

PETANQUE

Vores nye Petanque bane er taget i brug og er en stor succes! Vi siger tusind tak til Mænds mødesteder for at hjælpe os med at etablere vores Petanque bane.

Indhold

1. Forside
2. Indhold
3. Leder
4. Herreklub
5. Familiencykeltur
6. Beboer Nyt - medarbejdere
7. Invitationj
8. Spis med - fælles sang
9. Indvielse af petuanqebane
10. Menu
14. Kost- og beboerrådsmøde
17. Cykling i fitness
18. Mallorca tur
21. Foredrag
22. Agnes fest
23. Galla fest
24. Ture i september
27. Parkinsondans
28. Kalender
32. Bagside

Storm P har engang sagt: ” Jeg siger bare, at man skal være glad for vejret, så længe man kan trække det.” Så selvom sommeren er forbi, og efteråret trænger sig på, så lad os glædes over, at vi stadig er her og kan gå efterårets hygge og samvær i møde i fællesskab.

Vejret bliver koldere, naturen visner, og aktiviteterne flytter naturligt indendørs. I den forbindelse skal vi hjælpe hinanden med at huske på, at det stadig er vigtigt at komme ud i lyset og få stimuleret vores sanser i byens rum eller i naturen. Lad det være en opfordring til at deltage i den daglige gåtur klokken 14. Du møder blot op ved hovedindgangen, hvis du gerne vil deltage. Hvis du sidder i kørestol, skal du bede en medarbejder om at hjælpe dig ned til hovedindgangen, hvor aktivitetsmedarbejderne venter.

I oktober måned holder vi dialogmøder med beboere og pårørende på henholdsvis 1. og 2. sal. Se invitation i dette nummer af Betaniaposten. Jeg ønsker jer alle en god oktober fyldt med spændende aktiviteter og arrangementer.

Venlig hilsen Benedikte Korsager

HERREKLUBBEN

Så havde vi første møde i herreklubben, og der er blevet sunget, tegnet, spillet og samlet. Og vi har også talt om, hvad er det, vi skal i gang med, når vi mødes næste gang. Vi mødes hver 14. dag, og alle herrer er velkomme til at være med.



FAMILIECYKELTUR



Har du lyst til at få vind i håret og opleve Frederiksbergs gader, eller er der et sted, du kunne tænke dig at gense sammen med din mor, far eller ægtefælle? Så kontakt David fra aktivitetsafdelingen på dab@betaniahjemmet.dk

Nyt om beboere og medarbejdere

Fødselsdage i oktober



Rita Andersen (3.sal)	01.okt.
Ebbe Husen Nielsen	26. okt.
Knud Erik Jacobsen	27. okt.

Vi har taget afsked med

Birthe Hansen	Lejl. 202.
Steen Kruse Voigt	Lejl. 102.
Aage Jacobsen	Lejl. 308.
Oluf Guldager	Lejl. 108.



Æret være deres minde

Nye beboere

Frank Attle	Lejl. 202.
Inger Hertz	Lejl. 102.
Holger Bjellekjær Madsen	Lejl. 308.



Velkommen til Betaniahjemmet

Nye medarbejdere:

Jeanny Storgaard Christensen SSH ansat 37 timer ugentligt i dagvagt på 1. sal fra d. 1. oktober.

Aref Arkrami SSH ansat 37 timer ugentligt i dagvagt på 3. sal fra d. 1. oktober.

Fadil Susa SSH ansat 19,25 timer ugentligt i aftenvagt fra d. 1. oktober.

Faiza Adam Somit SSH ansat 19,25 timer ugentligt i aftenvagt fra d. 7. oktober.

Nye elever:

Servgi Fetin SSA elev på 4. sal fra d. 16. september 2019.

Majlinda Jakupi SSH elev på 2. sal fra d. 16. september 2019.

Invitation til årlige beboer – og pårørendemøder på de enkelte etager.

Betaniahjemmet afholder det årlige dialogmøde på alle etager i oktober og november måned.

Dialogmøderne bliver afholdt på følgende dage:

Mandag den 21. oktober 2019 på 1. sal.

Mandag den 28. oktober 2019 på 2. sal.

Mandag den 04. november 2019 på 3. sal.

Mandag den 18. november 2019 på 4. sal.

Vi begynder klokken 17.00, og vi forventer, at vi slutter cirka klokken 20.00. Møderne holdes på den enkelte etage.

Vi vil på møderne orientere om, hvad der generelt foregår på Betaniahjemmet. Herudover vil vi invitere til dialog om de særlige forhold på de enkelte etager. Vi slutter aftenen med at spise et let måltid sammen.

Af hensyn til bordopsætningen og måltidet vil vi gerne vide, hvem der deltager. Du skal derfor tilmelde dig til kontoret senest en uge før mødet på den enkelte etage. Du skal skrive til kontor@betaniahjemmet.dk eller ringe 3814 6922.

Venlig hilsen

Ledergruppen

Spis med på Betaniahjemmet

Vi elsker at have gæster her på Betaniahjemmet, det giver liv og glæde i huset.

I køkkenet har vi mest ro i maven, når vi ved, at der er nok mad til alles maver.

En ekstra gæst her og der, bør vi have mad nok til. Men hvis I kommer mere end en, enten til aftencafe eller til f.eks.

middagsmad, så vil vi gerne bede jer om at ringe til køkkenet dagen før inden kl. 12.00 på tlf.nr. 38146960.

Hvis I skal spise med i weekenden, bedes I ringe senest kl. 12.00 om torsdagen.

Velbekomme

Køkkenpersonalet

En fælles sang med den levende jukebox

Tirsdag d.22. oktober kommer Kim Preuthun forbi Betaniahjemmet.

Festen kommer først rigtigt i gang, når klaverbokseren og show-skaberen Kim Preuthun sætter sig til tangenterne og lader sig inspirere af publikum, så de får en unik oplevelse, der er skræddersyet til netop dem.

Kim kan mere end 2000 melodier udenad, og mindst ligeså mange tekster. "Så bare prøv ham af",

Kim siger: "Dit ønske er min lov, og der går sjældent mere end et nanosekund fra, du har nævnt en melodi, til jeg begynder at spille den. Det er helt vidunderligt at glæde folk på den måde og give dem lyst til at ønske mere og mere endnu.

Så kom og vær med tirsdag d.22. oktober kl.14.30 i Regnbuen.

Indvielse af den nye petanquebane

Vi har indviet vores nye petanquebane i gården! Vi spiller onsdag formiddag, så kom og prøv det sjove spil, hvor alle kan være med!



Middagsmad oktober 2019

Tirsdag	1. Oktober	Glaseret skinke med stuede kartofler og ærter	Frugtsuppe med tvebakker
Onsdag	2. Oktober	Kogt torsk med sennepssauce, kartofler og broccoli	Abrikosgrød med mælk
Torsdag	3. Oktober	Risengrød med smør og kanel sukker, et glas hvidtøl eller rødsaft efter ønske	Pandekager med syltetøj
Fredag	4. Oktober	Gule ærter med sprængt nakke	Henkogte ferskner med creme
Lørdag	5. Oktober	Gammeldags kylling + indmad, skysauce, kartofler og agurkesalat	Hjemmelavet is
Søndag	6. Oktober	Bankekød med kartoffelmos og rødbeder	Citronfromage
Mandag	7. Oktober	Wokret med grøntsager og kylling og nudler	Jordbærgrød med fløde
Tirsdag	8. Oktober	Æggekage med tomat, bacon og purløg	Legeret løgsuppe
Onsdag	9. Oktober	Lakselasagne med spinat	Syltede grønne figer med creme
Torsdag	10. Oktober	Frikadeller med stuvet spinat, brune kartofler og glaserede perleløg	Henkogte pærer med makronskum
Fredag	11. Oktober	Millionbøf med kartoffelmos og rødbeder	Tunmousse med brød
Lørdag	12. Oktober	Brændende kærlighed med rødbeder	Solbærgrød med mælk
Søndag	13. Oktober	Hamburgerryg med aspargessauce, kartofler og gulerødder	Tiramisu
Mandag	14. Oktober	Hakkebøffer med bløde løg, skysauce og kartofler	Jordkokkesuppe med bacon og purløgssky
Tirsdag	15. Oktober	Pandekager fyldt med kylling og champignon a la creme, salat	Blommegrød med fløde

Aftensmad oktober 2019

Tirsdag	1. Oktober	Tærte med salat og dessert
Onsdag	2. Oktober	Juliennesuppe med brød og assorteret smørrebrød
Torsdag	3. Oktober	Aftencafé: Helstegt laks med ærtepure, kartoffelrøsti og ovnbagte gulerødder og Panna Cotta med bærkompot
Fredag	4. Oktober	Tapas
Lørdag	5. Oktober	Mini croissant med æggesalat, rugbrød med sild og sprængt nakke med italiensk salat
Søndag	6. Oktober	Smørrebrød med Æg med mayonaise og kaviar, hønsesalat og Ribbensteg rødkål og agurkesalat
Mandag	7. Oktober	Fest i spisestuen - Ølbraiserede svinekæber med rodfrugtmos, bagte rødløg, bagte tomater, skysauce og citrontærte
Tirsdag	8. Oktober	Kartoffel-porresuppe med røde linser, brød og dessert
Onsdag	9. Oktober	Lune frikadeller med surt og rugbrød, smørrebrød med spegepølse og fiskesalat
Torsdag	10. Oktober	Aftencafé: Ostegratinerede grøntsager, fiskefilet og pommes frites
Fredag	11. Oktober	Suppe med brød, smørrebrød med leverpostej med hjemmesyltede rødbeder og sild med løg
Lørdag	12. Oktober	Lune kyllingelår med kartoffelsalat og tomatsalat og lidt sødt
Søndag	13. Oktober	Smørrebrød med gravad laks med rævesauce, paté med drueagurk og frugtsalat med kiks
Mandag	14. Oktober	Aftencafé: Oksehaler med stegte rodfrugter og mos og lagkage
Tirsdag	15. Oktober	Gullashsuppe med brød og dessert

Middagsmad oktober 2019

Onsdag	16. Oktober	Pasta Carbonara med salat	Frugtsalat med creme
Torsdag	17. Oktober	Rødspætte med persillesauce, kartofler og gulerødder	Chokolademousse
Fredag	18. Oktober	Hannovergryde med kartoffelmos	Rabarbergrød med fløde
Lørdag	19. Oktober	Skipper labskous med rødbeder	Henkogt frugt med creme
Søndag	20. Oktober	Osso buco med kartoffelmos og rødbeder	Jordbærfremage
Mandag	21. Oktober	Krebinetter med kartofler og stuede ærter og gulerødder	Hvidkålssuppe
Tirsdag	22. Oktober	Bagt fisk på bund af grøntsager og kartofler med citronsauc	Henkogte abrikoser med creme
Onsdag	23. Oktober	Skinkegryde med grøntsager og ris	Pære Belle Helene
Torsdag	24. Oktober	Boller i selleri med kartofler	Hindbærgrød med fløde
Fredag	25. Oktober	Gulerodsbøffer med tomatsauce, kartofler og salat	Tarteletter med høns i asparges
Lørdag	26. Oktober	Kyllingefrikasse med kartofler	Sorbet
Søndag	27. Oktober	Gammeldags kalvesteg med skysauce, kartofler og waldorffsalat	Ris a la mande med kirsebærsauce
Mandag	28. Oktober	Stegt røget flæsk med persillesauce og kartofler	Frisk frugtsalat med creme
Tirsdag	29. Oktober	Stegt sild med persillesovs, kartofler og rabarberkompot	Æblegrød med fløde
Onsdag	30. Oktober	Biksemad med spejlæg	Ymerfromage med saftsauce
Torsdag	31. Oktober	Grøntsagsfrikadeller, stegte kartofler, salat og dressing	Rejecocktail med brød

Aftensmad oktober 2019

Onsdag	16. Oktober	Lun leverpostej med hjemmesyltede rødbeder, pølsesalat, rullesteg med surt og rugbrød
Torsdag	17. Oktober	Aftencafé - Butterchicken, ris, naanbrød og salat og Rådhuspandekager
Fredag	18. Oktober	Lune fiskefrikadeller med remoulade, leverpostej med bacon og rødbeder, æg med mayonaise og tomat
Lørdag	19. Oktober	Assorteret smørrebrød
Søndag	20. Oktober	Smørrebrød med dyrlægens natmad, roastbeef med remoulade og ristede løg, ostanretning med kiks
Mandag	21. Oktober	Aftencafé: Kotelet i fad med ris og grøntsager og Regnbueis med vafler
Tirsdag	22. Oktober	Gulerodssuppe med brød og dessert
Onsdag	23. Oktober	Lune fiskefileter remoulade og citron, spegepølse, skinkesalat og rugbrød
Torsdag	24. Oktober	Aftencafé: Toast med stuvet spinat og spejlæg og Kyllingepie
Fredag	25. Oktober	Lun æbleflæsk, roastbeef, torskerogn med remoulade og citron og rugbrød
Lørdag	26. Oktober	Lune mørbradbøffer med bløde løg og rugbrød, sild og æggesalat
Søndag	27. Oktober	Rejesalat på franskbrød, smørrebrød med æg med mayonaise og tomat og smørrebrød med skinke og røræg
Mandag	28. Oktober	Aftencafé: Pizzaaften med salat og pommes frites og dessert
Tirsdag	29. Oktober	Fyldig grønkålssuppe med brød og dessert
Onsdag	30. Oktober	Legeret blomkålssuppe med brød og assorteret smørrebrød
Torsdag	31. Oktober	Aftencafé - Indisk ret med kalvekød, ris og röti og svesketrifli

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

Møderne er afholdt på følgende datoer:

1. sal: 27. september 2019.
2. sal: 19. september 2019.
3. sal: 26. september 2019.
4. sal: 20. september 2019.

Referent: Benedikte Korsager.

Dagsorden med referat

1. Kostplan for den kommende måned.

Kostplanen for oktober 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 dejlig og varieret kost.
- Gerne flere grønsager og særligt broccoli.
- Gerne mindre farsmad.
- Gerne retter med kål i efteråret.
- Flere grønsagsretter.

- Gerne flere dage med fisk, men det skal ikke være sild og fiskefileter.
- Den fedtfattige lasagne i september måned var tør og for mørkt bagt.
- Vi får god mad, men gerne lidt mindre smørrebrød.
- Flere lune retter om aftenen.

1. Nyheder til / fra de enkelte etager.

1.sal

Tilstedeværende beboere: Inger og Christian.

En beboer mangler en nøgle til egen bolig. – Beboeren fik udleveret en nøgle efter mødet.

Det er en stor glæde, når der er beboere, som spiller på husets klaver.

2.sal

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

Der var ingen særlige forhold at drøfte på 2. sal.

De tilstedeværende udtrykte generel tilfredshed med forholdene.

En beboer fortalte, at vedkommende havde fået bedre mad den første uge efter sin flytning end den anden uge.

Flere beboere efterlyste mere oplæsning på etagen.

3.sal

Tilstedeværende beboere: Inger, Kirsten og Rita

Det blev nævnt, at det er dejligt, at der ikke er så meget smækken med dørene længere, på etagen.

4.sal

Tilstedeværende beboere: Karen- Margrethe, Knud, Gyda, Edith og Karen.

En beboer fortalte, at en medarbejder er kommet til at ødelægge en kop. – Benedikte oplyste, at Betaniahjemmet erstatter ting, som medarbejderne kommer til at ødelægge.

1. Ønsker til aktiviteter i september / oktober måned.

- Mere oplæsning på etagerne.
- Mere sang og musisk.
- Tur til Arken og Louisiana.
- Tur ud i naturen, hvor det også er muligt at gå en lille tur med sin rolator. Fx ved Eremitageslottet.
- Gerne deltage i koncerter rundt omkring i byen.
- Teaterture.

CYKLING I FITNESS

Hver mandag kan du cykle en tur på en af de smarte cykler, vi har installeret i husets fitness lokale. Man kan cykle med benene, men man kan også cykle ved hjælp af armene og siddende. Hvis du har lyst til at få dig en tur på en cykel, mens du nyder naturens skønne omgivelser, så kom ned i fitness kl.

10.30. Vi ses!

Fysioterapeuten



Ferie på Mallorca

Lørdag den 7. september drog Eyvind, Gert, Anne-Grethe og Else på ferie i en uge sammen med fire medarbejdere.

Ved ankomsten til Mallorca var vi temmelig trætte, da vi blev hentet på Betaniahjemmet klokken 3 om natten. Vi skulle nemlig flyve klokken 06.00, og vi havde derfor kun fået få eller ingen timers søvn.

Vi ankom til et dejligt hotel i Palma Nova, men desværre viste det sig, at vi var tildelt nogle meget små værelser, som ikke levede op til de krav, som vi havde betalt for. Efter mange telefonsamtaler og en enkelt overnatning, blev vi næste dag kørt til et nyt hotel i Alcudia, hvor vi havde seks pragtfulde dage med mange gode ferieoplevelser.

Glæden var stor hos alle deltagere, da vi efter flytning og en god frokost gik rundt i byen. Vi kiggede på forretninger, og nogle deltagere shoppede allerede de første gaver og tøj.

Efter en hyggelig søndag eftermiddag med is og kaffe var der middag med stor buffet, og humøret var højt, da vi placerede os ved poolen for at yde livet i den lune aftenluft. Pool-baren var åben, og vi benyttede os alle af mulighederne for at hente kaffe, sodavand, øl og cocktails efter behov. Hotellet tilbød underholdning hver aften, og vi besluttede os derfor for, at alle vores feriedage skulle slutte med underholdning ved den åbne pool bar.



Vi blev hurtige enige om, at vi alle gerne ville op i bjergene og ud i det blå, og vi besluttede derfor at leje to åbne biler. Mandag besøgte vi en lille havneby Sòller, hvor vi spiste med den smukkeste udsigt ud over havet, og efterfølgende kørte vi en tur til den gamle bydel i en veteransporvogn. På turen hjem kørte vi op gennem bjergene og så Mallorcas varierede og meget smukke landskab. Det var en heldagsudflugt med mange gode oplevelser og sol og vind i ansigtet.

Tirsdag kørte vi op til en smuk lille bjerglandsby Valldemossa, hvor der blev shoppet og hygget, indtil det gode vejr blev afløst af et voldsomt uvejr. Gode råd var dyre. Det endte med, at Alaa og Benedikte hentede bilerne oppe i byen og kørte ulovligt ned i gågaden for at hente de øvrige deltagere. Vi er enige om, at vi aldrig har været så våde før. Turen gik direkte hjem med kalechen oppe.

Onsdag var der ønske om at køre en tur på cykel, og vi lejede derfor cykler med plads til flere cyklende. Det var hårdt arbejde, hvor der blev grinet meget.

Torsdag kørte vi til Palma. Vi besøgte den smukke katedral og kørte en tur rundt i den gamle bydel i hestevogn. Efter en lang men meget hyggelig dag, var vi tilbage på hotellet klokken 18.

Fredag var en stille dag, som bød på regnvejr og småsysler på terrasserne. De sidste indkøb blev også foretaget mellem regnbygerne, og kufferterne blev pakket, så vi var klar til at blive hentet af bussen klokken 06.30 lørdag morgen.



En dejlig uge var slut, og efter den sidste transport til Betaniahjemmet kunne vi pakke ud og få lidt frokost klokken 15.Trætte, men glade efter mange gode oplevelser.

Der var flere, som gerne havde set, at rejsen kunne forlænges yderligere en uge, og der er allerede ønsker til næste års rejsemål.

Tak til alle deltagere for det hyggelige samvær, det gode humør og de mange gode oplevelser.

Mange feriehilsner fra

Alaa, Lainell, Meryem og Benedikte



Foredrag

Tirsdag d. 1. oktober

kl. 14.30 I regnbuen

vil Elsebeth gerne vise billeder
og fortælle om min tur til sydstaterne



Graceland



Nashville



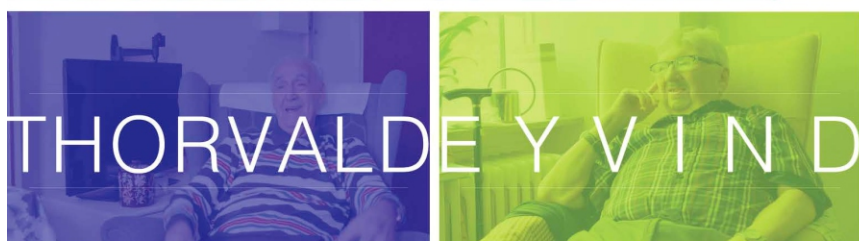
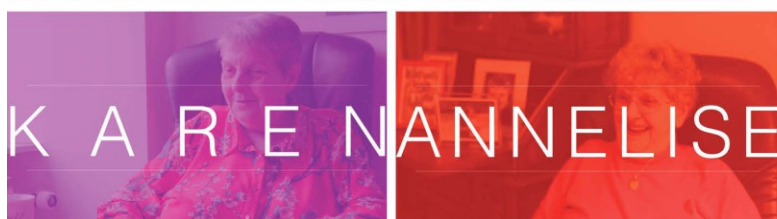
Agnes 101 år



Tak for den fine underholdning!



GALLA FEST



**Invitation til fremvisning af film på Betaniahjemmet
den 7. oktober Kl. 17.00
Kong Georgs vej 3, 2000 Frederiksberg**

Betaniahjemmet åbner dørene til et brag af en fest.

I foråret lavede produktionsselskabet CPHLIVE korte film og lydclip med Eyvind, Anne-Lise, Thorvald og Tove.

Filmene er lagt op på en ny hjemmeside og tager også del i et lydprojekt (podcast) kaldet "Inden de dør".

Det skal fejres og derfor inviterer vi til Galla fest d. 7.oktober 2019.
Arrangementet er gratis.

Dagens program

Kl.17.00 Betaniahjemmets forstander Benedikte Korsager vil byde velkommen og idémanden bag projektet Fia Højsleth vil vise hjemmesiden, udklip af film og lydclip fra projektet.

Kl. 18.00 Skal vi spise danse, og feste sammen.

De varmeste hilsner Betaniahjemmet & CPHLIVE

Tilmelding til kontor@betaniahjemmet.dk
med antal gæster. S.U. 2. oktober 2019

Med støtte fra:



Eventet er sponsoreret af Ensomme Gamles Værn

Ture i september

Til Damhussøen



Til Valbyparken



Til Langelinie



Parkinson dans

Ældre sagen på Frederiksberg tilbyder Parkinson dans, som vi benytter os af hver torsdag fra kl. 13.00 til kl. 14.30.

Dansetimen afholdes i KU.BE på Dirch Passers alle. Vi har 4 pladser på holdet, så hvis du har lyst til at være med, så giv besked til aktivitetsafdelingen.

Vi spiser sammen kl. 12.00 i spisestuen og derefter kører til KU.BE. Vi er hjemme igen ca. kl. 15.00.



Tirs	1	Kl. 10.30 Kl. 11.00 Kl. 14.00 Kl. 14.30	Individuelle aktiviteter – klippekortsordning Fællesgymnastik i Regnbuen Gåtur/cykeltur i nærmiljøet, vi mødes ved hoveddøren Foredrag min tur til USA v/ Elsebeth
Ons	2	Kl. 10.15 Kl. 11.00 Kl. 14.00 Kl. 14.30	Tur til Eremitagen/Raadvad – pris 50,- kr. Sansehave/Petanque spil Gåtur/cykeltur i nærmiljøet, vi mødes ved hoveddøren Café hyggen med Banko
Tors	3	Kl. 10.30 Kl. 14.30 Kl. 18.00	Individuelle aktiviteter – klippekortsordning Sanseoplevelser i sanselokalet Fællessang med Johannes på 1. sal. Aftencafé
Fre	4	Kl. 11.00	Fællesgymnastik i Regnbuen
Lør	5		
Søn	6		
Man	7	Kl. 14.00 Kl. 17.00	Gåtur/cykeltur i nærmiljøet, vi mødes ved hoveddøren Gallafest med dans og spisning
Tirs	8	Kl. 10.30 Kl. 11.00 Kl. 14.00 Kl. 14.30	Individuelle aktiviteter - klippekortsordning Fællesgymnastik i Regnbuen. Gåtur/cykeltur i nærmiljøet, vi mødes ved hoveddøren Reminiscens i regnbuen/ Danmark på film
Ons	9	Kl. 10.15 Kl. 10.30 Kl. 14.00 Kl. 14.30	Tur til Dragør – 50,- kr. Sansehave/Petanque spil Gåtur/cykeltur i nærmiljøet, vi mødes ved hoveddøren Café hyggen - Elsebeth bager pandekager

Tors 10	Kl. 10.30	Sanseoplevelser i sanselokalet
	Kl. 12.00	Parkinson dans i Ku.Be
	Kl. 14.00	Gåtur/cykeltur i nærmiljøet - vi mødes ved hoveddøren
	Kl. 14.30	Fællessang med Johannes på 2. sal
	Kl. 15.00	Herreklub med David
	Kl. 18.00	Aftencafé
Fre 11	Kl. 11.00	Fællesgymnastik i Regnbuen
	Kl. 14.00	Kost- og beboerrådsmøde på 1. sal
	Kl. 14.30	Litteraturgruppe i mødelokale 2.
Lør 12		
Søn 13	Kl. 14.30	Gudstjeneste v. Metodistkirken
Man 14	Kl. 11.00	Fysisk træning i fitnesslokalet
	Kl. 14.00	Tur til Landbrugs højskolens have
	Kl. 18.00	Aftencafé
Tirs 15	Kl. 10.30	Individuelle aktiviteter - klippekortsordning
	Kl. 11.00	Fællesgymnastik i Regnbuen
	Kl. 14.00	Gåtur/cykeltur i nærmiljøet, vi mødes ved hoveddøren
	Kl. 14.30	Kreativ eftermiddag i Regnbuen
Ons 16	Kl. 10.15	Tur til Vest skoven/Herstedhøje – pris 50,- kr.
	Kl. 11.00	Sansehave/Petanque spil
	Kl. 14.00	Gåtur/cykeltur i nærmiljøet, vi mødes ved hoveddøren
	Kl. 14.30	Café hyggen med bordspil

Fodterapeut

Andreas Toldam

Statsautoriseret fodterapeut.

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

Kommer hver mandag.

Tors 17	Kl. 10.30 Kl. 14.00 Kl. 14.30 Kl. 18.00	Sanseoplevelser i sanselokalet Gåtur/cykeltur i nærmiljøet - vi mødes ved hoveddøren Fællessang med Johannes på 3. sal Aftencafé
Fre 18	Kl. 10.30 Kl. 11.00	Individuelle aktiviteter – Klippekursordning Fællesgymnastik i Regnbuen
Lør 19		
Søn 20		
Man 21	Kl. 10.30 Kl. 11.00 Kl. 14.00 Kl. 18.00	Wellness på 2. sal Individuelle aktiviteter – Klippekursordning Fysisk træning i fitnesslokalet Tur til Lindevangsparken gratis Kost- og beboerrådsmøde på 4. sal Aftencafé
Tirs 22	Kl. 10.30 Kl. 11.00 Kl. 14.00 Kl. 14.30	Individuelle aktiviteter - Klippekursordning Fællesgymnastik i Regnbuen Gåtur/cykeltur i nærmiljøet - vi mødes ved hoveddøren Fællessang v/Kim Preuthun Den levende jukebox
Ons 23	Kl. 10.30 Kl. 11.00 Kl. 14.00 Kl. 14.30	Heldagstur til Rødovre centeret Sansehave/Petanque spil Gåtur/cykeltur i nærmiljøet - vi mødes ved hoveddøren Kost- og beboerrådsmøde på 3. sal Café hyggen
Tors 24	Kl. 10.30 Kl. 12.00 Kl. 14.00 Kl. 14.30 Kl. 15.00	Sanseoplevelser i sanselokalet Parkinson dans i Ku.Be Gåtur/cykeltur i nærmiljøet - vi mødes ved hoveddøren Fællessang med Johannes på 4. sal Herreklub med David

Fre	25	Kl. 10.00 Kl. 11.00 Kl. 14.00 Kl. 14.30	Individuelle aktiviteter - Klippe-kortsordning Fællesgymnastik i Regnbuen Kost- og beboerrådsmøde på 2. sal Litteraturgruppe i mødelokale 2
Lør	26		Natten til søndag slutter sommertid
Søn	27	Kl. 14.30	Gudstjeneste v. Folkekirken
Man	28	Kl. 10.30 Kl. 11.00 Kl. 14.00 Kl. 14.30 Kl. 18.00	Wellness på 3. sal Fysisk træning i fitnesslokalet Assistant kirkegården Bibeltime mødelokale 2. Aftencafé
Tirs	29	Kl. 10.30 Kl. 11.00 Kl. 14.00 Kl. 14.30	Individuelle aktiviteter - klippekortsordning Fællesgymnastik i Regnbuen. Gåtur/cykeltur i nærmiljøet, vi mødes ved hoveddøren Film i regnbuen
Ons	30	Kl. 9.00 Kl. 10.15 Kl. 10.30 Kl. 14.00 Kl. 14.30	Svømning i Flintholm svømmehallen Tur til Risby/Ledøje/Sengeløse – pris 50,- kr. Sansehave/Petanque spil Gåtur/cykeltur i nærmiljøet, vi mødes ved hoveddøren Café hyggen med Quiz
Tors	31	Kl. 10.30 Kl. 12.00 Kl. 14.00 Kl. 14.30 Kl. 18.00	Individuelle aktiviteter – klippekortsordning Sanseoplevelser i sanselokalet Parkinson dans i Ku.Be Gåtur/cykeltur i nærmiljøet, vi mødes ved hoveddøren Fællessang med Johannes på 1. sal. Aftencafé

Tilmelding til udflugter sker hos aktivitets medarbejder eller hos afdelings medarbejder.

Mail: trp@betaniahjemmet.dk

Forstander Benedikte Korsager	40 87 08 08	bko@betaniahjemmet.dk
Udviklingsleder 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
Plejefaglig leder 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*