min mor kunne få af oplevelser gennem klippekort-ordningen.

Som beboer på Betaniahjemmet har man mulighed for en halv times ekstra hjælp om ugen. Det kan for eksempel være ledsagelse til et arrangement, højtlesning af avisen eller, som David foreslog, en tur med Betaniahjemmets el-drevne rickshaw.



Der er plads til to passagerer, så jeg kunne også komme med. Det lød meget tiltalende, dels fordi min mor som udgangspunkt altid takker nej til forslag om deltagelse i aktiviteter og arrangementer, med mindre jeg er med. Dels synes jeg det lød som et godt alternativ til kørestolsturene, hvor det ofte kan være vanskeligt at se og høre hinanden. Min mor, som er dement, vil hele tiden kunne se mig og forhåbentlig have det trygt og rart, imens vi oplever noget sammen.

Den 23. August begav vi os således ud på vores første rickshawtur. Det var en meget positiv oplevelse. Vi kom ud og oplevede noget sammen, fik frisk luft og vind i håret. Vi tog billeder som jeg siden har printet ud og lamineret, så vi kan huske turen sammen bagefter.



Krammecyklisterne

Siden den første tur har vi været afsted flere gange. Vi har besøgt Frederiksberg have, Landbohøjskolens have og vi har været på Assistens Kirkegård et par gange. To gange er vi kørt forbi mit hjem, hvor min store søn er kommet ned på gaden og givet sin mormor et kram. Vi mente vi efterfølgende kunne kalde os krammecyklisterne.

Julemusik, lyskæde, gløgg og æbleskiver



Mange smiler når de ser os, enkelte hilser også på. Vi har lige været oppe og få varm kakao ved indgangen til Frederiksberg have. Vi sidder her og lytter til Louis Armstrong i den nu opgraderede rickshaw. Der er både solskærm og musikanlæg. Hvis man ikke hører så godt, kan man faktisk mærke musikken gennem sædet. Jeg ser frem til december. David har lige fortalt, at han har planer om at opgradere yderligere med en

lyskæde til jul. Jeg kan se det hele for mig: Mor og jeg bestiller julemusik på anlægget og lyskæden glitrer i takt, og så holder vi en pause hvor vi får gløgg og varme æbleskiver.

What a wonderful world



Konserter i november



Johannes og Lili



Malte Arndal trio

HERREKLUBBEN

Til vores sidste møde i herreklubben var VR briller på programmet, og vi kunne drømme os væk til stjernerne på nattehimlen, nordlys på Island og bjergområder i USA. Vi spillede også bordcurling. Vi mødes, hver 14 dag og alle herrer er velkomne til at være med.

Velkommen til frivillig Johannes i herreklubben!



Søn	1		Første søndag i advent
Man	2	Kl. 10.30 Kl. 14.00 Kl. 18.00	Fysisk træning i fitnesslokalet Gåtur i nærmiljøet, vi mødes ved hoveddøren Aftencafé
Tirs	3	Kl. 14.00 Kl. 14.30 Kl. 19.30	Gåtur i nærmiljøet, vi mødes ved hoveddøren Teater i Regnbuen – Viceværten Jul i Regnbuen Julekoncert med husets kor Ambitus i Regnbuen
Ons	4	Kl. 9.00 Kl. 14.00 Kl. 14.30	Svømning Gåtur i nærmiljøet, vi mødes ved hoveddøren Café hyggen
Tors	5	Kl. 10.30 Kl. 14.00 Kl. 14.30 Kl. 18.00 Kl. 19.00	Sanseoplevelser i sanselokalet Gåtur i nærmiljøet, vi mødes ved hoveddøren Vi synger julen ind med Johannes og Simone Aftencafé Lystur
Fre	6	Kl. 11.00 Kl. 14.30	Fællesgymnastik i Regnbuen Litteratur gruppe i den Gamle stue
Lør	7		
Søn	8	Kl. 14.30	Gudstjeneste v. Metodist kirken Anden søndag i advent



Fodter

Andreas Toldam

Statsautoriseret fodterapeut.

Tlf. 42831306 E-mail: toldamfod@gmail.com

Kommer hver mandag.

Man	9	Kl. 10.30 Kl. 13.00 Kl. 14.00 Kl. 14.30 Kl. 18.00	Fysisk træning i fitnesslokalet Luciaoptog i spisestuen Gåtur i nærmiljøet, vi mødes ved hoveddøren Reminiscens i den Gamle stue Aftencafé
Tirs	10	Kl. 11.00 Kl. 14.00 Kl. 14.30 Kl. 19.00	Fællesgymnastik i Regnbuen Gåtur i nærmiljøet, vi mødes ved hoveddøre Individuelle aktiviteter – klippekortsordning Luciaoptog på etagerne
Ons	11	Kl. 10.15 Kl. 11.00 Kl. 14.00 Kl. 14.30	Tur til København pris 50,- kr. Boccia spil i Regnbuen Gåtur i nærmiljøet, vi mødes ved hoveddøren Café hyggen m. hjemmebagte æbleskiver og gløgg
Tors	12	Kl. 12.30	Julefrokost for beboere med underholdning
Fre	13	Kl. 11.00 Kl. 14.00 Kl. 14.30	Fællesgymnastik Kost- og beboerrådsmøde på 2. sal Fællessang med Johannes på 4. sal
Lør	14		
Søn	15		Tredje søndag i advent



Man 16	Kl. 10.30 Kl. 14.00 Kl. 14.30 Kl. 18.00	Fysisk træning i fitnesslokalet Gåtur i nærmiljøet, vi mødes ved hoveddøren Kost- og beboerrådsmøde på 3. sal Bibeltid i mødelokale 2 Aftencafé
Tirs 17	Kl. 11.00 Kl. 14.00	Fællesgymnastik i Regnbuen Gåtur i nærmiljøet, vi mødes ved hoveddøren
Ons 18	Kl. 10.30 Kl. 10.30 Kl. 14.00	Tur til Ermitagen pris 50 kr. Boccia spil i Regnbuen Gåtur i nærmiljøet - vi mødes ved hoveddøren Kost- og beboerrådsmøde på 4. sal
Tors 19	Kl. 10.30 Kl. 12.00 Kl. 14.00 Kl. 14.30 Kl. 18.00	Sanseoplevelser i sanselokalet Parkinson dans i Ku.Be Gåtur i nærmiljøet - vi mødes ved hoveddøren Kost- og beboerrådsmøde på 1. sal Fællessang med Johannes på 2. sal Aftencafé
Fre 20	Kl. 11.00	Julegymnastik i Regnbuen
Lør 21		
Søn 22	Kl. 14.30	Gudstjeneste v. Folkekirken Fjerde søndag i advent



Man	23	Kl. 10.30	Pyntning af juletræet i spisestuen
Tirs	24	Kl. 15.30 Kl. 18.00	Julegudstjeneste ved Claus Kofoed Julemiddag
Ons	25		Juledag
Tors	26		Anden juledag
Fre	27		
Lør	28		
Søn	29		
Man	30	Kl. 10.30 Kl. 14.00	Fysisk træning i fitnesslokalet Gåtur i nærmiljøet - vi mødes ved hoveddøren
Tir	31	Kl. 17.45 Kl. 18.30	Dronnings nytårstale i spisestuen Nytårsmiddag

Tilmelding til udflugter sker hos aktivitets medarbejder eller hos etagens medarbejdere.

Mail: trp@betaniahjemmet.dk



Forstander Benedikte Korsager	40 87 08 08	bko@betaniahjemmet.dk
Afdelingsleder 1+2 sal Louise Kongstad Larsen	38 14 69 25	lol@betaniahjemmet.dk
Teknisk service leder Torben Kjøller	38 14 69 61	tkj@betaniahjemmet.dk
Fys/aktivitetsleder Alaa Gamal	38 14 69 58	ala@betaniahjemmet.dk
Køkkenleder Lise Hansen	38 14 69 60	lha@betaniahjemmet.dk
Afdelingsleder 3+4 sal Nawal Boudarba	38 14 69 80	nab@betaniahjemmet.dk
Kontor Grethe Robertsen	38 14 69 50	gr@betaniahjemmet.dk
Ansvarshavende	38 14 69 75	

Redaktionelt stof:

Indlæg om alt vedrørende Betaniahjemmet såvel ris som ros modtages med glæde. Det ville være godt, hvis vi kunne få en debat omkring de forhold, vi alle lever under.

Sidste frist for indlæg til Betaniaposten er senest den 15. i måneden før udgivelsen.

Redaktionen forbeholder sig ret til at redigere i indleveret materiale, samt ret til programændringer.

*Betaniahjemmet Kong Georgs Vej 3 2000 Frederiksberg
38 86 78 04 - kontor@betaniahjemmet.dk
www.betaniahjemmet.dk*

Redaktionen: Mads - David

Ansvarshavende : Benedikte Korsager