

Marts 2021

# Betaniaposten

- et blad for beboere og pårørende



Træningsmakkerer

## *Indhold*

01. Forside
02. Indhold
03. Leder
04. MedarbejderNyt
05. BeboerNyt
06. Øjeblikke i februar
10. Menu
14. Kalender - hvad sker i marts
16. Løsninger og vindere
17. Krydsord
18. Labyrint
19. Ventilation - husk at drikke
20. Infoside

*For at blive gammel og klog skal man  
først have været ung og dum!*



Marts er den første forårsmåned, og det har allerede længe piblet frem med vintergækker og erantis. Lyset er for alvor på vej tilbage, og dagene er blevet mærkbart længere.

Jeg håber, som mange andre på, at foråret, og det faktum, at rigtig mange beboere og medarbejdere efterhånden er blevet vaccineret, også betyder, at vi snart får lov til at åbne lidt mere op for, at du kan modtage besøg i din bolig. Man siger, at håbet er **lysegrønt**, men mon ikke, at der kommer lempelser af besøgsrestriktionerne, når endnu flere beboere er blevet fuldt vaccineret?

Landets statsminister har besluttet at forlænge mange af de generelle restriktioner i samfundet, da smitterisikoen fortsat er høj. Det betyder, at vi stadig ikke kan åbne spisestuen, holde aftencafe eller afholde fælles arrangementer. Vi planlægger derfor udelukkende aktiviteter på etagerne og udendørs. Herudover vil vi køre ture ud i naturen. Når det bliver muligt, vil vi begynde at holde fælles aktiviteter igen.

Venlig hilsen  
Benedikte Korsager

## Vi byder velkommen til:

**Christina Solberg**, sygeplejerske 37 timer pr. uge på 1. afd.,

**Farah Al-Amir**, vikariat 37 timer om ugen til 30. september 2021

# Velkommen

Når jeg bliver gammel, vil jeg ikke have, at folk skal tænke:  
"Åh, hvilken sød lille tante!"

Jeg vil have, at de skal sige:  
"Åh nej, hvad finder hun nu på?"



## ÆGTE KÆRLIGHED.

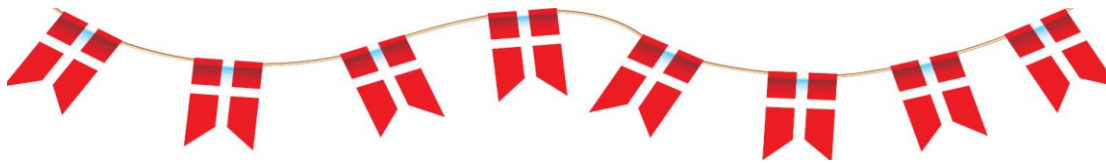
Min mand er stadig meget forelsket i mig.



Forleden dag, da jeg stod på en stige og pudsede vinduer, imens han så fodbold på TV, var jeg så uheldig at falde ned, og ved du hvad, han kom allerede i pausen og hjalp mig op.....  
Ægte kærlighed.

## Fødselsdage

Ida Ventzel	Bolig 103	5. marts.
Anne Marg. Christensen	Bolig 311	11. marts
Judith Hanssen	Bolig 208	16. marts
Pia Thorbek	Bolig 414	18. marts
Grethe Hansen	Bolig 204	30. marts
Karen Winther	Bolig 210	30. marts



## Velkommen til vores nye beboere:

Grethe Hansen	Bolig 204
Dolly Doris Hansen	Bolig 213



# Øjeblikke fra februar



Vi laver aktiviteter med afstand









## Middagsmad Betaniahjemmet marts 2021

Mandag	1. marts	Linsegryde med brød	Crossaint med hawaii Salat
Tirsdag	2. marts	Andepate med svampesauce, broccoli og kartofler	Ymerfromage med saft sauce
Onsdag	3. marts	Forloren skildpadde med ½ æg og brød	Kirsebærgrød med fløde
Torsdag	4. marts	Biksemad med spejlæg og rødbeder	Minestrone suppe
Fredag	5. marts	Kogt torsk med sennepssauce, kartofler og bønner	Henkogte abrikoser med creme
Lørdag	6. marts	Skipper laubskovs med rødbeder	Is med vafler
Søndag	7. marts	Langtidsstegte svinekæber med mos og bagte gulerødder	Jordbærtrifli
Mandag	8. marts	Fyldte pandekager med spinat og laks og salat	Henkogt ananas med flødeskum
Tirsdag	9. marts	Farsbrød med porrer, skysauce, kartofler og surt	Blommegrød med fløde
Onsdag	10. marts	Grøntsagsfrikadeller med flødekartofler og tomatsalat	Fiskeanretning med brød
Torsdag	11. marts	Chili con carne med ris og creme fraiche	Henkogt appelsin, grape & mandarin med creme
Fredag	12. marts	Fiskefrikadeller med remouladesovs, stegte kartofler og gulerødder	Jordbærsorbet og citronsorbet
Lørdag	13. marts	Bøfstroganoff med kartoffelmos og rødbeder	Pandekager med sukker og syltetøj
Søndag	14. marts	Ribbensteg med kartofler, skysauce og rødkål	Gammeldags æblekage med flødeskum

# Aftensmad Betaniahjemmet marts 2021

Mandag	1. marts	Brændende kærlighed og vafles med is
Tirsdag	2. marts	Juliennesuppe med brød og assorteret smørrebrød
Onsdag	3. marts	Lune frikadeller med rødkål og kartoffelporrefad og Ananasmousse
Torsdag	4. marts	Legeret løgsuppe med ostebrød og smørrebrød
Fredag	5. marts	Æbleflæsk med rugbrød og skinkesalat med crossant Kirsebærtrifli
Lørdag	6. marts	Ærtesuppe med bacondrys og smørrebrød
Søndag	7. marts	Smørrebrød med æg, mayonaise, kaviar og dild, dyrlægens natmad, laksesalat på franskbrød
Mandag	8. marts	Thairet med ris og grød med fløde
Tirsdag	9. marts	Kartoffelsuppe og assorteret smørrebrød
Onsdag	10. marts	Lakseroulader med salat og lune frikadeller med rugbrød og Chokolademousse
Torsdag	11. marts	Aspargessuppe m/ kødboller og smørrebrød
Fredag	12. marts	Medister i fad og Citronmousse
Lørdag	13. marts	Broccolisuppe med brød og smørrebrød
Søndag	14. marts	Smørrebrød med torskerogn med remoulade og citron, flæskesteg med rødkål og æg med mayonaise og tomat

## Middagsmad Betaniahjemmet marts 2021

Mandag	15. marts	Hakkebøf med bløde løg, skysauce og kartofler	Stikkelsbærgrød med fløde
Tirsdag	16. marts	Skinkegryde med cocktailpølser med ris og salat	Henkogt frugtcocktail med creme
Onsdag	17. marts	Forloren hare med skysauce, kartofler og waldorffsalat	Blåbærsuppe med kammerjunker
Torsdag	18. marts	Frikadeller med stuvet hvidkål og kartofler	Jordbærgrød med fløde
Fredag	19. marts	Blomkålsgratin med timiansgulerødder	Tunmousse med brød
Lørdag	20. marts	Gullash med kartoffelmos og rødbeder	Is med vafler
Søndag	21. marts	Laks med hollandaisesovs, kartofler og broccoli	Pæredessert med rugbrødsgrøt
Mandag	22. marts	Paneret flæsk med persillesauce, kartofler og rødbeder	Henkogte ferskner med creme
Tirsdag	23. marts	Grøntsagsslasagne med tzatziki	Rejecocktail med brød
Onsdag	24. marts	Dampet fisk på bund af grøntsager med tomat sauce og kartofler	Æblegrød med fløde
Torsdag	25. marts	Kalkunkrebinetter med skysauce, kartofler og salat	Banana split
Fredag	26. marts	Lammefrikadeller med stegte kartofler og broccolisalat	Fyldte portobellosvampe
Lørdag	27. marts	Pasta med kødsauce og gulerodsråkost	Hindbærgrød med fløde
Søndag	28. marts	Skinke med stuvet grønkål og brune kartofler	Tiramisu
Mandag	29. marts	Moussaka med auberginer og kartofler og salat	Henkogt pære med chokoladesauce
Tirsdag	30. marts	Paneret fiskefilet med persillesauce, kartofler og gulerodsråkost	Frisk frugt
Onsdag	31. marts	Pasta og kylling i pestoflodesauce og salat	Rabarbergrød med fløde

# Aftensmad Betaniahjemmet marts 2021

Mandag	15. marts	Stjernes kud og dessert
Tirsdag	16. marts	Gulerodssuppe med brød og smørrebrød
Onsdag	17. marts	Grøntsagstærte med kyllingespyd og Stikkelsbærtr
Torsdag	18. marts	Gullashsuppe med brød og Ferskenmousse
Fredag	19. marts	Stegt kylling i fad med grøntsager og æblekage
Lørdag	20. marts	Tapas med brød, Frugtsalat og kiks
Søndag	21. marts	Smørrebrød med æg, mayonaise og kaviar, Smørrek med frikadeller og rødkål, smørrebrød med paté og
Mandag	22. marts	Bøf sandwich med pommes frites og dessert
Tirsdag	23. marts	Kartoffel-porresuppe med brød og smørrebrød
Onsdag	24. marts	Biksefad med pølser og kartofler med rødbeder Hindbærmousse
Torsdag	25. marts	Jordkokkesuppe med purløg-bacondrys og smørre
Fredag	26. marts	Lune kyllingelår med kartoffelsalat og Kirsebærmou
Lørdag	27. marts	Champignonsuppe med brød og smørrebrød
Søndag	28. marts	Gravad laks med rævesauce på franskbrød, rugbrød forloren hare og tyttebærskum, frugtsalat med kil
Mandag	29. marts	Pølse-ostebord og dessert
Tirsdag	30. marts	Suppe med brød og smørrebrød
Onsdag	31. marts	Butterdejsstænger med kylling og svampe Chokolademousse

Man	1	Kl. 10.30 Kl. 14.00	Aktiviteter på etagerne Gåtur Fællessang med Johannes på 3. sal
Tir	2	Kl. 10.30 Kl. 14.00	Aktiviteter på etagerne Gåtur
Ons	3	Kl. 10.30 Kl. 14.00	Aktiviteter på etagerne Gåtur Kost-og beboerrådsmøde på 1.sal
Tor	4	Kl. 10.30 Kl. 14.00	Aktiviteter på etagerne Gåtur Fællessang med Johannes på 1. sal
Fre	5	Kl. 10.30 Kl. 14.00	Aktiviteter på etagerne Gåtur
Lør	6		
Søn	7		
Man	8	Kl. 10.30 Kl. 14.00	Aktiviteter på etagerne Gåtur Fællessang med Johannes på 4. sal
Tir	9	Kl. 10.30 Kl. 14.00	Aktiviteter på etagerne Gåtur
Ons	10	Kl. 10.30 Kl. 14.00	Aktiviteter på etagerne Gåtur Kost-og beboerrådsmøde på 2.sal
Tor	11	Kl. 10.30 Kl. 14.00	Aktiviteter på etagerne Gåtur Fællessang med Johannes på 2. sal
Fre	12	Kl. 10.30 Kl. 14.00	Aktiviteter på etagerne Gåtur
Lør	13		
Søn	14		



Man	15	Kl. 10.30 Kl. 14.00	Aktiviteter på etagerne Gåtur Fællessang med Johannes på 3. sal
Tirs	16	Kl. 10.30 Kl. 14.00	Aktiviteter på etagerne Gåtur
Ons	17	Kl. 10.30 Kl. 14.00	Aktiviteter på etagerne Gåtur Kost-og beboerrådsmøde på 3.sal
Tor	18	Kl. 10.30 Kl. 14.00	Aktiviteter på etagerne Gåtur Fællessang med Johannes på 1. sal
Fre	19	Kl. 10.30 Kl. 14.00	Aktiviteter på etagerne Gåtur
Lør	20		
Søn	21		
Man	22	Kl. 10.30 Kl. 14.00	Aktiviteter på etagerne Gåtur Fællessang med Johannes på 4. sal
Tir	23	Kl. 10.30 Kl. 14.00	Aktiviteter på etagerne Gåtur
Ons	24	Kl. 10.30 Kl. 14.00	Aktiviteter på etagerne Gåtur Kost-og beboerrådsmøde på 4.sal
Tor	25	Kl. 10.30 Kl. 14.00	Aktiviteter på etagerne Gåtur Fællessang med Johannes på 2. sal
Fre	26	Kl. 10.30 Kl. 14.00	Aktiviteter på etagerne Gåtur
Lør	27		
Søn	28		

Tilmelding til udflugter sker hos aktivitets medarbejder eller hos etagens medarbejdere. Mail: [trp@betaniahjemmet.dk](mailto:trp@betaniahjemmet.dk)



★	LANGET	STRØM	PLAGE	GRAM	HØST	NIDKÆR
MUSIK-GENRE	R	E	G	G	A	E
ØL-SORT	A	L	E	STÆVNE DESSERT	V	M
KILO	K	FORNAVN HUGGE	N	I	L	S
TALORD	T	R	E	S	EN SPILDER	I
★	MÆRKE TONE	A	R	HEST JEG	Ø	G
TEMPO	S	P	E	E	D	IDAG
RØG	O	S	DYR	G	E	D
GRINE	L	E	GLOSER	O	R	D

Birthe 402 havde løst krydsord





En glad vinder,  
henter sin gevinst

Eyvind 203 havde  
fundet frøen  
og har hentet  
sin gevinst





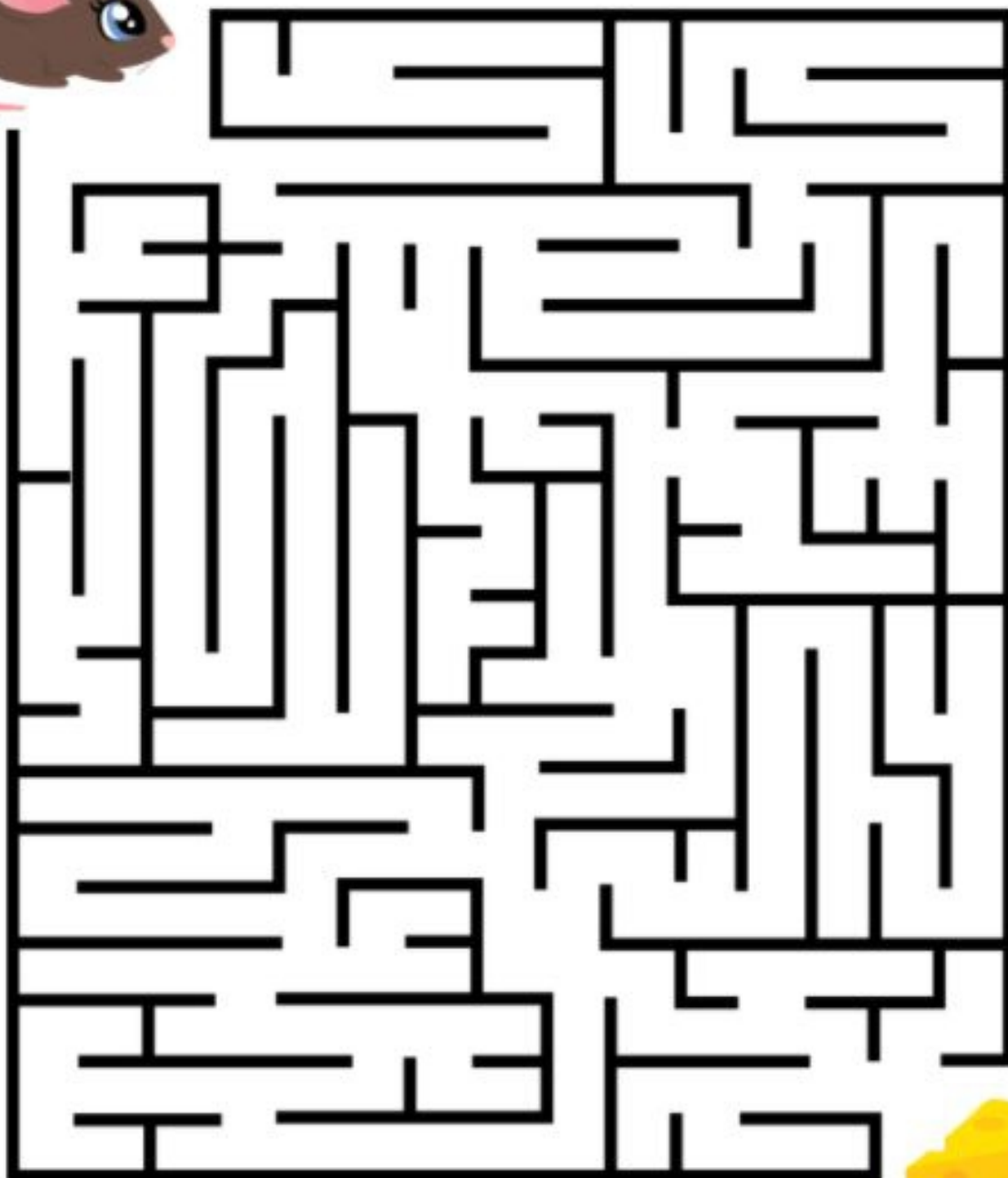
	FOR- NAVN	FÆRDIG	SØD	LITER	HÅNE	TRÅDE
LUKKE- MEKA- NISME						
DEFEKT				GRINE		
				2 ENS		
SMALL		DRIKKEN				
		TITEL				
ÆRE					TONE	
					ULEMPE	
	TONE			GRÆKEN- LAND		
	DOVEN			CIFRE		
NEMME						LØFTE
UDBRUD			SKIMTE			
STED- ORD			PART			

Løsningen afleveres i kontorets postkasse, **senest 19. marts**

Skriv navn: \_\_\_\_\_ og lejl.nr.: \_\_\_\_\_

Der findes én vinder blandt de indsendt løsninger.

Hjælp musen med at finde vej til osten



Løsningen afleveres i kontorets postkasse, **senest** 19. marts

Skriv navn: \_\_\_\_\_ og lejl.nr.: \_\_\_\_\_

Der findes én vinder blandt de indsendt løsninger.

## Mekanisk ventilation

Når solen om eftermiddagen skinner ind i boligen, kan det føles meget varmt.



Hvis du føler, at du har brug for at blive kølet lidt ned, vil jeg foreslå, at du køber en mekanisk ventilator. Betaniahjemmets medarbejdere er gerne behjælpelig med at foretage indkøbet.



**Husk**, at du også skal drikke mere i takt med, at det bliver varmere.



Forstander <b>Benedikte Korsager</b>	40 87 08 08	<a href="mailto:bko@betaniahjemmet.dk">bko@betaniahjemmet.dk</a>
Fys/aktivitetsleder <b>Alaa Gamal</b>	38 14 69 26	<a href="mailto:ala@betaniahjemmet.dk">ala@betaniahjemmet.dk</a>
Køkkenleder <b>Lise Hansen</b>	38 14 69 60	<a href="mailto:lha@betaniahjemmet.dk">lha@betaniahjemmet.dk</a>
Afdelingsleder 1 + 2 sal <b>Abdel Hamid</b>	38 14 69 25	<a href="mailto:abh@betaniahjemmet.dk">abh@betaniahjemmet.dk</a>
Afdelingsleder 3 + 4 sal <b>Nawal Boudarba</b>	38 14 69 80	<a href="mailto:nab@betaniahjemmet.dk">nab@betaniahjemmet.dk</a>
Kontor <b>Mariann Hansen</b>	38 14 69 22	<a href="mailto:kontoret@betaniahjemmet.dk">kontoret@betaniahjemmet.dk</a>
<b>Ansvarshavende</b>	38 14 69 75	

### Fodterapeut

Andreas Toldam  
Statsautoriseret fodterapeut.  
Tlf. 42831306 E-mail: [toldamfod@gmail.com](mailto:toldamfod@gmail.com)  
Kommer hver mandag.

Kontoret har følgende åbningstider:

Mandag	8.00 -14.00
Tirsdag	8.00 -14.00
Onsdag	8.00 -14.00
Torsdag	8.00 -14.00
Fredag	8.00 -13.00

### 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 25. 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](mailto:kontor@betaniahjemmet.dk)  
[www.betaniahjemmet.dk](http://www.betaniahjemmet.dk)*

Redaktionen: Jette - David

Ansvarshavende : Benedikte Korsager