



# Tollereen

TOLLERUPHØJ BRUGERBLAD AUGUST 2024



foto: ez

Motiv af månedens kunstner, Inger Hvalsø, se side 2.

AKTIVITETSCENTRET TOLLERUPHØJ  
Roskildevej 160 A, 3600 Frederikssund

## Tolleren

### Udgiver:

Brugerrådet ved  
Tolleruphøj

### Brugerrådet:

Erik Zangenberg  
Birgit Sørensen  
Ole Jørgensen  
Bodil Egelund  
Inge Johansen  
Asger Vestorp  
Kjeld Olsen

### 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.brugercen-  
tollerup.dk

Omsorgscentrets hjemme-  
side:  
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.

Tolleruphøjs beboer- og pårørenderåd.

Beboer Vivi Vestermann

Beboer Orla Andersen, næstformand

Beboersuppleant, vakant

Pårørende Jette Reeh, forkvinde, 40558765

Pårørende Hanne Jørgensen, 30338263

Pårørendesuppleant, vakant

Områdeleder Mia Condé Hansen, 29463284

Centerleder Signe Welcher Nielsen, 29360902

Du er velkommen til at kontakte rådets medlem-  
mer, hvis du har spørgsmål, forslag til forbedringer  
eller andet.

---

## Månedens kunstner: Inger Hvalsø



Inger Hvalsø er født og opvokset i Korsør, men har boet i Frederikssund siden 1971.

Hun arbejder i akryl og hendes billeder strækker sig fra den sarte valmue til de vilde dyr i naturen, særligt isbjørne og tigre.

Inger har besøgt kunsthøjskoler 6 gange rundt om i landet og deltaget i flere kurser.

Inspirationen henter hun fra bl.a. Odense Zoo og Storebælt ved hendes hjemegn.

## Beboerne og aktivitetsplanen august 2024

Dag	d.	Klokken/sted	Aktivitet
Torsdag	1.	Kl. 10.30 i tv-stuen	Gudstjeneste
Lørdag	3.	Kl. 14.00 i cafeen	Sønderjysk kaffebord
Mandag	5.	Kl. 14.30 i tv-stuen Kl. 18.00	Filmklub Kioskvognen kører
Tirsdag	6.	Kl. 11.00 i tv-stuen	Banko
Onsdag	7.	Kl. 10.30-12 i tv-stuen Kl. 15.00 i tv-stuen	Neglepleje Syng og lyt
Fredag	9.	Kl. 14.00 i tv-stuen	Hjernegymnastik med kryds og tværs
Lørdag	10.	Kl. 13.00 i tv-stuen	Krea
Søndag	11.	Kl. 13.00	Bustur
Tirsdag	13.	Kl. 11.00 i tv-stuen Kl. 18.00	Banko Kioskvognen kører
Onsdag	14.	Kl. 15.00 i tv-stuen	Syng og lyt
Mandag	19.	Kl. 14.00 i tv-stuen Kl. 18.00	Højtlesning Kioskvognen kører
Tirsdag	20.	Kl. 11.00 i tv-stuen	Banko
Onsdag	21.	Kl. 15.00 i tv-stuen	Syng og lyt
Torsdag	22.	Kl. 17.00 i cafeen	Ole kok laver helstegt pattegris
Lørdag	24.	Kl. 13.00 i tv-stuen	Krea
Søndag	25.	Kl. 13.00	Bustur
Mandag	26.	Kl. 14.00 i tv-stuen Kl. 18.00	Neglepleje Kioskvognen kører
Tirsdag	27.	Kl. 11.0 i tv-stuen	Banko
Onsdag	28.	Kl. 15.00 i tv-stuen	Syng og lyt
Torsdag	29.	Kl. 10.30 i tv-stuen	Gudstjeneste
Fredag	30.	Kl. 14.00 i cafeen	Vaffelbagning

## Beboernyt august 2024

Tillykke til:

Onsdag	7. august	Henry Leif Nielsen	Bolig 21
Fredag	16. august	Jørgen Benny Petersen	Bolig 14
Fredag	23. august	Thomas Bengt Olof Andgren	Bolig 22

Velkommen til:

Hanne og Jørgen Bøgebjerg	Bolig 23
---------------------------	----------

Farvel til:

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



## Invitation til det store sønderjyske kagebord i Caféen

Lørdag d. 3 august fylder Tolleruphøj 56 år og det skal fejres.

Vi ser derfor en anledning til at invitere beboere, pårørende, personale, frivillige til stort Sønderjysk kaffebord i kl. 14.

Vi mødes i cafeen hvor der vil være dækket op med mågestellet, samt kager for enhver smag, både den købte slags og hjemmebag fra frivillige og personalets hænder, da der altid er plads til en kage til er alle velkomne til at medbringe yndlings kagen på dagen.

Tilmelding er ikke nødvendig, vi glæder os bare til en hyggelig stund sammen med så mange af jer som muligt.

På vegne af de frivillige og det tværgående team.

Illona



## Træningstilbud for borgere med en demenssygdom

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

august 2024



foto: ez

Statue, som kan ses på Gianicolo-højen i Rom:  
Anita, Garibaldis hustru til hest med en pistol i højre hånd og sit nyfødte barn på venstre arm på vej til kamphandlinger sammen med sin mand.

---

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*:

Kurt W. Petersen, Lærkevej 11 - 101.

Tillykke! Du kan hente en flaske portvin i receptionen

# Menuplan for august 2024

For Tolleruphøjs beboere



Torsdag	1	Kartoffelæggekage, bagte tomater, rugbrød	Risengrød
Fredag	2	Skinkestroganoff, mos, salat	Budding m kirsebær
Lørdag	3	Kalvefrikassé, kartofler	Rabarberkage
Søndag	4	Forloren hare, vildtsovs, kartofler, ærter, tyttebær	Pære m. cremesauce
Mandag	5	Chop Suey, ris, peanuts, mango chutney	Kirsebær is
Tirsdag	6	Rødspætte m. citron, persillesovs, kart., porre/gulerod	Lynstang
Onsdag	7	Hakkebøf m. bløde løg, skysovs, kartofler, rødbeder	Stikkelsbægrød
Torsdag	8	Frikadeller, stuvet sommerkål, kartofler	Jordbærfromage
Fredag	9	Kylling i fad, paprikasovs, ris, marinerede bønner	Koldskål
Lørdag	10	Hamburgerryg, flødekartofler, ærter	Yoghurtdessert hindbær
Søndag	11	Stegt svinekam, skysovs, kart., rabarber, agurkesalat	Æblekage m. fløde
Mandag	12	Kalkun, grøntsagskarrysovs, ris, stegte wokgrøntsager	Ananas/fersken creme
Tirsdag	13	Kødsovs, pastaskruer, råkost	Citronfromage
Onsdag	14	Fiskefrikadeller, persillesovs, kartofler, gulerødder	Hønskødsuppe

## 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](mailto:ecz@mail.dk)**

Torsdag	15	Medister, skysovs, kartofler, asier	Ribs/solbægrød
Fredag	16	Gryderet m. cocktailpølser, mos og rødbeder	Jordbæris
Lørdag	17	Krydret nakkesteg, skysovs, kartofler, squash, peber	Risdessert m. rabarber
Søndag	18	Kylling, tomatsauce, pasta, salat	Moccafromage
Mandag	19	Dampet sej, sennepssauce, kartofler og romanesco bl.	Hindbægrød
Tirsdag	20	Moussaka, flute, salat	Chokoladetærte
Onsdag	21	Frikadeller, stuvet ærter/gulerødder, kartofler	Pandekager m syltetøj
Torsdag	22	Helstegt pattegris	Is
Fredag	23	Farsskinke, skysovs, kartofler, marinerede bønner	Fersken m makronskum
Lørdag	24	Italienske kødboller, ratatouille, pasta	Koldskål
Søndag	25	Rullesteg, skysovs, kartofler og st. gulerødder	Jordbærfromege
Mandag	26	Rødspætter, persillesovs, kartofler, ærter	Islagkage m. marcipan
Tirsdag	27	Hamburgerryg, krydderurtesovs, kartofler og salat	Rød alliancegrød
Onsdag	28	Millionbøf, kartoffelmos og rødbeder	Ananas/fersken råcreme
Torsdag	29	Revelsben, kartoffelsalat, grøn salat	Tiramisu
Fredag	30	Farseret porre, kartofler, skysovs, broccoli	Kirsebær is
Lørdag	31	Bøf Lindstrøm, kaperssauce, kartofler, salat	Æblekage



Stor underholdning med  
sangerinden

## Lise Nees

I Caféen  
Søndag 18. august kl. 14

Lise Nees synger sangenes indhold. Dét de handler om – og skaber dermed forbindelse til følelser og minder.

Som professionel sangerinde har Lise Nees mere end 10 års erfaring i dansk og udenlandsk populærmusik, har optrådt mere end 200 steder i hele landet, og har hele 12 rigtig gode, danske programmer med sange, som alle kan lide.

Programmerne kædes sammen af historier om sangenes tilblivelse, personlige oplevelser og/eller sjove historier fra hendes karriere i den danske teaterverden.

Lise er uddannet fra Det Fynske Musikkonservatorium som klassisk sanger og tog efter nogle år til New York, hvor hun videreuddannede sig i musical-sangteknik hos Barbra Streisands sanglærer. Samtidig fik hun timer i drama, dans og musik hos nogle af Broadways førende lærere.

Fri entré for seniorer (60+) med bopæl i Frederikssund Kommune. Vi har plads til 90. Tilmelding på [sofiegelund8@gmail.com](mailto:sofiegelund8@gmail.com).

---

### Tolleruphøjs Spisevenner

Velkommen til fællesspisning i august

Vi mødes mandag den 12. august 2024  
kl. 12.30-15.00.

Tilmelding: Mandag den 5. august 2024.

Mail: [enmejnert@gmail.com](mailto:enmejnert@gmail.com)

Mobil: 51 42 65 75.

Pris: 115 kr.

Vi glæder os til at se jer.

8 Eva og Birgit



foto: bz



Det sker i september:

## AfterBeat Swingmusik med tempo 1. september kl. 14.00 i Caféen

AfterBeat spiller swing/jivemusik med tempo, drive. Stilen er jazzen fra swingtiden i 40'erne og 50'erne - krydret med nyere populærumre.

De sender en speciel hyldest til de gamle danske jazzsangerinder som Grethe Ingmann, Daimi, Gitte Hænning, Lise Reinau m.fl. der genfortolkede de gode amerikanske jazzmelodier med danske "undersættelser" af de store tekstforfattere – Jesper Klein, Mogens Dam, Robert Arnold m.fl.



Bandet blev i sin tid startet af Lars Hallgren og Christian Wolff der slog deres musikalske rødder sammen på Næstved Gymnasium tilbage i starten af 80'erne og har gennem årene spillet i diverse jazzklubber, Royal Run, Femø Jazzfestival, Snake City Jazzfestival, Copenhagen Jazzfestival, fødselsdage, byfester, bryllupper og begravelser.

Line up: Tanja Dornby Vokal, Rasmus Welling Saxofon, Lars Hallgren Piano og vokal, Christian Wolff Bas og vokal Allan Høgedal Trommer.

Koncerten er åben for 60+ére i Frederikssund kommune. Entré 50,00 kr., som betales ved indgangen, enten kontant eller med MobilPay (ikke kort). Vi har plads til 90. Tilmelding på e-mail: sofiegelund8@gmail.com.

Det sker også i september:

## Koncert med Blue MIX

Søndag 22. september kl. 14 – 16, Musikalsk tidsrejse fra 50'erne, 60'erne og 70'erne, med Kim Reinert og Jørgen Mosbæk.



### **Kom med på en tur ned ad Memory Lane**

Blue MIX giver en musikalsk fortælling med fællessang om Blue Boys historie og deres musikalske venner suppleret med ord og billeder tilbage til de små og store begivenheder fra den tid i Danmark og den øvrige verden.

Vi skal høre udpluk fra Blue Boys store repertoire med mere end 100 pladeudgivelser og høre om nogle af de kunstnere, som har haft tætte bånd til Blue Boys. Blandt andet om John Mogensens periode i Blue Boys og samarbejdet med Four Jacks.

Kim Reinert spillede med Blue Boys som akkompagnatør på bas og guitar de sidste 17 år af Blue Boys 40-årige periode.

Kim Reinert synger og spiller guitar, og Jørgen Mosbæk med baggrund som musiklærer og foredragsholder, synger og spiller harmonika.

Koncerten er åben for 60+årige bosiddende i Frederikssund kommune. Fri entré. Vi har plads til 90. Tilmelding er nødvendigt.

Tilmelding pr. e-mail: [sofiegelund8@gmail.com](mailto:sofiegelund8@gmail.com).

## Brugerrådets medlemmer

Erik Zangenberg, formand	Tlf. 5182 3434
Bodil Egelund, næstformand	Tlf. 2361 3599
Ole Jørgensen, kasserer	Tlf. 2929 2577
Birgit Sørensen	Tlf. 6160 1264
Asger Vestorp	Tlf. 4030 7925
Inge Johansen	Tlf. 2089 0441
Kjeld Olsen	Tlf. 4032 5457

Brugerrådet kan kontaktes via formanden

<b>Styrketræning</b>	Styrketræningslokalerne på Tolleruphøj	Individuel tildeling af træningstid	Inge Johansen Tlf. 2089 0441
<b>Billard</b>	Ved bordene på Tolleruphøj	Individuel tildeling af træningstid (tilmeldingsblanket udfyldes)	Ole Jørgensen Tlf. 2929 2577
<b>Petanque og Dart</b>	Gårdhave/Caféen	Individuel tildeling af tid	Ole Jørgensen Tlf. 2929 2577
<b>Whist</b>	Brugerrådets kontor og caféen	Tirsdays kl. 13.00-15.00	Agner Poulsen Tlf. 6056 3218
<b>Bridge</b>	Glassalen ved Caféen	Mandage kl. 9.00-12.00	Erik Zangenberg Tlf. 5182 3434
<b>Slægtsforskning</b>	Brugerrådets kontor	Torsdays kl. 15.00-17.00	Kjeld Olsen Tlf. 4032 5457
<b>Tolldur</b>	Husorkester	Onsdays kl. 15.00-17.30	Kirsten Klamer Tlf. 6134 3054
<b>Hjemmesiden Tollereren</b>	Erik Zangenberg/Bodil Egelund Erik Zangenberg/Lis Sahlertz		

**Bemærk:** Adressen på vores hjemmeside er: [www.brugercenter-tollerup.dk](http://www.brugercenter-tollerup.dk)

Det sker på **Lundebjerggård:**

## Store indskrivningsdag

Fredag den 16. august kl. 10

Den 16. august kan seniorer, som er bosat i Frederikssund kommune, besøge Centerrådet og alle de frivillige holdledere på Lundebjerggård. Der kan man tilmelde sig eller blive skrevet op til en eller flere af de aktiviteter, som centret tilbyder.

Der er også mulighed for at foreslå nye aktiviteter og at melde sig som underviser.



*Lundebjerggård*

Der er underholdning med blues- og rockduoen Søren & Rune, som har rødder i Horns Herred.