

Februar 2020

# Betaniaposten



**Fællesgymnastik**

# *Indhold*

1. Forside
2. Indhold
3. Leder
4. Fastelavn
5. Herreklub
6. Indvielse af billardbord
7. Billard
8. BeboerNyt
9. Medarbejder Nyt
10. Menu
14. Kost- og beboerrådsmøde
18. Taichi og fitness
20. Ældrekoncert
21. Kalender
24. Bagside

Februar måned er en af de måneder på året, hvor mange mennesker synes, at det stadig er mørkt. En tid kaldes mørk, ikke fordi lyset ikke stråler, men fordi mennesker har svært ved at se lyset. Så, hjælp hinanden med at se lyset i mennesker og omgivelser.

Vinteren er stadig over os, men i skrivende stund er der nærmest forårstemperaturer i luften, og vi begynder at kunne mærke, at dagene bliver længere og lysere. Jeg fandt de første smukke erantis i weekenden, så foråret er på vej.

I februar holder vi fastelavn. Det er en gammel tradition til minde om fastetiden, hvor Jesus var fyrre dage i ørkenen. Vi håber, at mange familier og børn finder vej til Betaniahjemmet og holder traditionen ved lige.

Jeg ønsker jer alle en hyggelig og varm februar måned, med mange spændende aktiviteter og udflugter.

Venlig hilsen  
Benedikte Korsager.

# FASTELAVN

Lørdag d. 22. februar kl. 14.30

Vi slår katten af tønden

og byder på

saftevand og fastelavnsboller

og kaffe til de voksne.



Husk tilmelding senest d. 10. februar

Pia Arp 38 14 69 66

Elsebeth 38 14 69 76

[trp@betaniahjemmet.dk](mailto:trp@betaniahjemmet.dk)

Pris : gæster 25.- kr.

# HERREKLUBBEN

Til vores møder i herreklubben i januar måned spillede vi forskellige bordspil, og vi så en del af korte film fra internettet. Vi så blandt andet optagelser af fantastiske nytårsfyrværkerier fra forskellige steder i verden.

Vi har også indviet det nye billard bord i loungen.



# Indvielse af det nye billardbord og dartspil

12. februar 2020 kl. 10.30 – 12.00 i Loungen





# Nyt om beboere og medarbejdere

## Fødselsdage i februar



Eyvind Jansen	6. febr.
Christian Westberg	16. febr.
Inger-Britt Nielsen	21. febr.
Flemming Borchorst	26. febr.

## Vi har taget afsked med

Jytte Sørensen	Lejl. 401
Sidsel Elisabeth Seidler	Lejl. 408
Edith Ela Gundtofte	Lejl. 411



## Æret være Deres minde

### Nye beboer

Inger-Britt Nielsen	Lejl. 107
Else Sloth	Lejl. 408
Halina Wilkomirska	Lejl. 401
Lilli Cecilie Ostmann Petersen	Lejl. 411
Bendt Kirstein	Lejl. 413



## Velkommen til Betaniahjemmet



## **Nye medarbejdere:**

**Abdalla Hussein Yusuf** social-og sundhedshjælper  
ansat 37 timer ugentligt i dagvagt på 1.sal fra d. 6. januar. 2020

## **Nye elever:**

**Samira** SSA elev på 4. sal fra d. 20.januar til 17. april 2020.

**Fatima** praktikant på kontoret 4 dage ugentligt i 13 uger fra 14. januar 2020.

## **Fratrædelser:**

**Grethe Robertsen** ansat som kontorassistent stopper d. 31.01.2020

**Linda N Khooobhi** ansat som sygeplejerske i dagvagt stopper d. 21.01.2020

**Sara El Hankouri** ansat som plejemedhjælp. i aftenvagt stopper d. 08.01.2020



# Middagsmad februar 2020

Lørdag	1. februar	Sammenkogt gryderet med svinekød, cocktailpølser og bacon med ris	Syltede citrusfrugter med creme
Søndag	2. februar	Rullesteg med svesker, skysauce, kartofler og rødkål	Budding med saftsauce
Mandag	3. februar	Torskerognsbukser med hjemmelavet remoulade, kartofler og kogte gulerødder	Henkogte pærer med makronskum
Tirsdag	4. februar	Forloren hare med skysauce, kartofler, rysteribs	Æblegrød med fløde
Onsdag	5. februar	Svensk pølseret med ærter	Ymerfromage
Torsdag	6. februar	Kikærtegyde med ris og røti (indisk madbrød)	Tarteletter med høns i asparges
Fredag	7. februar	Pasta carbonara med salat	Kræmmerhuse med syltetøj og flødeskum
Lørdag	8. februar	Irsk stuvning med rødbeder	Hindbærgelerand med creme
Søndag	9. februar	Gammeldags oksesteg med sauce, kartofler og surt	Chokoladebudding
Mandag	10. februar	Stegte sild med persillesovs, rabarber-kompot og kartofler	Stikkelsbærgrød med fløde
Tirsdag	11. februar	Kylling i grøn karry med ris	Pandekager med is
Onsdag	12. februar	Paneret flæsk med persillesauce, kartofler og rødbeder	Fiskesuppe
Torsdag	13. februar	Grøntsagsfrikadeller med tzaziki, små ristede kartofler og salat	Sødsuppe med rosiner og svesker
Fredag	14. februar	Fælles Brunch i Spisestuen	Stjernesnud og dessert
Lørdag	15. februar	Millionbøf, kartoffelmos og rødbeder	Abrikosgrød med mælk

# Aftensmad februar 2020

Lørdag	1. februar	Lun leverpostej med rødbeder og bacon, rugbrød med karrysild med æg og spegepølse med sky og løg
Søndag	2. februar	Franskbrød med røget laks, rugbrød med æggesalat og frugtsalat med kiks
Mandag	3. februar	Aftencafé: Brunkål med grisehaler og sprængt nakke og dessert
Tirsdag	4. februar	Legeret løgsuppe med ostebrød og dessert
Onsdag	5. februar	Tærte med salat og dessert
Torsdag	6. februar	Stegt kylling i fad med grøntsager og softice
Fredag	7. februar	Assorteret smørrebrød og suppe med brød
Lørdag	8. februar	Smørrebrød med kødpølse med remoulade og ristede løg, leverpostej med rødbeder og makrelsalat
Søndag	9. februar	Franskbrød med hønsesalat og bacon, smørrebrød med forloren hare og tyttebærskum, smørrebrød med æg, mayonaise og rejer
Mandag	10. februar	Aftencafé: Spaghetti med kødsauce, parmesan og salat, frugtgrød med fløde
Tirsdag	11. februar	Aspargessuppe m/ kødboller og brød og dessert
Onsdag	12. februar	Tærte med salat og dessert
Torsdag	13. februar	Aftencafé: Satayspyd med ris og jordnøddesauce og panna cotta med rabarber
Fredag	14. februar	Assorteret smørrebrød og suppe med brød
Lørdag	15. februar	Lune kyllingelår med kartoffelsalat og tomatsalat og dessert

# Middagsmad februar 2020

<b>Søndag</b>	<b>16. februar</b>	<b>Glaseret skinke med flødekartofler og bønner</b>	<b>Hindbærmousse</b>
<b>Mandag</b>	<b>17. februar</b>	<b>Boller i karry med ris og chutney</b>	<b>Frugtsalat med råcreme</b>
<b>Tirsdag</b>	<b>18. februar</b>	<b>Nudler med grøntsager og rejer</b>	<b>Chokolademousse</b>
<b>Onsdag</b>	<b>19. februar</b>	<b>Frikadeller med stuvet spinat, brune kartofler og perleløg</b>	<b>Jordbærgrød med fløde</b>
<b>Torsdag</b>	<b>20. februar</b>	<b>Grøntsagslasagne</b>	<b>Tunmousse med brød</b>
<b>Fredag</b>	<b>21. februar</b>	<b>Oksekødboller i tomatsauce med pasta og broccoli</b>	<b>Henkogt frugt med creme</b>
<b>Lørdag</b>	<b>22. februar</b>	<b>Bankekød med kartoffelmos og rødbeder</b>	<b>Gammeldags æblekage</b>
<b>Søndag</b>	<b>23. februar</b>	<b>Confiteret Andelår med skysauce, kartofler og rødkål</b>	<b>Citronfromage a la Benedikte</b>
<b>Mandag</b>	<b>24. februar</b>	<b>Stegt lever med bløde løg, skysauce og kartofler</b>	<b>Broccolisuppe med brød</b>
<b>Tirsdag</b>	<b>25. februar</b>	<b>Krebinetter med stuede ærter og gulerødder og kartofler</b>	<b>Hindbærgrød med fløde</b>
<b>Onsdag</b>	<b>26. februar</b>	<b>Stuvet hvidkål med sprængt kam og kartofler</b>	<b>Kærnemælkssuppe med rosiner</b>
<b>Torsdag</b>	<b>27. februar</b>	<b>Broccoligratin med salat</b>	<b>Rejecocktail med brød</b>
<b>Fredag</b>	<b>28. februar</b>	<b>Fiskefilet med remoulade og pommes frites</b>	<b>Henkogte ferskner med råcreme</b>
<b>Lørdag</b>	<b>29. februar</b>	<b>Lasagne med salat</b>	<b>Is med vafler</b>

# Aftensmad februar 2020

<b>Søndag</b>	<b>16. februar</b>	<b>Franskbrød med rejesalat, rugbrød med sild, og dyrelægens natmad</b>
<b>Mandag</b>	<b>17. februar</b>	<b>Assorteret smørrebrød</b>
<b>Tirsdag</b>	<b>18. februar</b>	<b>Høsekødssuppe med urter, kød og melboller og brød og dessert</b>
<b>Onsdag</b>	<b>19. februar</b>	<b>Tærte med salat og dessert</b>
<b>Torsdag</b>	<b>20. februar</b>	<b>Fyldte pandekager med salat og fyldte chokolader</b>
<b>Fredag</b>	<b>21. februar</b>	<b>Assorteret smørrebrød og suppe med brød</b>
<b>Lørdag</b>	<b>22. februar</b>	<b>Lune kyllingefrikadeller med fyldig salat og brød og dessert</b>
<b>Søndag</b>	<b>23. februar</b>	<b>Franskbrød med laksesalat, rugbrød med sild og æg med mayonaise og rejer</b>
<b>Mandag</b>	<b>24. februar</b>	<b>Assorteret smørrebrød</b>
<b>Tirsdag</b>	<b>25. februar</b>	<b>Tomatsuppe m/ kødboller og brød og dessert</b>
<b>Onsdag</b>	<b>26. februar</b>	<b>Tærte med salat og dessert</b>
<b>Torsdag</b>	<b>27. februar</b>	<b>Aftencafe: Laks med peberlæg og dessert</b>
<b>Fredag</b>	<b>28. februar</b>	<b>Assorteret smørrebrød og suppe med brød</b>
<b>Lørdag</b>	<b>29. februar</b>	<b>Lune fiskefrikadeller med remoulade og rugbrød, smørrebrød med rullepølse, sky og rå løg og frugtsalat med kiks</b>

## Referat fra kost- og beboerrådsmøder på de enkelte etager i januar måned 2020.

Møderne er afholdt på følgende datoer:

1. sal: 13. januar 2020.
2. sal: 16. januar 2020.
3. sal: 28. januar 2020.
4. sal: 29. januar 2020.

Referent: Benedikte Korsager.

### *Dagsorden med referat*

#### 1. Kostplan for den kommende måned.

Kostplanen for februar måned 2020 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:

- Vidunderlig mad, som vi får.
- Gerne brunch i spisestuen 1 – 2 gange hver måned.
- Gerne servering af rosenkål som tilbehør.
- Ønsker om italienske retter.
- Ønsker om mad, der er lidt mere krydret.

- Salaten må gerne være mere varieret.
- Gerne stærke thailandske retter.

## 1. Nyheder til / fra de enkelte etager.

### 1.sal

Tilstedeværende beboere: Christian, Inger, Arne, Preben, Ida, Knud, Randi og Inger – Brit.

En beboer, som er flyttet ind for kort tid siden, fortæller, at hun er meget glad for at være flyttet ind på Betaniahjemmet. Det giver ro og tryghed i hverdagen.

### 2.sal

Tilstedeværende beboere: Agnes, Frank, Annelise, Kirsten, Ole og Eyvind.

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

### 3.sal

Tilstedeværende beboere: Ianne-Grethe, Mona og Thorvald.

Der var ingen særlige forhold at drøfte på 3. sal, men de tilstedeværende beboere fortæller, at de trives bedre end tidligere i hinandens selskab, og de er gode til at hjælpe hinanden.

4.sal

Tilstedeværende beboere: Flemming, Halina, Knud, Karin, Hans Christian og Bent.

Ingen særlige forhold at drøfte på 4. sal.

### 1. Ønsker til aktiviteter i januar / februar måned.

- Flere ture i svømmehallen.
- Benedikte må gerne bage æbleskiver igen.
- Biograftur
- Filmaften på Betaniahjemmet, hvor filmen ” Last Christmas” vise.
- Gåtur i lokalområdet til stede, hvor man har boet tidligere. – Fx Holger Danskes Vej.
- Gerne flere cykelture.
- Besøg på Arken.
- Klassiske koncerter som fx torsdagskoncert i DR`s koncerthus.
- Gerne mere musik og dans, også på etagerne.
- Gerne flere oplevelser i naturen.
- Udendørstræning ved Sundhedscentret.
- Tur til Silkeborg.
- Fælles tegnekursus, ” Vi tegner sammen” fx en gang om ugen.
- Billardturnering.



- Orgelkoncert i Regnbuen med en organist fra en kirke i nærheden.
- Fremvisning af film om jagt / safari i Afrika.
- Dartturnering
- Fisketur i marts/ april måned, når det er blevet lidt varmere.



Klaverkoncert med Qi

# TAICHI

I sidste måned havde vi besøg af Taichi instruktør Ulrik til fælles gymnastikken. Det var meget spændende time!



# FITNESS

Vi træner mandag og onsdag fra kl. 10.30 – 12.00. Kom forbi!



# Ældrekoncerter 2020

For 71. gang blev der afholdt ældrekoncerter på Frederiksbergs rådhus for de ældre bøger i kommunen.

Vi deltog to gange med 8 beboere fra Betaniahjemmet og det har været en stor oplevelse for dem der var med. Man kunne også hilse på den nye borgermester.

Den musikalske mosaik blev nydt med kaffe, wienerbrød og traditionstro en dejlig lagkage.

Vi glæder os til næste år!



Lør	1		
Søn	2	Kl. 14.30	<b>Gudstjeneste v. Metodist kirken i Regnbuen</b>
Man	3	Kl. 18.00	<b>Aftencafé</b>
Tirs	4	Kl. 11.00 Kl. 14.00 Kl. 14.30	<b>Fællesgymnastik i Regnbuen</b> <b>Gåtur i nærmiljøet, vi mødes ved hoveddøre</b> Opera eftermiddag – Om Monserrat Caballé
Ons	5	Kl. 10.30  Kl. 14.00 Kl. 14.30	<b>Fysisk træning i fitnesslokalet</b> <b>Spil i Loungen</b> <b>Gåtur i nærmiljøet, vi mødes ved hoveddøre</b> Café hyggen med banko
Tors	6	Kl. 10.30 Kl. 12.00 Kl. 14.00 Kl. 14.30 Kl. 18.00	Sanseoplevelser i sanselokalet <b>Parkinsondans i Ku.Be</b> <b>Gåtur i nærmiljøet, vi mødes ved hoveddøren</b> Fællessang med Johannes på 4. sal <b>Aftencafé</b>
Fre	7	Kl. 11.00 Kl. 14.00	<b>Fællesgymnastik</b> Kost- og beboerrådsmøde på 1. sal
Lør	8		
Søn	9		



Man 10	Kl. 10.30 Kl. 14.00 Kl. 14.30 Kl. 18.00	Wellness på 2.sal <b>Fysisk træning i fitnesslokalet</b> <b>Gåture i nærmiljøet, vi mødes ved hoveddøren</b> Klippekortsordning <b>Aftencafé</b>
Tirs 11	Kl. 11.00 Kl. 14.00 Kl. 14.30	<b>Fællesgymnastik i Regnbuen</b> <b>Gåtur i nærmiljøet, vi mødes ved hoveddøren</b> Betania bio
Ons 12	Kl. 10.30 Kl. 10.30 Kl. 14.30	Tur til Dragør pris 50 kr. <b>Indvielse af billardbord i Loungen</b> Café hyggen – Elsebeth bager vafler
Tors 13	Kl. 10.30 Kl. 14.00 Kl. 14.30 Kl. 18.00	Sanseoplevelser i sanselokalet <b>Gåtur i nærmiljøet - vi mødes ved hoveddøren</b> Herreklub med David <b>Aftencafé</b>
Fre 14	Kl. 08.30 Kl. 11.00 Kl. 14.30	<b>Brunch i spisestuen</b> <b>Fællesgymnastik i Regnbuen</b> Litteratur gruppe i den Gamle stue
Lør 15		
Søn 16	Kl. 14.30	<b>Gudstjeneste v. Folkekirken</b>

## Kiosk

v/Ulla Christensen



Kiosk-vognen kommer rundt på etagerne om mandagen.

Kiosk-vognen sælger:  
slik - chokolade  
toiletartikler

## Fodterapeut

Andreas Toldam

Statsautoriseret fodterapeut.

Tlf. 42831306 E-mail: [toldamfod@gmail.com](mailto:toldamfod@gmail.com)

Kommer hver mandag.

Man 17	Kl. 10.30	Wellness på 3.sal <b>Fysisk træning i fitnesslokalet</b>
	Kl. 14.00	<b>Gåture i nærmiljøet, vi mødes ved hoveddøren</b>
	Kl. 14.30	Kost- og beboerrådsmøde på 4. sal Klippekortsordning
Tirs 18	Kl. 11.00	<b>Fællesgymnastik i Regnbuen</b>
	Kl. 14.00	<b>Gåtur i nærmiljøet, vi mødes ved hoveddøren</b>
	Kl. 14.30	Operaeftermiddag – Om Plácido Domingo
Ons 19	Kl. 10.15	Tur til Burresøen pris 50 kr.
	Kl. 10.30	<b>Fysisk træning i fitnesslokalet</b> <b>Spil i Loungen</b>
	Kl. 14.00	<b>Gåtur i nærmiljøet, vi mødes ved hoveddøren</b>
	Kl. 14.30	Café hyggen med Quiz
Tors 20	Kl. 10.30	Sanseoplevelser i sanselokalet
	Kl. 12.00	<b>Parkinson dans i Ku.Be</b>
	Kl. 14.00	<b>Gåtur i nærmiljøet - vi mødes ved hoveddøren</b>
Fre 21	Kl. 11.00	<b>Fællesgymnastik i Regnbuen</b>
	Kl. 14.00	Kost- og beboerrådsmøde på 2. sal
	Kl. 14.30	Fællessang med Johannes på 1. sal
Lør 22	Kl. 14.30	<b>Fastelavn i spisestuen</b>
Søn 23		



Man 24	Kl. 10.30 Kl. 14.00 Kl. 14.30	<b>Fysisk træning i fitnesslokalet</b> <b>Gåtur i nærmiljøet, vi mødes ved hoveddøren</b> Bibeltime i mødelokale 2 Klippekortsordning
Tirs 25	Kl. 11.00 Kl. 14.00 Kl. 14.30	<b>Fællesgymnastik i Regnbuen</b> <b>Gåtur i nærmiljøet, vi mødes ved hoveddøren</b> Dameklub i den Gamle stue
Ons 26	Kl. 10.30 Kl. 14.00 Kl. 14.30	<b>Fysisk træning i fitnesslokalet</b> Kost- og beboerrådsmøde på 3. sal Café hyggen med musikalsk underholdning
Tors 27	Kl. 10.30 Kl. 12.00 Kl. 14.30 Kl. 18.00	Sanseoplevelser i sanselokalet <b>Parkinson dans i Ku.Be</b> Fællessang med Johannes på 2. sal Herreklub med David <b>Aftencafé</b>
Fre 28	Kl. 11.00 Kl. 14.30	<b>Fællesgymnastik i Regnbuen</b> Litteratur gruppe i den Gamle stue
Lør 29		

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

Mail: [trp@betaniahjemmet.dk](mailto:trp@betaniahjemmet.dk)

## Kommende arrangementer

Rejsedag 26. marts

Påskefrokost for beboere 2. april

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