



Tolleren

TOLLERUPHØJ BRUGERBLAD SEPTEMBER 2022



foto ez

Kulturhavn Frederikssund blev skudt i gang den 19. august.
Det var sangerinden Alberte der på smukkeste vis sang for.

AKTIVITETSCENTRET TOLLERUPHØJ
Roskildevej 160 A, 3600 Frederikssund

Tolleren

Udgiver:

Brugerrådet ved
Tolleruphøj

Brugerrådet:

Erik Zangenberg
formand
Gerhard Markurell
næstformand
Ole Jørgensen
kasserer
Bente Bakmann
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.

Anders Blichfeldt

Alene på scenen
I Cafeen



Alle billetter er solgt!

Spil bridge mandag morgen og få en frisk
start på ugen!



Brugerrådet har et lille bridgehold hver mandag
morgen i Glassalen.

Vi spiller i et uhøjtideligt miljø, hvor vi bruger de
færdigheder, vi har lært af byens dygtige instruktø-
rer eller tidligere har lært på anden vis.

Nu hvor sommeren går på hæld, er spillerne ind-
kaldt til sæsonens første spilledag den 12. septem-
ber kl. 9.00.

Vi kan godt bruge nye spillere og substitutter. Hvis
du er interesseret og måske også nyuddannet er
du meget velkommen til at kontakte os. Se side
11.

Erik Zangenberg

Beboerne og Aktivitetsplanen Septmber 2022

Dag	Den	Sted/klokken	aktivitet
Torsdag	1.	Kl. 12-16 i cafeen	Mandefrokost Kioskvognen kører
Lørdag	3.	Kl. 14.00 bustur ved Illona	
Mandag	5.	Kl. 14.00 i tv-stuen	Besøgshund
Tirsdag	6.	Kl. 11.00 i tv-stuen	Bankospil
Onsdag	7.	Kl. 15.00 i tv-stuen	Syng og lyt
Torsdag	8.		Kioskvognen kører
Lørdag	10.	Kl. 11.00 bustur ved Jane	
Mandag	12.	Kl. 15.00 i tv-stuen	Filmklub
Tirsdag	13.	Kl. 11.00 i tv-stuen	Bankospil
Onsdag	14.	Kl. 10.30 i tv-stuen Kl. 15.00 i tv-stuen	Neglepleje Syng og lyt
Torsdag	15.	Kl. 17.30	Fællesspisning Birger underholder Kioskvognen kører
Lørdag	17.	Kl. 11.00 bustur ved Illona	Lene Åse
Mandag	19.	Kl. 14.00 i tv-stuen	Besøgshund
Tirsdag	20.	Kl. 11.00 i tv-stuen Kl. 14.00	Bankospil Wellness ved Jane
Onsdag	21.	Kl. 15.00 i tv-stuen	Syng og lyt
Torsdag	22.	Kl. 15.00 i tv-stuen	.00Kaffehygge Kioskvognen kørere
Søndag	25.	Kl. 15.30 i cafeen	Bankospil
Tirsdag	27.	Kl. 11.00 i tv-stuen Kl. 17.00 i cafeen	Bankospil Beboer og 28.pårørende aften
Onsdag	28.	Kl. 15.00 i tv-stuen	Syng og lyt
Torsdag	29.	Kl. 10.30 i tv-stuen	Gudstjeneste Kioskvognen kører
Fredag	30.	Kl. 14.30 i cafeen	Vaffelbagning

Beboernyt September 2022

Tillykke til:

Torsdag	1. september	Kirsten Aase Hansen		Bolig 5
Fredag	2. september	Elie Ryberg	80 år	Bolig 16
Mandag	12. september	Christian Andersen		Bolig 12

Velkommen til:

Mogens Gravlund Højrup	Bolig 10
------------------------	----------

Fødselsdagsfest og Store Kagebord

Onsdag d. 3 august fyldte Tollerup-høj 54 år og det blev fejret!.

Beboere, pårørende, personale, frivillige blev inviteret til stort Sønderjysk kaffebord og det var rigtigt stort.

Alle mødte op i cafeen hvor der var dækket op med mågestellet, samt kager for enhver smag, både den købte slags og hjemmebak fra frivilliges og personalets hænder, da der altid er plads til en kage til var alle velkomne til at medbringe yndlingskagen på dagen.

Det var et festligt bord med over 20 forskellige kager, som Illona bød velkommen til og hvor der var fællessang under ledelse af Kristine og Birger



foto ez

Illona byder velkommen til kagebordet.



foto ez

Kristine og Birger stod for det musikalske indslag

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 Hjælpemidler på tlf. 47351900 hverdage kl. 9.00-12.00.

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

Find Fem Fejl September 2022



Info plakat ved Føtex da Frederikssund Kulturhavn blev fejret
19.-21. august 2022

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

Aflleveres i Brugerrådets postkasse senest den 20. i måneden.

Navn:

Adresse:

Til Vinderen af sidste måneds *Find Fem Fejl*:

Johanne Mayland, Bolig 33

Tillykke! Du kan hente en flaske portvin i receptionen

Menuplan for September 2022

For Tolleruphøjs beboere



Torsdag	1	Fiskefilet, pommes frites, salat, remoulade	Figner med creme fraiche
Fredag	2	Rødgrød med fløde	Kirsebærris
Lørdag	3	Blommer med cremesovs	Rødgrød med fløde
Søndag	4	Skinke, flødekartofler, blandet salat	Blommer med cremesovs
Mandag	5	Bøf Lindstrøm, kaperssovs, kartofler, blandet grønt	Citronfromage, flødeskum
Tirsdag	6	Flæskestegssandwich	Æblekage med flødeskum
Onsdag	7	Skinkestang med blandet salat	Bananasplit – chokoladesovs
Torsdag	8	Kogt torsk, sennepssovs, kartofler, gulerødder	Gul alliancegrød med fløde
Fredag	9	Forloren hare, vildtsovs, kartofler, ribsgele, grønt	Ymerfromage, jordbærsovs
Lørdag	10	Jubilæumsmenu m hummersuppe og braiseret vildsvin i rødvinssovs m. jordskokker	Dronningekage
Søndag	11	Krebinet, stuvede ærter-gulerødder, kartofler	Vaniljeis
Mandag	12	Stegt fisk, persillesovs, kartofler, blandet salat	Abrikosgrød med fløde
Tirsdag	13	Boller i karry, ris, kartofler, karotter, blandet grønt	Pærer med cremesovs

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**

Onsdag	14	Kylling i rødvin, kartofler, spidskål	Budding med saft-sauce
Torsdag	15	Stegt flæsk, persillesovs, kartofler, rødbeder	Sveskegrød med fløde
Fredag	16	Skinkestroganoff, kartoffelmos, ærter	Appelsinfromage
Lørdag	17	Frikadelle, stv hvidkål, kartofler	Stikkelsbærfraage
Søndag	18	Kryddernakkesteg, skysovs, grillet grønt	Flødeis med Vanille
Mandag	19	Levergryde m/ Cocktailpølser, majs-ærter-peber, mos	Jordbærgrød m/ fløde
Tirsdag	20	Mørbrad m/bacon, kart både, paprika-sovs, broccoli	Hybensuppe m/ flødeskum
Onsdag	21	Stegt flæsk, persillesovs, carotter	Pærekage m / cremefraiche
Torsdag	22	Høns i tarteletter, ærter	Blommegrød med fløde
Fredag	23	Skinke, hollandaisesovs, Røsti kart, grønblanding	Fersken med makronskum
Lørdag	24	Italiensk farsbrød, basilikumsovs, ratatouille, pasta	Citronfromage med flødeskum
Søndag	25	St svinekam, skysovs, rødkål, kart	Flødeis med jordbær
Mandag	26	Karbonade, stv. blomkål, kart	Sveskekage med flødeskum
Tirsdag	27	Dampet laks, hollandaisesovs, klostergrønt, kart	Fløderand m/ jordbærsovs
Onsdag	28	Spr. kalkun, estragonsovs, Broccoli blanding, ris	Henkogt pære m/ vanille skum
Torsdag	29	Medister, Fløde stv spinat, carotter, st kartofler	Pandekage med syltetøj
Fredag	30	Bankekød, skysovs, blomkål, drue-agurk, kart	Oksekødssuppe med urter/boller

Tolleruphøjs Spisevenner

Så er fællesspisningen i gang og menuen i september er laks med flødestuvet spinat. Prisen er 115 kr.

Vi mødes mandag den 12. september kl. 12.30-15.00 med tilmelding senest mandag den 5. september.

Tilmelding:

Mail: enmejner@gmail.com

Mobil: 51 42 65 75.

Vi glæder os til at se jer.

Jytte, Birgit og Eva



foto: bz

Efterårs Café i oktober

Beboere, familie, pårørende og venner af huset er velkomne til en hyggeeftermiddag i Caféen onsdag den 5. oktober kl. 14.30 med sang, musik, "Huskvarium", oplæsning og kaffe/te og kage.



Husets orkester "Tolldur" akkompagnerer fællessangene og du kan se, hvad "Huskvariet" indeholder.

Det er Syng og Lyt, der står for arrangementet, som er gratis.

Glæd dig til vores næste arrangement i oktober:
Vi får besøg af det fantastiske Rubber Band

Søndag den 9. oktober kl. 14.00 i Cafeen



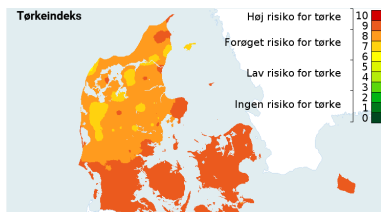
Rubber Band startede i 1979 og blev nærmest opfattet som blafemisk at kopiere The Beatles eller deres musik, men da bandet fortsatte med at øve indtil de havde deres første koncert, var reaktionen fantastisk. De såkaldte kritikere blev pludselig entusiastiske Rubber Band fans!

Bandet har turneret i Danmark og Sverige, har medvirket i 2 danske film og har medvirket live i radio og TV.

Mere information kommer i næste nummer af Tollereren.

Venlig hilsen
BRUGERRÅDET

September 2022 stemning af Merete



Naturen tørster, og vores haver og sommerblomster tørster, vi mangler i den grad vand fra foroven. Nu håber vi på at nogle af vejrudsigterne vil love regnvejr til vores tørre omgivelser, og ikke nok med at love, men også at vi kan få den nedbør vi mangler.

Går man en tur i naturen, kan vi se træer og buske med gule blade og en masse nedfaldne tørre blade på jorden omkring dem.

Det ser ud til vi får et tidligt efterår.

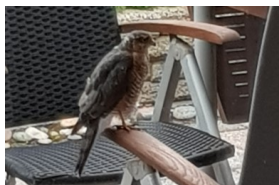
I haverne er græsplænerne ikke grønne, men derimod visnen brune i store områder, plænerne tørster også.

Vores stauder og sommerblomster ser også ud til at perioden med skønne blomster slutter tidligere i år. Vi må glæde os over den tid vi har haft, hvor vi har kunnet nyde de smukke farver.

Nu er vi gået ind i den første efterårsmåned, det er utroligt så hurtigt tiden går. Fuglene er begyndt at vende tilbage til vores haver, de søger igen mad hos os mennesker.

Det er så hyggeligt at høre dem sludre og pippe, og se de store flokke af alle havens fugle. Lige nu har vi set gråspurv, skovspurv, gærdesmutte, solsorte, alliker og skader, men der kommer hele tiden flere til.

En helt speciel gæst er spurvehøgen, den kan også finde ud af, af haverne har flere fugle på besøg, og der kunne jo falde en måltid af, hvis den er hurtig.



I naturen har vi en helt speciel blomst, en meget smuk og blå en af slagsen, det er Cikorie. Den dukker op mange steder, og kan fortæller sin helt egen historie.



Under besættelsen, hvor det var svært at få mange ting, var Cikorie en populær plante.

Dengang har de tørrede og ristede rødder fra Cikorie været brugt som kaffeerstatning. Den blev solgt under besættelsen og i årene efter under navnene Rich's og Danmarks.

Det hjalp danskerne til fortsat at kunne få en kop kaffe når de havde lyst til det.

Odense-Kerteminde-Martofte Jernbane havde, mens den opererede, et stop ved cikorieterrieriet ved Seden Station. Seden Station blev bygget i år 1900, og nedlagt i 1966, den lå ved Odense NØ.

Brugerrådets medlemmer

Erik Zangenberg, formand	Tlf. 4731 2626	Redaktør
Gerhard Markurell, næstformand	Tlf. 4132 7940	
Ole Jørgensen, kasserer	Tlf. 2929 2577	Økonomi
Bente Bakmann, sekretær	Tlf. 2217 1945	
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	Tirsday kl. 13.00-15.00	Agner Poulsen Tlf. 6056 3218
Bridge	Glassalen ved Caféen	Mandage kl. 9.00-12.00	Erik Zangenberg Tlf. 4731 2626
IT Tema	Brugerrådets kontor	Torsday kl. 15.00-17.00	Kjeld Olsen Tlf. 4032 5457
Tolldur	Husorkester	Onsdage kl. 15.00-17.30	Kirsten Klamer Tlf. 6134 3054
Hjemmesiden Tollerén	Erik Zangenberg Erik Zangenberg/Lis Sahlertz		

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

Åbent Hus med festlig jazzmusik på Lundebjerggård

Den 26. august kunne kommunens seniorer besøge Centerrådet og de mange frivillige holdledere på Lundebjerggård. Der kunne de tilmelde sig eller blive skrevet op til et eller flere af de aktiviteter, som centret tilbyder. Der var også mulighed for at foreslå nye aktiviteter og at melde sig som underviser.



foto ez

*Helle Risgaard.
En glad formand kunne by-
de velkommen til de mange
gæster.*

Dagen startede på traditionel vis kl. 9.00 med morgenbord for de frivillige holdledere og hjælpere og hvor Centerrådets formand Helle Risgaard bød velkommen. Kl. 10.00 blev dørene åbnet og brugerne, også mange nye, strømmede ind for at melde sig til deres favoritaktivitet og få sig en hyggensnak rundt om i huset.



foto ez

*Centerrådet havde hyret
jazz orkestret Løvenskjold
Jazzcirkus til udendørs mu-
sik og vejret var perfekt til
musiknydelse.*