



Tollereren

TOLLERUPHØJ BRUGERBLAD DECEMBER 2023



foto: ez

Illustration af billedkunstneren Anne Marie Christensen

Redaktionen ønsker alle læsere en glædelig jul

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
Birger Svanholt
Tilforordnet
(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.

Julearrangementer 2023 for beboerne

Husets Julefrokost

Atter i år afholdes der julefrokost med underholdning for beboerne i Caféen.

Det er tirsdag den 5. december kl. 12.00.



foto cz

Luciadag på Tolleruphøj

Beboerne pynter juletræet og nyder de friskbagte Lucia-boller.

Julegudstjeneste

Afholdes i TV-stuen juleaftensdag søndag den 24. december kl. 13.30 med præst Susanne Østrup Leiding.

Jul og nytår for beboerne

Der afholdes festligt fællesarrangement for beboerne med julemiddag i Cafeen juleaften kl. 17.30

Også nytårsaften er der efter Dronningens nytårstale et flot nytårsarrangement kl. 18.30 i Caféen for husets beboere.



foto cz

Glædelig jul og godt nytår fra køkkenet Tolleruphøj.

Beboerne og aktivitetsplanen. December 2023

| Dag | d. | Sted/klokken | aktivitet |
|---------|-----|---|--|
| Lørdag | 2. | Kl. 15.00 i cafeen | Jule bankospil for beboer og pårørende |
| Søndag | 3. | Kl. 14.00 i cafeen | Gospelkor |
| Mandag | 4. | Kl. 15.30 i tv-stuen | Jule Krea Kioskvognen kører |
| Tirsdag | 5. | Kl. 12.00 i cafeen | Julefrokost Stine og Martin underholder |
| Onsdag | 6. | Kl. 10.30-12 i tv-stuen Kl. 15.00 i tv-stuen | Neglepleje Syng og lyt |
| Torsdag | 7. | Kl. 10.30 i cafeen Kl. 14.00 hos Alis | Musik omkring flygelet Julebesøg |
| Mandag | 11. | Kl. 14.00 i tv-stuen | Højtlæsning |
| Tirsdag | 12. | Kl. 11.00 i tv-stuen | Banko |
| Onsdag | 13. | Kl. 15.00 i tv-stuen | Lucia dag vi pynter træet Syng og lyt |
| Torsdag | 14. | Kl. 10.30 i cafeen | Musik ved flygelet |
| Fredag | 15. | Kl. 14.30 i tv-stuen | Filmklub vi ser Nødebo præstegård |
| Lørdag | 16. | Kl. 13.00 i tv-stuen | Jule Krea |
| Søndag | 17. | Kl. 14.00 i tv-stuen | Advents dag med Illona |
| Mandag | 18. | Kl. 14.00 i tv-stuen Kl. 17.30 i cafeen | Neglepleje Fællesspisning |
| Tirsdag | 19. | Kl. 11.00 i tv-stuen Kl. 13.20 i cafeen | Banko Musik ved flygelet |
| Onsdag | 20. | Kl. 15.00 i tv-stuen | Syng og lyt |
| Torsdag | 21. | Kl. 10.30 i cafeen | Musik ved flygelet |
| Søndag | 24. | Kl. 13.30 i tv-stuen Kl. 17.30 i cafeen | Julegudstjeneste Juleaftens hygge |
| Mandag | 25. | Kl. 13.30 i tv-stuen | Julehygge ved Illona |
| Tirsdag | 26. | Kl. 13.00 i Symfonien Kl. 18.00 i Harmonien | Vi spiser de sidste julegodter Vi spiser de sidste julegodter |
| Torsdag | 28. | Kl. 11.00 i tv-stuen | Banko |
| Søndag | 31. | Kl. 18.00 på afdelingerne Kl. 18.30 i cafeen | Dronningens nytårstale Vi fejrer nytårsaften |

Beboernes julefrokost



Tirsdag den 5. december kl. 12 afholdes der julefrokost for beboerne i Cafeen. Populære Stine & Martin underholder med deres Dinner og Revyshow.

Foto: Camilla S. Christiansen



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 Hjælpe midler på tlf. 47351900 hverdage kl. 9.00-12.00.

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

Beboernyt december 2023

Tillykke til:

| | | | |
|---------|--------------|---------------------------|----------|
| Fredag | 8. december | Joan Gottlieb Hansen | Bolig 8 |
| Tirsdag | 12. december | Per Nissen Leth | Bolig 1 |
| Søndag | 31. december | Orla E. Grønbech Andersen | Bolig 11 |

Find Fem Fejl

december 2023



Den Spanske Trappe i Rom, Italien

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* :
Merete Lykkegård, Fasanvej 13, Frederikssund
Tillykke! Du kan hente en flaske portvin i receptionen

Menuplan for december 2023

For Tolleruphøjs beboere



| | | | |
|---------|----|--|----------------------------|
| Fredag | 1 | Karbonader, stuede bønner og kartofler | Risengrød |
| Lørdag | 2 | Oksesteg, rødvinssauce, kartofler og salat | Sherryfromage |
| Søndag | 3 | Laksefrikadeller, flødekartofler og stegte svampe | Stikkelsbægrød |
| Mandag | 4 | Biksemad m spejlæg og rugbrød | Kanelstjernekeg |
| Tirsdag | 5 | Oksekødssuppe m. boller | Pære m. cremesauce |
| Onsdag | 6 | Boller i karry, ris og marineret squash | Hyldebærssuppe m tvebakker |
| Torsdag | 7 | Koteletter i fad, ris og salat | Blomme trifli |
| Fredag | 8 | Bøf Lindstrøm, sovs, kart., rødbedesalat | Budding m kirsebærssauce |
| Lørdag | 9 | Gullasch, mos, sauteret grønt, rødbeder | Æbleskiver |
| Søndag | 10 | Kalvesteg, skysovs, peberfrugt m. oliven, bras kart. | Adventskringle |
| Mandag | 11 | Pasta med kødsovs og råkost | Ærtssuppe m. bacon |
| Tirsdag | 12 | Cordon Bleu, bearnaise, bådkartofler og grønt | Jordbærtrifli |
| Onsdag | 13 | Aspargessuppe og flute | Ananas/fersken m. skum |
| Torsdag | 14 | Frikadeller, stuvet hvidkål og kartofler | Krydderkage m smørcreme |

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**

| | | | |
|---------|----|---|----------------------------|
| Fredag | 15 | Sprængt svinekam, peberrodssovs, bagte | Pandekager m syltetøj |
| Lørdag | 16 | Nakkesteg, champignonsovs, kartofler, salat | Moccafromage |
| Søndag | 17 | Farsskinke, skysovs, kartofler, bønner,peberfrugt | Æblegrød |
| Mandag | 18 | Glaseret skinke m. grønlangkål og kartofler | Isvafler |
| Tirsdag | 19 | Kylling, paprikasovs, ris og sauteret squash | Ribs/solbægrød |
| Onsdag | 20 | Enebærgryde, mos og bønner | Ananasfromage |
| Torsdag | 21 | Laks, dildsovs, ovn kartofler, rødkålssalat | Æbleskiver m. syltetøj |
| Fredag | 22 | Kyllingefrikadeller, flødekartofler og grønt | Kartoffelporresuppe m. |
| Lørdag | 23 | Sylte, stuede kartofler, rødbeder | Rød alliancegrød |
| Søndag | 24 | And, flæsksteg, sovs, kartofler, brunede kart, æbler, asier og rødkål | Risalamande m. kirsebær |
| Mandag | 25 | Mørbradbøf m. bløde løg, champignon sovs, kart | Appelsinfromage |
| Tirsdag | 26 | Julemedister, brunkål, sennep og kartofler | Chokoladecake m. flødeskum |
| Onsdag | 27 | Kylling i karry, ris og grønt | Ananas/passion fromage |
| Torsdag | 28 | Champ.nøddepaté, grøntsagssovs, kart og salat | Høsekødssuppe m boller |
| Fredag | 29 | Kalvekød, skysovs, glaserede perleløg og kart. | Cornetto vafler |
| Lørdag | 30 | Forlorenhare, vildtsovs, kart., Waldorff, tyttebær | Chips og chokolade |
| Søndag | 31 | Rejecocktail/hønsesalat og brød | Petitfour,kransecake, |

Irske postkort fra The Pretty Real i november

Den 12. november fik mere end 100 tilhørere en fantastisk sang- og musikoplevelse i Tolleruphøjs fyldte café.

Det var folkemusikgruppen The Pretty Real, som bød på musikalske postkort fra Irland. De blev leveret med en usædvanlig smuk stemme af irske Siobhan Kelly, som med sig havde nogle særdeles garvede musikere: Søren Kelly og Michael Aunsholt på guitar samt Frank Hjort-Lorenzen på keyboard og banjo.

Som det også stod i foromtalen, var der dømt gåsehud, keltisk stemning og smukke irske ballader. Med sin krystal klare stemme, vekslen- de med sit spil på tinwhistle og med sin kærlighed til sit lands sangtraditio- ner, fortolkede Siobhan kunstnere som Mary Black, Christy Moore og Jimmy McCarthy.

Søren Kelly bandt på bedste vis tingene sammen med små historier om numrene og da han gav den kendte "Whiskey in the Jar" hvor alle klappede med på de rigtige steder, var der ikke et øje tørt.

Der var fabrikeret et lille sanghæfte til lejligheden så alle kunne synge med på omkvædet til "Molly Malone", "Black Velvet Band" og "The Gypsy Rover".

En uforglemmelig søndag eftermiddag med dejlig sang og musik og vi skyndte os naturligvis at få en aftale om at se Pretty Real en anden gang.



foto: ez

Tolleruphøjs Spisevenner

Velkommen til fælles julefrokost i december.

Vi mødes mandag den 11. december kl. 12.30-15.00.

Tilmelding: 4. december 2023.

Mail: enmejnert@gmail.com

Mobil: 51 42 65 75.

Pris: 150 kr.

Vi glæder os til at se jer.

Jytte, Birgit og Eva



foto: bz

Det sker i januar 2024

Jumpin' Jacks

Søndag den 14. januar 2024 kl. 14.00 i Caféen



Trioen Jumpin' Jacks er "Livsglæde i musikalsk indpakning" for alle aldre. Festlige versioner af alt fra Elvis Presley, Johny Cash, Otto Brandenburg og mange flere.

Har også egne "syng med hits" som bliver spillet på P5, har ligget nr. 1 på Dansktoppen og er brugt af TV2 i serierne Hvide Sande og Sommerdal.

Vi får det hele med glimt i øjet og jordnær humor med forførende livsglæde og uimodståelig karisma og de charmerende lyde fra 50'erne og frem.

Entré 50,- kr. Adgang for 60+ årige med bopæl i Frederikssund kommune. Kaffe, kage og andre forfriskninger kan købes i pausen. Vi har plads til 100. Billetter kan købes via MobilPay nr. 2929 2577 eller i receptionen (kun kontant) på Tolleruphøj på fredage kl. 10-12.

Få billetter tilbage

Julekoncert

med

Gospel Unusual

Søndag den 3. december kl. 14.00



Gospel Unusual er et kor, som i mere end 20 år har givet koncerter for glade tilhørere, der har swinget til de stemningsfyldte rytmer i ind- og udland, blandt andet Langeland Festivalen, i Sverige, i Italien og i kirker, til bl.a. bryllupper.

Koret har en fælles passion for rytmiske og smukke korarrangementer og drevet af en vedholdende udvikling, styret af korleder og pianist. Kristian Bach

På repertoiret finder du naturligvis nogle af de traditionelle rytmiske gospelnumre, men som navnet antyder, er der også både ældre og moderne klassikere indenfor populærmusik samt julesange i forbindelse med denne højtid.

Fri entré for 60+ årige i Frederikssund kommune. Kaffe, kage og andre forfriskninger kan købes. Vi har plads til 85. Tilmelding er nødvendig og sker pr. e-mail til tolleren3600@gmail.com.

Brugerrådets medlemmer

| | | |
|--------------------------------|----------------|----------------|
| Erik Zangenberg, formand | Tlf. 5182 3434 | 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 caféen | Tirsdays 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 |
| Slægtsforskning | 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 Tolleren | Erik Zangenberg/Bodil Egelund Erik Zangenberg/Lis Sahlertz | | |

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

Larysa fra Ukraine, pianist ved Tolleruphøjs Flygel



foto ez

Ukrainske Larysa og områdeleder Birgitte Pedersen ved flyglet.

Områdeleder for daghjemmene, tværgående afdelinger og kostfaglig gruppe, Birgitte Pedersen har fået en aftale om, at Larysa fra Ukraine er i praktik på Tolleruphøj tirsdag, onsdag og torsdag.

Larysa kom til Tolleruphøj i april 2022 og blev sammen med 16 andre ukrainere indkvarteret i Tolleruphøjs nordfløj.

Hun kommer fra byen Krivoy Rog, som er Ukraines længste by med ca. 600.000 indbyggere. Hun har gået på musikcollege med klaver som fag og også taget eksamen som korleder på et pædagogisk institut.

For tiden går hun i skole og lærer udlændinge-dansk og spiller på orglet i Feerslev Kirke om søndagen. Og nu har vi så også glæde af hendes meget store musiktalent de 3 eftermiddage i Caféen, hvor alle er velkommen.

AKTIVITETSCENTRET TOLLERUPHØJ
Roskildevej 160 A