

Grønnehaven bladet



December 2024

Kære beboere

Så er det endelig blevet december måned og vi lagt op til en måned fyldt med hygge og masser af julestemning. Vi glæder os til at skabe nogle dejlige stunder sammen med jer og har sammensat en kalender fuld af juleaktiviteter, hvor der er lidt for enhver smag.

Se aktivitetskalender for december inde i bladet.

December byder blandt andet på hyggelige julestuer på afdelingerne, hvor vi sammen kan lave vores eget julepynt og sætte et personligt præg på vores fælles juleudsmykning. Vi har også planlagt den årlige julefrokost, hvor vi skal samles om bordet og nyde lækker julemad, som vi kender det fra traditionerne. Og naturligvis vil der også være musik og julekoncerter, hvor vi kan synge med på de gode, gamle julesange, der vækker minder og spreder glæde.

Gennem hele december bliver plejehjemmet pyntet op med lys, gran og juledekorationer, så hver en krog emmer af jul. Vi håber, at alle beboere, pårørende og personale vil nyde julepynten og fællesskabet, når vi samles om traditionerne.

Velkommen til en december med julehygge og varme stunder sammen. Vi ser frem til at denne særlige tid med jer alle!



Skønne øjeblikke fra Grønnehavens 20 års-jubilæum







Månedens kryds og tværs

1 		2 $3588 + 235 = ?$				3 					
★	1	HJUL- DEL	STIRRE	USIK- KERT	SPANIEN	STUEN	LEK- TION	MEJERI- PRO- DUKTET	FUGE- MASSE	GUF	BIB. NAVN
2											
DYR					KRYDDER- URT						
					SKRED						
DRENGE- NAVN						TOG- BANE BE- HOLDER					
FINDES			FUGLE LÆSE- PENGE						UDBRUD DYR		
LITER		HAV- DYR SVAR					TRÆ BINDE- ORD				BRUTAL
DRINK					3 ØSTRIG						
PIGE- NAVN			KNAP					DASKE			

Kan du gætte sangen?



Kan du gætte, hvilken sang disse linjer er fra?

"Fire glas fyldt med ungdommens mod."

Hvis du kender svaret, skriv sangens titel, dit navn og bolignummer, og aflever det i receptionen senest den 15. december. Vi trækker lod blandt de rigtige svar – en fin præmie venter den heldige vinder!

Klip her



Sangens titel:

Mit navn:

Bolignummer:

Månedens fødselsdage i december:

Ida Madsen 2.12

Rita Engelund 3.12

Dorte Mørch Pedersen 4.12

Lis Schwartz 5.12

Karen Nielsen 20.12

Edith Hansen 21.12

Elly Herløw 24.12

Lilly Petersen 25.12

Else Nyegaard 25.12

Birgit Pedersen 28.12

Hans Jørgen Hellesen 28.12

Lizzi Larsen 29.12

Mogens Pedersen 29.12



Vi ønsker alle jer et stort tillykke med dagen!

Vi siger velkommen til disse nye beboere:

Evy Petersen afd A bolig 32



I oktober måned har vi taget afsked med:

Annelise Frederiksen afd. A bolig 32

Ære være hendes minde.

Gudstjenester i dagcenteret:

Der er gudstjeneste hver tirsdag kl. 14.

Den sidste tirsdag i måneden er der altergang.

Der er Julegudstjeneste den 23.dec. kl. 10.30



I denne uge tilbyder køkkenet følgende

Mandag 2 december	Frokost	Aftensmad
Ida Madsen	Valgfri for køkkenet Torskerogn med remoulade og citron Wienersalat med purløg	Forloren hare med vildtsovs, hvide kartofler, surt og gele Citronfromage pyntet med chokolade 
Tirsdag 3 december	Frokost	Aftensmad
Rita Englund	Oksespegepølse med fedt, sky og løg Æg med benfri sild Hønsesalat med bacon	oksesteg med sur sød sovs, kartofler & ærter, bønner Æblekage med makroner og gele 
Onsdag 4 december	Frokost	Aftensmad
Dorte Mørch-Pedersen	Ålerøget skinke med æggestand Leverpostej med asier Makrel i tomat med mayonnaise	Kogt torsk m. sennepssovs, bacon og rødbeder Citronfromage pyntet med chokolade 
Torsdag 5 december	Frokost	Aftensmad
Lis Schwartz	Flæskesteg med hvide kartofler, brun sovs og rødl Risalamande med kirsebærsovs	Roastbeef med høvlet peberrod & pickles Sylte med sennep og rødbede Skinkesalat med peberfrugt 
Fredag 6 december	Frokost	Aftensmad
	Valgfri for køkkenet Andepaté med cornichons Torskerognssalat med purløg	Kalvehjerter med kartoffelmos og asier Abrikosgrød med fløde
Lørdag 7 december	Frokost	Aftensmad
	Kartoffel- porre suppe serveres med flûtes Laksesalat med kapers	Hønsfrikassé og hvide kartofler Pandekager med syltetøj & sukker
Søndag 8 december	Frokost	Aftensmad
	Marinerede sild med løg og kapers Lune mørbradbøffer med bløde løg og agurkesalat	Svinenakke med flødekartofler og salat Appelsinfromage pyntet med chokolade

I denne uge tilbyder køkkenet følgende

Mandag 9 december	Frokost	Aftensmad
	Valgfri for køkkenet Leverpostej med agurk Wienersalat med purløg	Fars med hvidkål, muskatsovs, kartofler og persille Vaniljebudding med jordbærsovs
Tirsdag 10 december	Frokost	Aftensmad
	Oksebryst med peberrodssalat Æg med mayonnaise og purløg Sildesalat med løg og kapers	Jordkokkesuppe med flûtes Stegt kylling med persillesovs, kartofler & drueagurker
Onsdag 11 december	Frokost	Aftensmad
	Julefrokost på afd	Gullaschsuppe serveres med flûtes
Torsdag 12 december	Frokost	Aftensmad
	Skinke med mayo og asparges Torskerogn med remoulade og citron Hønsesalat med bacon	Bagt selleri med svampesovs og ris Fuglerede med henkogt pære og flødeskum
Fredag 13 december	Frokost	Aftensmad
	Valgfri for køkkenet Røget makrel med krydderurter Fuglekvidder (finthakket skinkesalat med purløg)	Oksegryde med rødvin, champignons og bagt kartoffelmos Yoghurt Panna cotta med jordbær
Lørdag 14 december	Frokost	Aftensmad
	Karrysild med løg Hokkaidosuppe	Butterchicken med basmatiris og mangochutney Frugtsalat med råcreme
Søndag 15 december	Frokost	Aftensmad
	Lune frikadeller med agurkesalat Ostebord - to oste, kiks og druer	Kalvesteg med flødesovs, kartofler og bagte gulerødder Appelsinfromage pyntet med chokolade

I denne uge tilbyder køkkenet følgende

Mandag 16 december	Frokost Valgfri for køkkenet Æg med benfri sild Makrel i tomat med mayonnaise	Aftensmad Græsk farsbrød med paprikasovs, stegte kartofler og salat Pandekager med syltetøj & sukker
Tirsdag 17 december	Frokost Oksebryst med høvlet peberrod & pickles Leverpostej med rødbede Skinkesalat med peberfrugt	Aftensmad Koteletter i fad med pasta penne Budding med kirsebærsovs
Onsdag 18 december	Frokost Ålerøget skinke med mayonnaise og tomat Peberpaté med cornichons Hønsesalat med bacon	Aftensmad Risengrød med kanelsukker, smør & hvidtøl Champignonsfrikadeller, tomatsovs, bagt kartoffelmos & salat
Torsdag 19 december	Frokost Dyrlægens natmad med sky og løg Røget medister med sennep & rødbede Bornholmersalat	Aftensmad Coq au vin - kylling i rødvin serveret med kartofler Kærnemælksfromage med jordbærsovs
Fredag 20 december	Frokost Valgfri for køkkenet Karen Nielsen Æg med krydderurtecreme Jægersalat	Aftensmad Forloren hare med vildtsovs, stegte kartofler, Waldorff & gele Alliancegrød med fløde 
Lørdag 21 december	Frokost Tunmousse serveret med flûtes og citron Edith Hansen Karrysuppe med ris og kylling	Aftensmad Mørbradgryde med kartoffelmos Vaniljeis med chokoladesovs & vaffer 
Søndag 22 december	Frokost Gravad laks med rævesovs og surbrød Lun medister serveret med rødkål	Aftensmad Oksesteg m. perleløg, gulerødder og bønner Chokolademousse med flødeskum

I denne uge tilbyder køkkenet følgende

Mandag 23 december	Frokost Valgfri for køkkenet Kyllingerulle med asparges Makrel i tomat med mayonnaise	Aftensmad Risengrød med kanel, sukker, smør og hvidtøl
Tirsdag 24 december	Frokost Gravad laks med rævesovs og surbrød Elly Herløw Lun leverpostej med bacon og champignon	Aftensmad And & flæsksteg med rødkål, hvide og brune kartofler Risalamande med kirsebærsovs 
Onsdag 25 december	Frokost Marinerede sild med karrysalat Lilly Petersen Lune frikadeller med agurkesalat	Aftensmad Oksesteg med kartofler, brun sovs og gulerødder Vaniljeis med hindbærsovs 
Torsdag 26 december	Frokost Lun hakkebøf med bløde løg og asier Frugtsalat med chokolade	Aftensmad Carapulka - spansk gratineret gullasch serveret med ris Pandekager med syltetøj & sukker
Fredag 27 december	Frokost Valgfri for køkkenet Peberpaté med drueagurk Makrel i tomat med mayonnaise	Aftensmad Tomatsuppe med kødboller Kylling med paprikasovs, stegte kartofler og ærter
Lørdag 28 december	Frokost Else Nyegaard Lune mørbradbøffer med bløde løg og drueagurk Birgit Pedersen Brie med kiks og druer Hans Hellesen	Aftensmad Stegt kalvelever med løgsovs, hvide kartofler og asier Vaniljeis med chokoladesovs & vaffer 
Søndag 29 december	Frokost Lizzi Larsen Kryddersild med løg og kapers Mogens Pedersen Lune tarteletter med skinkestuvning	Aftensmad Lammesteg med stegte kartofler, tzatziki og mintgele Citronfromage pyntet med chokolade 

I denne uge tilbyder køkkenet følgende

Mandag 30 december	Frokost	Aftensmad
	Valgfri for køkkenet Leverpostej med rødbede Tunsalat med kapers	Enebærgryde med hvide kartofler & rødbeder Blommegrød med fløde
Tirsdag 31 december	Frokost	Aftensmad
	Fisketallerken m. æg, rejer, røget laks og laksepate	Oksesteg med stegte kartofler, bearnaise og bønner Pære belle Helene
Onsdag 1 januar	Frokost	Aftensmad
Ketty Dalgaard	Lune fiskefrikadeller med citron og remoulade Ostebord - to oste, kiks og druer	Glaseret hamburgerryg med grønlankål, hvide kartofler Æblegrød med fløde
Torsdag 2 januar	Frokost	Aftensmad
Lone Nielsen	Valgfri for køkkenet Æg med tomat Makrel i tomat med mayonnaise	Lammesteg med flødekartofler, tomat salat Islagkage
Fredag 3 januar	Frokost	Aftensmad
	Valgfri for køkkenet Leverpostej med rødbede Æggesalat med drueagurk	Grønne frikadeller, tomatsovs, kartoffelmos & mormor salat Kærnemælksfromage med hindbær coulis
Lørdag 4 januar	Frokost	Aftensmad
	Kryddersild med løg og kapers Lune frikadeller med agurkesalat	Enebærgryde med hvide kartofler & rødbeder Pandekager med syltetøj & sukker
Søndag 5 januar	Frokost	Aftensmad
	Svampesuppe med rørhatte Laksesalat med karry dertil flûtes	Svinenakke med rødkålssalat, kartofler og brun sovs Ananasfromage



Fejrede man jul i vikingetiden?

Julen har i årtusinder været en af årets store højtider - hvis ikke den største i Norden. Her i den mørkeste tid samledes man omkring bordet for at drikke for fred og spise godt.

Når vi sætter os til bords for at spise og drikke den gode julemad og juleøl, er det altså en tusindårig gammel, nordisk skik vi holder i hævd. Sådan fejrede vores forfædre i vikingetiden midvinteren.

Jul eller Kristmesse

Julen – har vi lært - er en kristen fest. Men det, at holde fester om vinteren startede længe før Danmark blev kristent. Dengang kaldtes fejringerne for Jól.

Trods århundreders ihærdige forsøg på at få festerne omdøbt til Kristmesse, kalder vi stadig vinterens festligheder for jul.

Jul betyder fester

Men hvad betyder jul egentlig? I et kvad – digt – om den norske konge Harald Hårfager fra 900-tallet hører man om at 'drekka jól'. Digtet beretter, at han sidder på sit skib midt på havet og drikker julen ind - og glæder sig over ikke at sidde inden døre og drikke med kvinderne.

Jul eller jól er et ord, der kun findes i flertal, og kan oversættes med fester. Ordet dækker altså over en række fester og betyder en festtid eller festperiode.

Også i dag består julen ofte af flere fester, frokoster eller sammenkomster i løbet af julemåneden.

Hvornår fejrede vikingerne jul?

'Jól' var den tid på året, hvor vinterfesterne fandt sted i løbet af december og januar, fra vintersolhverv - 21. december - til dagene igen begyndte at blive lysere i slutningen af januar.

De vigtigste af festerne lå ved 'Midvinter'. I vikingetiden regnede man tiden fra oktober til april for vinter.

Dermed lå midvinterfejringen midt i januar og markerede, at halvdelen af den mørke tid var ovre - at det nu gik mod lysere tider og året blev genfødt. På den måde var julen også en fejring af frugtbarhed.

Vikingerne store julegilde

I jólen gik vikingerne på besøg hos hinanden, ligesom vi gør det i dag. Man tog mad og drikke med og holdt julefester, der kunne vare flere dage.

For vikingerne var grisen et frugtbarhedssymbol og ved julefesterne blev der derfor slagtet masser af svin, så man kan sagtens tænke sig, at traditionen med flæskesteg juleaften stammer fra vikingerne.

I juletiden blev der spist ekstra fin mad: Friskslagtet svinekød, grød og julebrød lavet med hvedemel og honning.

Juleofring

Noget, der adskiller vikingernes jul fra vores, er de mange ofringer. Araberen Ibrahim ibn Ahmed at-Tartuschi fortæller, hvordan man i vikingebyen Hedeby fejrede vintersolhvervet. Det gjorde man ved at ofre dyr til guderne.

Det var kvinderne, der lavede ceremonien. Også araberen Ibn Fadlan beskriver en dyreofring. Han fortæller, at når dyrene blev slagtet, så blev noget af kødet givet til de fattige, og noget blev lagt til guden. Hovedet fra de ofrede dyr blev sat på en stage. Man spiste altså kødet fra de ofrede dyr.

Skål - julen blev fejret med et drikoffer

Drikofferet - det at drikke sammen for et godt år og fred med hinanden - spillede en central rolle til midvinterfesterne, hvor ønsket om fred og frugtbarhed i det kommende år stod stærkt.

I Håkon den Godes saga fortælles, at Håkon var på julebesøg hos en stormand, hvis bønder forlangte, at han skulle blote - ofre - til 'års ok fridar', altså 'til år og fred'.

I sagaen berettes også om en skik, hvor høvdingen skulle bære fyldte horn rundt om ilden ved julegildet. Han skulle først vie hornet og offerkødet ved at drikke Odins horn til sejr og væælde for sin konge. Derefter skulle man drikke Njords horn og Frejs horn til "år og fred".

Juleøl

I 'Gulatingssloven' fra 1000-tallet står der, at alle gårde skulle brygge en god stærk øl ved juletid, og at der skulle ekstra humle og honning i. Hvis man ikke bryggede rigeligt, risikerede man at få en bøde.

Den gode julebryg skulle også drikkes rimeligt hurtigt, for den kunne ikke holde sig. Derfor var det god skik for vikingerne at byde på rigeligt øl.

Julegaver og juleønsker

I en anden saga - Hervør og Heidriks saga - fortælles om et julegilde, hvor værten lod en stor galt/gris komme ind i salen. Det var guden Frejs hellige dyr, og ved den kunne man sværge eller aflægge løfter for det kommende år.

I sagaerne har vi også det første eksempel på ordet 'julegave'. I en beskrivelse af Norges kong Håkon, der var konge fra 1093 til 1095, fortælles det, at Håkon ikke opkrævede de traditionelle afgifter fra bønderne, herunder julegaver - jólagjafir' – til kongen.

Andre steder i sagaerne kan man læse om julegaver, der minder mere om det, vi kender i dag. Stormændene gav gaver til vigtige personer omkring årsskiftet, og med tiden blev disse gaver knyttet til julefesten.

Nisser er virkelig gamle

Alle ved, hvordan en nisse ser ud - rød tophue og gråt tøj. I vikingetiden blev nissen kaldt for gårdboen. Han var som regel en god fyr, der hjalp med at passe kvæg og heste. Hans belønning var et stort fad grød med smørklat til jul. Nissen lavede sjov med gårdens folk.

Men hvis han blev drillet, hævnede han sig frygteligt. I vikingetiden sørgede man for at holde sig gode venner med nissen, ellers kunne han sørge for, at ens dyr blev syge eller huset brændte. Nissen var altså ikke altid så sød. Vikingerne satte derfor mad til nissen hver dag i hele julen.

Fra jól til jul

Overgangen til den nye, kristne tro omkring år 950, betød i virkeligheden meget lidt for den jul, vi stadig kender så godt.

Gamle traditioner fra vinterfesterne blev ført videre i fejringen af Jesu fødsel - også selvom højdepunktet for festlighederne blev flyttet fra midt i januar til 25. december.

Mange holdt dog fast i de gamle nordiske guder og blev ved med at ofre dyr til guderne, selv om det egentlig var blevet forbudt.

Der blev engang fejret Jól i hele Europa

Når både konge og kirke ønskede en kristen fest, er det bemærkelsesværdigt, at vi her i Norden stadig kalder vinterfesterne for jul.

Ordet 'Jól' var tidligere udbredt i hele Europa, men ordet er næsten helt forsvundet andre steder end i Norden. I England lykkedes det at indføre Kristmesse-ordet, hvor det nu hedder Christmas - men de bruger faktisk indimellem de gamle ord 'Yule' og 'Yuletide'.

Julen er evig foranderlig

Med tiden forsvandt også ofringerne og troen på de nordiske guder, men mange juletraditioner blev bevaret. Vi kan nok takke vikingerne for både den rigelige mad og den gode øl, og gæster, fester og gaver.

Og måske kan vi se på vikingernes jul og lære, at trods forandringer, så forsvinder traditionerne omkring vinterens fester nok aldrig helt - selv om de tilpasses nye tider.



Kilde: Vikingemuseet i Roskilde

Aktivitetskalender Grønnehaven

2024



December

Sø 1 ●	
Ma 2 Hamlet Kortet synger kl. 13.30 i caféen	49
Ti 3	
On 4	
To 5 Fællesspisning i Caféen kl. 12	
Fr 6	
Lø 7	
Sø 8 ●	
Ma 9	50
Ti 10	
On 11 Julefrokost på afdelingerne kl. 12.30	
To 12	
Fr 13 LUCIA optog kl. 10.	
Lø 14	
Sø 15 O	
Ma 16 Mario Buratelli kommer og synger kl. 13.30 i Caféen	51
Ti 17 Kirketur til Sct. Mariæ Kirken kl. 14.00	
On 18	
To 19	
Fr 20 Det store Julebingo i dagcentret kl. 10.30	
Lø 21	
Sø 22 ●	
Ma 23 Julegudstjeneste kl. 10.30 i Dagcentret	52
Ti 24 Juleaften fejres på afdelingerne	
On 25 Juledag	
To 26 2. juledag	
Fr 27	
Lø 28	
Sø 29	
Ma 30 ● Nytårsbingo i dagcentret kl. 10.30	1
Ti 31 Nytårsaften fejres på afdelingerne	

I Anledning af Grønnehavens 20 års jubilæum bringer vi her et interview med Lilly Frøstrup Petersen som har boet på Grønnehaven siden det åbnede:



Lillys baggrund

Lilly Frøstrup Petersen har boet på Plejehjemmet Grønnehaven lige siden det blev indviet for 20 år siden. Hun blev født i Roskilde i 1954, men allerede som étårig flyttede familien til Skåne, da hendes far fik arbejde i Höganäs. Barndommen blev derfor tilbragt i Sverige, hvor Lilly lærte at tale flydende svensk – et sprog, hun stadig mestrer.

Senere flyttede familien til Helsingborg, hvor Lilly gik på Olympia- og Nikolai Skolen. Hun uddannede sig inden for handel og kontor. Efter at have mødt sin kommende mand på diskotek Maritza i Helsingør slog hun sig ned i byen, hvor hun arbejdede i butikker på Stengade – blandt andet i en smykkebutik og hos nogle af byens førende ostephandlere.

Lilly fik en datter og er i dag også mormor til to børnebørn.

Fra det gamle Hammershøj til Grønnehaven

På spørgsmålet om, hvordan det var at flytte fra det gamle plejehjem Hammershøj til det nybyggede Grønnehaven, fortæller Lilly:

"På Hammershøj havde jeg hverken eget bad eller toilet. Jeg måtte gå ned ad gangen i morgenkåbe, og det brød jeg mig ikke om. Flytningen var en stor begivenhed, og jeg var nervøs for, om mine ting ville gå tabt. Men jeg var målløs, da jeg så min nye bolig – med stort badeværelse og moderne faciliteter."

Dengang blev maden tilberedt på afdelingen, og beboerne planlagde selv menuen en gang om ugen. "Min livret er Osso Buco," tilføjer Lilly med et smil.

Det bedste ved at bo på Grønnehaven

Lilly sætter pris på det sociale liv, men også på muligheden for at trække sig tilbage:

"Vi passer os selv, men kan få selskab, når vi har lyst. Vi hygger os omkring måltiderne, og

nogle gange bliver vi siddende længe og pjatter. Intet er for stort eller småt at tale om.
Det er som en lille familie – på godt og ondt."

Et særligt forhold har hun til hjælperen Susanne, som har været hos hende i mange år:
"Jeg føler mig tryk ved Susanne. Vi kan tale om alt."

Hendes hverdag starter typisk med, at hun bliver vækket og nyder en cigaret eller to, inden morgenmaden. Lilly er glad for at tegne og der hænger mange små kunstværker på hendes vægge i den personlige bolig. Lilly ser en del fjernsyn og foretrækker især TV Charlie: "De har så mange gode serier." Fredag er bingo-dag, og hun deltager altid i plejehjemmets fester.

Lilly er også glad for at cykle med plejehjemmets rickshaw:
"Jeg var ude i dag – vi kørte forbi Kronborg, Stengade og Sankt Annagade."

Ønsker for fremtiden

Hvis hun kunne ændre noget, ville det være at få flere udflugter:
"Der var engang, vi havde en bus og selv tog på ture. Det var virkelig hyggeligt."

En sjov oplevelse på Grønnehaven

Lilly griner, når hun mindes en særlig juleaften:
"Der var en sort labrador, Chilli, på besøg. Chilli stjal en hel flæskesteg fra afdeling H og kom løbende med den i munden! Vi andre måtte dele vores steg med de stakkels beboere, der var blevet snydt."

