

Grønnehaven

Bladet



August 2025

Plejhjemmet Grønnehaven

Konstitueret plejehjemsleder på Grønnehaven

Kære beboere, pårørende og personale,

Mit navn er Marie-Louise Frische – men de fleste kalder mig Malou – og jeg har fået opgaven af at være konstitueret leder her på Grønnehaven Plejehjem frem til der ansættes en ny plejehjemsleder.

Først og fremmest håber jeg, at både I beboere og jer pårørende har haft en god sommer med lys, varme og gode stunder – både her på Grønnehaven og ude i sommerlandet.

Lidt om mig selv: Jeg er sygeplejerske og har mange års erfaring med ledelse og pleje, både fra hospitaler og plejehjem. Jeg lægger stor vægt på relationer og fællesskab – og tror på, at vi skaber den bedste hverdag sammen, når vi møder hinanden med respekt, nysgerrighed og varme.

Jeg glæder mig til at lære jer at kende og blive en del af hverdagen her på Grønnehaven. I må endelig hilse på mig, hvis I møder mig i huset – jeg tager altid gerne en snak eller et smil med på vejen.

De bedste hilsner

Malou (Marie-Louise Frische) Konstitueret Plejehjemsleder af Grønnehaven



Information fra Boliggården



Der indstilles til, at alle følger reglementet omkring fodring af fugle.

Fugle

Det er ikke tilladt at fodre fugle og opsætte foderbræt til fugle, da spild herfra kan forøge rottefaren og tilsmudse de underliggende altaner.

Det er ikke tilladt at kaste brød, madrester, affald, cigaretskod m.m. ud fra altanen, da det vil tiltrække fugle og rotter.

Godkendt på ordinært beboermøde den 18. august 2022

Air hockey

Grønnehaven har nu fået et nyt airhockey spil og I beboere er hjertelig velkommen til at komme ned og prøve det evt. sammen med jeres pårørende.

Det er et ganske sjovt spil, vi skal dog bare ikke være for højlydte i kontorerne's åbningstid på 1.sal.

Der tændes for strømmen på ledningen under bordet.



B- huset har været en tur i Øresundsakvariet





Månedens kryds og tværs

Rebuskryds

	STILLINGER	SLÆGT- NINGE	PRAGT	HIST	SAMT	KUNST- VÆRK	LAND	ØSTRIG	LEDIG	BEHOL- DEREN	TALORD	VIRK- SOM- HED	STOR- KE- FUGL	MISUN- DELSE	ROV- FUGLE
ALDEREN TRYKKER MIG IKKE JEG MÅ MÅBE D D	1														
JEG ER LIGE PRODUCERET E G	UDSEN- DING							KØRE- TØJ GREB							
	LØS- NING				SPROG BRUGER					2	ORKE STOR- NER				
	GENUS			GRÆSK TEGN TRÆ					JORDEN GRØV- FIL					NORGE PRÆ- STERE	
	LEVN						AFDE- LING DRIK					TILLØB	PASSE VÆS- NER		
	PATINA		KRYD- DERI MYTE					FOR- TRØD SKAL							3
JEG ER INTAKT JEG ER UBØJELIG A K	ROMER- TAL	GENERT PLAN- TER			TONE ANLØBE					SKRIFT- TEGN DÆKSEL					SVIGE- FULD
JEG ER LØJERLIG N G	KADA- VER			ANTAL TRIN				4	VÆB- NER SKIN			UTBØJ RYTME			SØ- MANDS- SANG
	FOR- NEM- MER						PIGE INSTRU- MENT								
	TALORD	BRUSE- TABLET KLAR			5		SIGE UDLÆN- DINGE						SIVBAD SKRAM- ME		
	VÆSKER			HIDSIG	MUSIK- UDTRYK FELT				6	SKABER	BIBEL- NÅVN MØG- NER				
HVOR ER DU UARTIG S T	LÅN- GIVER							TALORD SKIBS- TYPE						VÆGT BY PÅ SJÆL- LAND	
JEG HAR LIGE VÆRET I BAD T	ILT	ENHE- DER INSTRU- MENT				SLIDER STOR- SINDET						LUFT- FARTØJ RED- SKAB			
	HÆFTE		SMERTE	BAGDEL LÆRE				7							DYR
	EN- GELSK BY					GIUD HÅN					BELÆST KVIN- DER				
	RENDER			8	LAND- OMRADE SINGLE							GALD- PEREDE BANAL			
	ANTAL		SNYD PADDER				STØJET	KØBSLÅ BUG- SERIE		9				TONE DE FØRSTE	
JEG ER ARRIG JEG ER I GODT HUMØR D E	TEORI										TRÆT- TER UDSEC- ENDET				
JEG ER STYG JEG ER SVIMMEL D E	THAI- LAND	KANTON FOR- BUND			HEDE- LAG FRISTED			STAT BRÆT- SPIL							DRING
	KORN- SORT			TROM- MESLÅ- GER ANTAL							SKIND- SIDE TO ENS			KORT STRY- GER	
	SPECIEL				RANG- ORDNET										
	SJÆL- DEN- HED							BUS- LINJEN		11					

Hyggefrise



	SY- RED- SKAB	BORNHOLMER		SØSTRE	BIBEL- NAVN	STRØM	EN	TYSK- LAND		RED- SKAB	ÆKEL	TRÆ	STORE	OP- DAGET	VÆSEN	KIGGE
		1							SNYLTE							
ÅR- HUND- REDE			HOVED- STAD					TIL- EGNES FARVE								
LITER		PIGE				ENERGI					2	TAL HELE				ITALIEN LIDE
STUDIE- STØTTE	DREN- GE- NAVN				3	FINDES NOTE- REDE		OPERA KURS MØBEL		OM- TRENT FIFFIG			UDLØB INSEK- TER		DENNES SVIM- MEL	
DAM			4	RED- SKAB		SKIDT AN- MÆRK- NING				FISK ÆRLIGT						
DYR				MUNTER			KOR- TENE LUMP- NE					STEM- ME SUL				
HER- SKE- SYG	VOGN				AFLAGT GOUR- MAND			UNIO- NEN SORBET			STUM- PEDE INSEKT					
STED- ORD										NYDE- LIG HÆDER					KILDE NED- SLAG	
KORT		LANGS PIGE- NAVN			STED- ORD SLUDRE		TRØJE GRØN- SAGER									SIDE NUM- MER
SVE- RIGE		DA		6		VAR SOM MERE SIG		MATE- RIALE OBS.		5	RET GAM- MEL					
TRÆ			MØNTEN VIDENDE					7	HJORT PRÆ- STERE				OVER- GANG KORN			
ILT						TON		FLÆKKE SPANSK MALER		Ø OR- GANET						LINJE HJØR- TEN
TIME	TRÆER BABY- UDSTYR					DIGER UNDER- LIG		LUGE MISUN- DELSE				UDTALE IGEN				
DREN- GE- NAVN	8		GODT BIORD		SJÆL- LÆN- DER UJÆVN						PLUS RED- SKAB				INDTOG TONE	
KAPPE				BØNNE- STAGE AMPERE			FJELD- SIDE SYD		TRÆ SMALL						BIBEL- NAVN GRAM	
FABEL- VÆSEN		9														10

Menuplan uge 32 og 33

I denne uge tilbyder køkkenet følgende		
Mandag 4 august	Frokost	Aftensmad
	Valgfri for køkkenet	Moussaka med salat og flûtes
	Æg med karrymayonnaise	
Tirsdag 5 august	Frokost	Aftensmad
	Tunsalat med peberfrugt	Ferskner med råcreme
	Oksespegepølse med sky og løg	BBQ svineskank med stegte kartofler og coleslaw salat
Onsdag 6 august	Frokost	Aftensmad
	Leverpostej med drueagurk	Kærnemælks panna cotta med syltede brombær
	Hønsesalat med bacon	Karrysuppe med ris
Torsdag 7 august	Frokost	Aftensmad
	Kalkunbryst med mayonnaise og tomat	Græsk farsbrød med myntedressing, stegte kartofler og tomat
	Røget laks med æggestand	Brændende kærlighed med rødbeder & persille
Fredag 8 august	Frokost	Aftensmad
	Rygeost med radisser og purøg	Rødgrød med fløde
	Skinke med italiensk salat	Blomkålsgatin med skinke, salat og flûtes
Lørdag 9 august	Frokost	Aftensmad
	Torskerogn med remoulade og citron	Budding med kirsebærsovs
	Jægersalat	Coq au vin - kylling i rødvin serveret med ris
Søndag 10 august	Frokost	Aftensmad
	Kartoffelmad med ristede løg, mayo	Pandekager med syltetøj & sukker
	Makrel i tomat med mayonnaise	Stegt flæsk med persillesovs, hvide kartofler og rødbeder
Lørdag 9 august	Frokost	Aftensmad
	Marinerede sild med løg og kapers	Tricolore is med vaffler
	Lune tarteletter med skinkestuvning	

Olav Thorhauge

Lene Stub



I denne uge tilbyder køkkenet følgende		
Mandag 11 august	Frokost	Aftensmad
	Valgfri for køkkenet	Kalvehjerter i flødesovs med kartoffelmos & drueagurker
	Leverpostej med asier	Æblegrød med fløde
Tirsdag 12 august	Frokost	Aftensmad
	Tunsalat med kapers	Æggekage med kartofler, skinke, purøg og tomat
	Dyrælægens natmad med sky og løg	Muldvarpeskud - sveske, flødeskum og ristet rugbrød
Onsdag 13 august	Frokost	Aftensmad
	Torskerogn med remoulade og citron	Aspargesuppe med kødboller
	Hønsesalat med ananas	Krebinetter med stuvet spinat & kartofler
Torsdag 14 august	Frokost	Aftensmad
	Rullepølse med sky og løg	Paneret nakkekotelet, champignonsovs, kartofler & broccoli
	Æg med ramsløgcreme	Frugtsalat med Chantillycreme
Fredag 15 august	Frokost	Aftensmad
	Russisk salat	Kyllingefarsbrød paprikasovs, stegte kartofler og ærter
	Spegepølse med remoulade og ristede løg	Vandmelon
Lørdag 16 august	Frokost	Aftensmad
	Peberpaté med drueagurk	Kalvefriskasse med persille og hvide kartofler
	Lakserilette - salat med varmroget laks	Alliancegrød med fløde
Søndag 17 august	Frokost	Aftensmad
	Kryddersild med løg og kapers	Kalkuncuvette, stegte kartofler, tomatsovs og blomkål
	Wienerpølse med kold kartoffelsalat	Ananasfromage

Finn Anderson



Menuplan uge 34 og 35

 I denne uge tilbyder køkkenet følgende 		
Mandag 18 august	Frokost	Aftensmad
	Valgfri for køkkenet Leverpostej med rødbede Tunsalat med peberfrugt	Forloren hare med vildtsovs, kartofler & marineret rødkål Rabarbergrod med fløde
Tirsdag 19 august	Frokost	Aftensmad
Kirsten Jensen	Kalkunbryst med karrymayonnaise & agurk Æg pyntet med rejer Fuglekvidder (finthakket skinkesalat med purøg)	Stegt flæsk med persillesovs, hvide kartofler og rødbeder Citronfromage pyntet med chokolade
Onsdag 20 august	Frokost	Aftensmad
	Dyrlægens natmad med sky og løg Peberpaté med cornichons Æggesalat med karse	Paneret nakkekotelet med paprikasovs, porre, kartofler Ymerfromage med brombær
Torsdag 21 august	Frokost	Aftensmad
Poul Larsen	Hamburgerryg med mayo og asparges Kartoffelmad med rødæg & bacon Wienersalat med purøg	Oksesteg med kartofler, brun sovs og gulerødder Pandekager med solbærskum
Fredag 22 august	Frokost	Aftensmad
Annelise Sørensen	Valgfri for køkkenet Æg med kaviar Silde Salat med løg og kapers	Spaghetti bolognese, parmesanost & salat med feta Æblekage med rasp
Lørdag 23 august	Frokost	Aftensmad
	Marinerede sild med karrysalat Lun fiskefilet med citron & remoulade	Hønseskisse med asparges og hvide kartofler Pære med Chantillycreme
Søndag 24 august	Frokost	Aftensmad
	Karrysuppe med ris Brie med kiks og druer	Kalvesteg med tomatsovs, stegte kartofler og broccoli Chokoladebudding med flødeskum

 I denne uge tilbyder køkkenet følgende 		
Mandag 25 august	Frokost	Aftensmad
	Valgfri for køkkenet Torskerogn med remoulade og citron Jægersalat	Hokkaidosuppe med rugbrødschips Krebinetter, stuede ærter og gulerod, kartofler & rødbeder
Tirsdag 26 august	Frokost	Aftensmad
Inger Vyum Asger Nielsen	Oksespegepølse med fedt, sky og løg Leverpostej med asier Rygeostsalat	Flæsketeg med hvide kartofler, brun sovs og rødkål Risalamande med kirsebærsovs
Onsdag 27 august	Frokost	Aftensmad
Michael Hansen	Skinke med italiensk salat Æg med tomat Hønsesalat med bacon	Sommer Grill Chokolademousse med flødeskum
Torsdag 28 august	Frokost	Aftensmad
	Dyrlægens natmad med sky og løg Røget medister med remoulade og ristede løg Bornholmersalat	Gratinerede porre med ris Stikkelsbærgrod med fløde
Fredag 29 august	Frokost	Aftensmad
	Valgfri for køkkenet Æg pyntet med rejer Skinkesalat med peberfrugt	Stegt sild med persillesovs, hvide kartofler og gulerod Hybensuppe suppe med tvebakker
Lørdag 30 august	Frokost	Aftensmad
	Lune fiskefrikadeller med citron og remoulade Frugtsalat med chokolade	Shepherd's pie (Lammegryderet gratineret med kartoffelmos) Fuglerede med henkogt fersken og flødeskum
Søndag 31 august	Frokost	Aftensmad
	Karrysild med æg Tomatsuppe med kødboller og fløtes	Rullesteg med persille, kartofler, brun sovs & rødbeder Budding med kirsebærsovs

Aktivitetskalender August 2025

Uge 31 Dagscenteret holder lukket		
Uge 32 Dagscenteret holder lukket		
Man d. 11, tir d. 12 og ons d. 13		Dagscenteret holder lukket
Torsdag d. 14	Kl 10.30-11.30	Fællestræning m. Emilie og Vivian 🧘🏃💪🕯️
Fredag d. 15	Dagscenteret er lukket	
Lør- & Søndag d. 16 & 17	🌸🌺🌻 GOD WEEKEND	
Mandag d. 18	Kl 10.00-11.45	Åben dagcenter 😊
	Kl 14.00-15.00	Øresundsakvarie A -Hus 🐟
Tirsdag d. 19	Kl 10-11.45	Sommer aktivitet i dagscenteret ☀️
	Kl 14.00	Gudstjeneste. 🏠+
Onsdag d. 20	Kl 10.00-11.00	Gå/cykel hold efter aftale 🚶
	Kl 13:00	<u>BINGO</u> i dagcentret. 📝
Torsdag d. 21	Kl 10:30-11:30	Fællestræning m. Emilie og Vivian 🧘🏃💪🕯️
Fredag d. 22	Kl 10:00-11.45	<u>BINGO</u> i dagcentret. 🎮
Lør- & Søndag d. 23 & 24	🌸🌺🌻 GOD WEEKEND	
Mandag d. 25	Kl 10-11.45	Åben dagcenter 😊
	Kl 13-14.30	Damegruppen 🧖
Tirsdag d. 26	Kl 10-11.45	Bagedag 🍞🍰🍰🍪
	Kl 14.00	Gudstjeneste. 🕊️🏠
Onsdag d. 27	FÆLLESSPISNING – Grill arrangement	
Torsdag d. 28	Kl 10:30-11:30	Fællestræning m. Emilie og Vivian 🧘🏃💪🕯️
	Kl 13-14.30	Mandeklubben 🐱
Fredag d. 29	Kl 10:00	<u>BINGO</u> i dagcentret. 📝
Lørdag d. 30	🌸🌺🌻 GOD WEEKEND	
Søndag 31	TIBETENSK UNDERHOLDNING	

Månedens fødselsdage i august:

Olav Thorhaug d. 8/8

Lene Stub d. 10/8

Finn Anderson d. 13/8

Bent Christian "Bing" Jørgensen d. 14/8

Kirsten Egesø Jensen d. 19/8

Poul Mølgaard Larsen d. 21/8

Annelise Søndervang Sørensen d. 22/8

Inge Vyum d. 26/8

Asger Bøje Nielsen d. 26/8

Michael Kenneth Hansen d. 27/8

Vi ønsker jer alle et stort tillykke med dagen!



Vi siger velkommen til disse nye beboere:

Kirsten Anny Christiansen bolig 61

Birgit Duus Andersen bolig 5

Lizzie Petersen bolig 103

Tove Gerda Lund bolig 113

Nikolaj Krarup bolig 17

Niels-Ove bolig 116

Torben Niels Daugaard Hansen bolig 86

Jimmie Niels Sørensen bolig 2

I juli måned har vi taget afsked med:

Ulla Bohse Hendriksen Bolig 116

Flemming Skov Bolig 106

Kirsten Anny Christiansen bolig 61

Leif Svendsen bolig 87

Ære være deres minde.

Gudstjenester i dagcenteret:

Der er gudstjeneste hver tirsdag kl. 14.

Den sidste tirsdag i måneden er der altergang.



Invitation til Tibetanske kulturforestilling søndag d. 31. august kl. 13.00 til 14.30 i caféen.

Da vores Dalai Lama fejrer sin 90-års fødselsdag i juli, markerer tibetanere over hele verden dette år som Året for Medfølelse, hvor de engagerer sig i adskillige medfølelsesrelaterede initiativer.

Det er med stor glæde og ære, at vi bidrager til denne fejring ved at bringe vores ydmyge kulturelle bidrag til jeres fællesskab.

Vores program vil omfatte fem optrædener, herunder både sang og dans, og vi vil servere kage til både beboerne og de tilstedeværende personer.

Plejehjemmet sørger for kaffe. Programmet samlede varighed vil være ca. 90 minutter. Vi glæder os til at skabe en mindeværdig og meningsfuld dag sammen med jer.

Med venlig hilsen

Det Tibetanske samfund



Grønnehaven cup

Festdagen med Grønnehaven Cup for jer beboer, afholdes onsdag d. 3/9 fra kl. 13.30

Vi gentager succesen fra sidste år. En dag, hvor I beboere får chancen for at vise jeres færdigheder i en række underholdende og udfordrende discipliner. Der er noget for enhver smag, så gør dig klar til at dyste, heppe og hygge dig!

Vi vil fortrinsvis være i gang på den store parkeringsplads og ved/i Caféen. Der bliver sat nogle parasoller, pavilloner, borde og stole frem på pladsen. Husk at heppe på dine favoritter! Dekorere gerne jeres egen afdelings pavillon i festlige farver.

Kaffe, kage og frugt på pladsen, derudover vil pølsevognen stå klar med saftige pølser og bøfsandwich, så ingen går sultne fra festlighederne.

Her er disciplinerne:

- **Bowling** – Klar til at vælte nogle kegler? Det bliver sjovt!
- **Hulpladekast** – Ram hullerne med risposer – det lyder lettere, end det er!
- **Armbrøst** – Præcisionsskydning for de skarpsindige.
- **Slalom** – Med både rollator og kørestol. Hvem er mest snedig?
- **Længdekast** – Kan du kaste hverdagsting længst?
- **Spark til mål** – Er boldøjet på plads?

Dagen sluttet af med dans og musik i Caféen. Nærmere invitation og tidsplan følger.

Pårørende er hjerteligt velkomne til at deltage i festlighederne.

For kun 150 kr. pr. person får I kaffe, kage, frugt, aftensmad (pølser og bøfsandwich) samt øl, vand og vin. Tilmeld jer senest den 28.08.25 i receptionen på mail:

so_gron_receptionen@helsingor.dk – husk at angive, hvor mange der kommer. Betal venligst via MobilePay: 270796 eller kontant i receptionen.

Vi vil gerne opfordre pårørende og personale til at deltage og gerne hjælpe lidt med nedenstående.

Der er brug for at

- hjælpe beboerne til og fra de forskellige aktiviteter, som de kan deltage i eller heppe på,
- hjælp til servering af div. mad og drikke fra kaffebordet og pølsevognen,
- feste og evt. danse sammen med beboerne,

Vi skal gerne have så mange som muligt til at deltage.

Har du tid og lyst – så tilmeld dig hurtigst muligt i receptionen, gerne på mail:

So_Gron_Receptionen@helsingor.dk

Vi glæder os til en hyggelig dag fyldt med smil, konkurrenceånd og masser af sjov for hele Plejehjemmet!

OBS: Er der nogen medarbejdere/pårørende, som har nogle pavilloner vi kan låne og stille op på dagen?



Kontakt/Grønnehaven



Receptionen

Sundtoldvej 2-6
3000 Helsingør

Du kan kontakte receptionen på tlf. 49 28 23 53

Receptionens åbningstider

Mandag til torsdag kl. 08.00 - 15.00
Fredag kl. 08.00 - 12.00

Mailadresse:

So_Gron_Receptionen@helsingor.dk



Plejehjemmet Grønnehaven