



Tollereren

TOLLERUPHØJ BRUGERBLAD JUNI 2023



foto ez

Husets nyerhvervede Alpaka blev beundret i TV-stuen
se side 2

AKTIVITETSCENTRET TOLLERUPHØJ
Roskildevej 160 A, 3600 Frederikssund

Tolleren

Udgiver:

Brugerrådet ved
Tolleruphøj

Brugerrådet:

Erik Zangenberg
formand
Gerhard Markurell
næstformand
Ole Jørgensen
kasserer
Bodil Egelund
sekretær
Inge Johansen
Asger Vestorp
Kjeld Olsen
Tilforordnet
Birger Svanholt
(Personalerepr.)

Redaktion:

Erik Zangenberg
(ansvarshavende)
Lis Sahlertz

Adresse:

Tolleruphøj
Roskildevej 160 A
3600 Frederikssund
Tlf.: 4735 3100

Brugerrådets e-mail:
tolleren3600@gmail.com
Brugerrådets Hjemmeside:
www.brugercenter-tollerup.dk

Omsorgscentrets hjemmeside:
www.tolleruphoej.frederiks-
sund.dk

Tryk:

Tolleruphøj

Brugerrådet kan
kontaktes direkte (se
side 11) eller via cen-
tret,
telefon 4735 3100
tir,-fred kl. 8-12.

Gårdbesøg hos Alpakaerne

foto personalet



I maj måned var der bustur med gårdbesøg hos alpakaerne i Skuldelev.

Tak til Søs for timerne med både bløde/søde/sjove og charmerende alpakaer.

Undervejs blev vi klogere på de skønne dyr, deres uld og deres adfærd, alt sammen omgivet af den smukke danske natur.

Desværre kunne vi ikke have en levende alpaka med hjem i bussen, men som I kan se på forsidebilledet, fik Tolleruphøj alligevel en ny beboer med hjem, ja han hoppede faktisk (næsten) selv ind i bussen, så nu skal vi bare finde ud af, hvad han skal hedde, og hvor han skal bo.

Beboerne og aktivitetsplanen Juni 2023

Dag	da-to	Klokken/sted	Aktivitet
Fredag	2.	Kl. 13.00 i tv-stuen	Krea
Søndag	4.	Kl. 13.00 i haven ved cafeen	Havedag
Mandag	5.	Kl. 17.30 i cafeen	Farsdag med fælles-spisning Kiosken vil være åben
Tirsdag	6.	Kl. 11.00 i tv-stuen	Banko
Onsdag	7.	Kl. 10.30 i tv-stuen Kl. 15.00 i tv-stuen	Neglepleje Syng og lyt
Torsdag	8.	Kl. 13.30 i Åses have	Kaffehygge
Tirsdag	13.	Kl. 11.00 i tv-stuen Kl. 14.00	Banko Kioskvognen kører
Onsdag	14.	Kl. 15.00 i tv-stuen	Syng og lyt
Fredag	16.	Kl. 14.30 i tv-stuen	Filmklub
Søndag	18.	Kl. 13.00 i tv-stuen	Krea
Tirsdag	20.	Kl. 11.00 i tv-stuen Kl. 13-15	Banko Kioskvognen kører
Torsdag	22.	Kl. 15.00 i tv-stuen	Neglepleje
Fredag	23.	Kl. 12.00 i cafeen	Vi griller til Sankt Hans
Tirsdag	27.	Kl. 11.00 i tv-stuen Kl. 14.00	Banko Kioskvognen kører
Onsdag	28.	Kl. 15.00 i tv-stuen	Syng og lyt
Torsdag	29.	Kl. 13.00 i tv-stuen	gudstjeneste
Fredag	30.	Kl. 14.30 i cafeen	Vaffelbagning

Beboernyt Juni 2023

Velkommen til

Yrsa Kristine Jensen

Bolig 35

Tillykke til:

Mandag	12. juni	Randi Nielsen	Bolig 9
Onsdag	14. juni	Birte Walden	Bolig 15
Mandag	19. juni	Hans Chr. H. Christiansen	Bolig 17
Fredag	23. juni	Inger Flindt Andersen 90 år	Bolig 25

Månedens kunstnere



Kunstnergruppen Exantis udstiller ved receptionen i månederne juni og juli. Gruppen består af:

Peter Eder, Mette Harreby og Jens Pelsen samt Ulla Leth og Katja Holsting.

Gruppen blev dannet for 10 år siden under et studieophold på Kreta med Peter Eder som underviser. De bor spredt på Sjælland og mødes en gang om måneden i Ishøj og udstiller jævnligt samlet.

Læs mere i næste nummer af Tollereren.

Klargøring til årets vikingespil, Lodbrogs Sønner.



foto ez

Årets vikingespil har premiere den 23. juni og i Pinsen var der travlhed med at få sat scenen op. De tekniske installationer med ild og røg blev eftersat og sceneelementerne sat op med den mobile kran og malet. Også prøverne var påbegyndt.

Spillet instruktør er Bo Skødebjerg og forfatterne er Johannes Jeffries Sørensen og William Ekman-Sørensen.

Stykket handler om Bjørn, som skal efterleve sin far Ragnar Lodbrogs eftermæle og bekæmpe Englands uovervindelige konge.

Vi er tilbage med vikingerne i næste måned.

Nyt træningstilbud for borgere med en demenssygdom



Foto: Camilla S. Christiansen

Har du en demenssygdom? Og har du lyst til at træne på Tolleruphøj sammen med andre i samme situation?

Vi træner i halvanden time én gang om ugen, og det foregår mest udendørs. Træningen foregår på små hold og tilpasses efter jer, der er på holdet. Vi træner både kondition, styrke, udholdenhed og balance. Du kan få tilbudt transport, hvis du ikke selv kan

komme frem og tilbage.

For at komme på hold skal du kontakte Visitation og Hjælpepidler på tlf. 47351900 hverdage kl. 9.00-12.00.

Camilla S. Christiansen, fysioterapeut og Line S. Højlyng, idrætskonsulent

Find Fem Fejl

Juni 2023



Opsætning af sceneelement til årets vikingespil

Der har indsneget sig fem fejl i det højre billede, find dem og deltag i lodtrækningen om en flaske portvin.

Afleveres i Brugerrådets postkasse senest den 20. i måneden.

Navn:

Adresse:

Til Vinderen af sidste måneds *Find Fem Fejl*:

Solveig Jørgensen, Vangedevej 67

Tillykke! Du kan hente en flaske portvin i receptionen

Menuplan for juni 2023

For Tolleruphøjs beboere



Torsdag	1	Medister flødekartofler gulerods-råkost	Flødeis med hyldeblomst
Fredag	2	Fiskefrikadeller persillesovs klostergrønt	Rødgrød
Lørdag	3	Skinke kold kartoffelsalat ærter broccoli	Grøn forårssuppe
Søndag	4	Øl braiseret kalvesteg skysovs grillgrønt	Koldskål kammerjunker
Mandag	5	Frikadeller nye kartofler mormorsalat smørsovs	Jordbær m. fløde
Tirsdag	6	Stegte sild hvidløgsovs råkost kartofler	Rød alliancegrød
Onsdag	7	Kylling i karri ris broccoli	Regnbue is
Torsdag	8	Skinkesnitsel med drenge skysovs bras kartoffel	Rabarberkage flødeskum
Fredag	9	Rullesteg med persille marineret kartoffelsalat	Fløderand abrikos sauce
Lørdag	10	Gryderet espangnole bønner bulgur	Nougatis med vafler
Søndag	11	Forloren hare vildtsovs stegte gulerødder	Sherryfromage flødeskum
Mandag	12	Hjerter i flødesovs kartoffelmos savojkåls råkost	Jordbærsuppe creme fraiche
Tirsdag	13	Hamburgerryg broccoligratin tzatziki	Ymerfromage saftsovs
Onsdag	14	Stjernesud	Æblegrød

Brugerrådets e-mail service

Læsere, som gerne vil modtage løbende orientering om Brugerrådets arrangementer, kan kontakte vores e-mail service, **Erik Zangenberg, e-mail: ecz@mail.dk**

Torsdag	15	Svinekam nye kartofler agurkesalat	Mazarinkage med kartofler
Fredag	16	Karbonader champignonsovs råkost	Pandekage syltetøj
Lørdag	17	Svensk pølseret ærter	Ymerkoldskål kammerjunker
Søndag	18	Kalvesteg bearnaisesovs stegte squash asier	Budding med kirsebær sovs
Mandag	19	Mørbradbøf i sennepssovs romanesco-blanding	Flødeis med jordbær
Tirsdag	20	Stegt ising smørsovs frisk persille bagte tomater	Legeret porresuppe
Onsdag	21	Sur sød kalkungryde ris ananas peber mix	Hyldeblomstfromage
Torsdag	22	Pariserbøf med spejlæg	Rabarbersuppe flødeskum
Fredag	23	Grillpølser brød kartoffelsalat	Jordbær vaniljeis
Lørdag	24	Fiskefrikadelle remouladesovs kartoffel råkost	Koldskål kammerjunker
Søndag	25	Stegt kylling kold kartoffelsalat stegte gulerødder	Stikkelsbærgrød
Mandag	26	Kødsovs kartofler stegt grønt med pasta sesam	Æblegrød
Tirsdag	27	Karrygryde cocktailpølser bulgur bønner	Filur is
Onsdag	28	Frikadeller nye kartofler Stuvet sommerkål	Yoghurt dessert med kirsebær
Torsdag	29	Tarteletter med hønsefyld	Hønsekødssuppe med boller
Fredag	30	Krydret nakkekam marineret kartoffelsalat	Jordbær fløde

Kjeld viste vejen - i Oppe Sundby



fotos ez

Foredrag i Palmehaven

Den 25. maj holdt vores medlem af Brugerrådet Kjeld Olsen foredrag om "Oppe Sundby, fra landsby til nutidens bydel".

Kjeld, som er født og opvokset i Oppe Sundby, har opbygget en stor samling af fotografier, som dokumenterer Oppe Sundbys historie og udvikling. Sammen med historier gennem interviews af lokale borgere og andre historier fik vi en interessant og fornøjelig gennemgang af Oppe Sundbys historie fra 1887 til 2023.

Tolleruphøjs Spisevenner

Så er der fællesspisning **sidste gang inden sommerpausen i juli.**

Vi mødes mandag den 12. juni 2023 kl. 12.30-15.00. Tilmelding er 5. juni.

Tilmelding:

Mail: enmejnert@gmail.com

Mobil: 51 42 65 75.

Pris: 115 kr.

Vi glæder os til at se jer.

Jytte, Birgit og Eva



foto: bz

Arrangementsudvalget er gået på ferie og har annonceret en koncert den 24. september og startet billetsalget

Anne Dorte Michelsen

Søndag den 24. september kl. 14.00 i Caféen



Professionel popstjerne og sangskriver kendt gennem flere årtier både som solist og som en del af Tøsedrengene samt i satireshowet "Venter på Far".

Anne Dorte Michelsen er på scenen med Jon Grundtvig, klaver og Annika Askman, guitar og binder kendte og nye melodier sammen med fortællinger fra livet, der ligger og lå bag.

For 60+ årige i Frederikssund kommune. Entré 150 kr., som kan betales via MobilPay 4112 3945 eller ved køb af billet i receptionen på Tolleruphøj onsdage og fredage kl. 10-12. Vi har plads til 100. Kaffe, kage og andre forfriskninger kan købes i pausen.

Brugerrådet pr. 4. maj 2023



1. række: Kjeld Olsen, Ole Jørgensen, Inge Johansen
2. række: Gerhard Markurell, Erik Zangenberg, Bodil Egelund
3. række: Birger Svanholt (tilforordnet), Asger Vestorp

På Årsmødet i marts blev Brugerrådets sekretær Bente Bakmann genvalgt idet hun gav udtryk for, at hun ønskede at udtræde, hvis der kunne findes en afløser for hende.

Bodil Egelund, som på Årsmødet blev valgt som frivillig brugerrepræsentant, er indstillet på at indtræde i Bentes plads for resten af hendes valgperiode, hvilket Brugerrådet godkendte den 4. maj 2023.

Vi kan derfor præsentere det samlede Brugerråd og dets funktioner her på side 10 og på side 11.

Brugerrådets medlemmer

Erik Zangenberg, formand	Tlf. 4731 2626	Redaktør
Gerhard Markurell, næstformand	Tlf. 4132 7940	
Ole Jørgensen, kasserer	Tlf. 2929 2577	Økonomi
Bodil Egelund, sekretær	Tlf. 2361 3599	
Asger Vestorp	Tlf. 4030 7925	
Inge Johansen	Tlf. 2089 0441	
Kjeld Olsen	Tlf. 4032 5457	
Birger Svanholt, tilforordnet	Tlf. 2147 0754	Personalerepr.

Brugerrådet kan kontaktes via formanden

A
K
T
I
V
I
T
E
T
E
R

Styrketræning	Styrketrænings-lokalerne på Tolleruphøj	Individuel tildeling af træningstid	Inge Johansen Tlf. 2089 0441
Billard	Ved bordene på Tolleruphøj	Individuel tildeling af træningstid (tilmeldingsblanket udfyldes)	Ole Jørgensen Tlf. 2929 2577
Petanque og Dart	Gårdhave/Caféen	Individuel tildeling af tid	Ole Jørgensen Tlf. 2929 2577
Whist	Brugerrådets kontor og café-en	Tirsdays kl. 13.00-15.00	Agner Poulsen Tlf. 6056 3218
Bridge	Glassalen ved Caféen	Mandays kl. 9.00-12.00	Erik Zangenberg Tlf. 4731 2626
IT - Café	Brugerrådets kontor	Torsdays kl. 15.00-17.00	Kjeld Olsen Tlf. 4032 5457
Tolldur	Husorkester	Onsdays kl. 15.00-17.30	Kirsten Klamer Tlf. 6134 3054
Hjemmesiden Tollerén	Erik Zangenberg/Bodil Egelund Erik Zangenberg/Lis Sahlertz		

Bemærk: Adressen på vores hjemmeside er: www.brugercenter-tollerup.dk

Juni 2023 stemning

af Merete

Er det sommer nu?

Ja, det er det, med alle de glæder som en sommer måned kan bringe.

Juni måned, hvor vi skal nyde de dejligste jordbær, vi skal spise os mætte i disse skønne bær. Sæsonen er desværre begrænset, så det er bare med at nyde de danske jordbær nu de er her.



Smagen, duften og synet af jordbær, det er bare ren dansk sommer, som vi sætter tænderne i, når vi spiser af dem.

Det er bare så skønt at sætte sig ved et bord, hvor der står en stor skål jordbær, en kande med frisk mælk eller fløde og, ikke at glemme, sukkeret til at drysse på de dejlige bær.

Juni bringer så mange glæder, vi ser blomster alle steder. Alt det der var små grønne spirer, er nu blevet til dejlige frodige planter med masser af blomster af alle slags og i dejlige farver.

Vi kan høre bierne, når de er på arbejde for at samle nektar til at tage med hjem til bistaderne. Disse travle små insekter, der beriger os med deres dejlige honning.

Friskbagt franskbrød, hvor der er smurt ny slynget honning på, det er da en himmelsmundfuld.

Duften af syrenerne bliver hængende i luften, og følger én et stykke på vej. Det er den herligste duft, og det er forståeligt at bierne også syntes det er en dejlig blomst.

Juni måned er også midsommer. Vi får de dejlige lange lyse aftener, og skal slet ikke tænde for lyset.

Vi kan nyde den smukke solnedgang og det spændende aftenlys på himlen, se de skønne farver, der viser sig i gul, orange og rød, for så til sidst at gå over i en dejlig sommerskumring.

Vi hører fuglene kvidrer og synge, men når skumringen falder på, bliver det til små pip her og der. I buske og hække søger fuglene hen når det bliver tussmørke, og lige pludselig er der helt stille.

En dejlig Sankt Hans aften venter på os. Vi skal ud og se Sankt Hans bål, mærke hvordan røgen river lidt i næsen, og føle varmen fra det tændte bål.

Stemningsfuldt er det, når vi står sammen med en masse mennesker og synger Midsommervisen.

