



Tollereren

TOLLERUPHØJ BRUGERBLAD AUGUST 2025



foto: ez

Motiv af billedkunstner Marianne Thysgaard, se side 4

AKTIVITETSCENTRET TOLLERUPHØJ

Roskildevej 160 A, 3600 Frederikssund

Tolleren

Udgiver:

Brugerrådet ved
Tolleruphøj

Brugerrådet:

Erik Zangerberg
Birgit Sørensen
Ole Jørgensen
Bodil Egelund
Inge Johansen
Lone Koldborg
Kjeld Olsen

Redaktion:

Erik Zangerberg
(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 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.

Tolleruphøj har et beboer- og pårørenderåd, som mødes fire gange om året. I beboer- og pårørenderådet arbejder beboere, pårørende og personale sammen om at udvikle Tolleruphøj, så vi bedst muligt tilgodeser beboernes ønsker og behov.

Der er valg til beboer- og pårørenderådet en gang om året.

Du kan læse mere om beboer- og pårørenderåd i Frederikssund kommune ved at besøge Tolleruphøjs hjemmeside:

tolleruphoej.frederikssund.dk/samarbejdspartnere.

Tolleruphøjs beboer-pårørenderåd består af:

Beboer, vakant

Beboer Vivi Vestermann

Beboersuppleant, vakant

Pårørende Vakant

Pårørende Jette Reeh, 40558765

Jette.reeh@gmail.com

Pårørende Hanne Jørgensen, 30338263

hannebj1962@gmail.com

Pårørendesuppleant, vakant

Medarbejderrepræsentant Illona Madsen

Områdeleder Sara Madsen, 21537711

sa803@frederikssund.dk

Centerleder Signe Welcher Nielsen, 29360902

siwni@frederikssund.dk

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

Beboerne og aktivitetsplanen august 2025

Dag	Dato	Klokken/sted	Aktivitet
Søndag	3.	Kl. 14.00 i cafeen	Sønderjysk kagebord
Mandag	4.	Kl. 14.30 i tv-stuen	Filmklub
Tirsdag	5.	Kl. 11.00 i tv-stuen Kl. 14.00 i cafeen	Banko Musik ved flyglet
Onsdag	6.	Kl. 13.00 Kl. 15.00 i tv-stuen	Kioskvognen kører Syng og lyt
Mandag	11.	Kl. 13.30 i tv-stuen	Vi spiller spil
Tirsdag	12.	Kl. 11.00 i tv-stuen Kl. 14.00 i cafeen	Banko Musik ved flyglet
Onsdag	13.	Kl. 15.00 i tv-stuen	Syng og lyt
Mandag	18.	Kl. 13.30 i tv-stuen	Neglepleje
Tirsdag	19.	Kl. 11.00 i tv-stuen Kl. 14.00 i cafeen	Banko Musik ved flyglet
Onsdag	20.	Kl. 15.00 i tv-stuen	Syng og lyt
Mandag	25.	Kl. 14.00 i tv-stuen	Højtlesning
Tirsdag	26.	Kl. 11.00 i tv-stuen Kl. 14.00 i cafeen	Banko Musik ved flyglet
Onsdag	27.	Kl. 15.00 i tv-stuen	Syng og lyt

Fællessang

Som det ses ovenfor, arrangeres der også i august måned fællessang med Frederik ved flygelet.

Så mød op og få rørt krop og stemme til de dejlige melodier og vær med til at skabe den gode stemning.



foto personalet

Beboernyt august 2025

Tillykke til:

Torsdag

7. august

Henry Leif Nielsen

Bolig 21

Lørdag

23. august

Thomas Olof Andgren

Bolig 22

Månedens kunstner

Marianne Thysgaard



Foto ez

Marianne Thysgaard fra Charlottenlund udstiller for tiden sine værker i området ved Tolleruphøjs reception fra juli måned frem til oktober.

Marianne har boet 30 år i Frederikssund, 15 år ved Isefjord og 15 år ved Roskilde Fjord. Har været medlem af Fjordkunst og maler i akryl med motiver som udgangspunkt fra naturen.

For tiden maler hun hos billedkunstner Hanne Bang, Hillerød.

De udstillede værker kan købes af kunstneren, som kan kontaktes på telefon 40 97 55 20 eller e-mail: thye.mye@gmail.com.

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 halvtanden 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



Store kagebord

Tolleruphøj fylder 57 år søndag d. 3. august, det er blevet en tradition at dette fejres med et stort sønderjysk kagebord.

Alle er velkomne gerne med-bragt en bagt eller bragt kage til bordet, sidste år var der 17 forskellige kager at smage på.



Store Markedsdag

Nu nærmer den årlige Markedsdag sig. Den afholdes i år lørdag d. 6. september kl. 10-14, der vil være salg af hjemmebagte æbleskiver, amerikansk lotteri samt diverse "lopper". Som de andre år går alt salg til livskvalitet og oplevelser for jer, der bor her.

Så husk at reservere dagen og invitere familien/pårørende med.

Illona

Fra et tidligere års markedsdag i september

Nyhedsservice

Vi sender Tollereren ud til vores læsere via "Frederikssund Kommunes Nyhedsservice". Den kan du tilmelde dig, hvis du vil modtage Tollereren pr. e-mail hver måned. Det gør du sådan:

Gå ind på vores hjemmeside, www.brugercenter-tollerup.dk. I nederste højre hjørne er der en rubrik "Abonnér på nyhedsservice". Den udfylder du med din mailadresse og tilmelder dig.

Du modtager en e-mail med et skema, "Tilmeld nyhedsservice fra kommunens institutionshjemmesider" Den udfylder du med: Flueben ud for Brugercenter Tolleruphøj, Flueben ved samtykke og klikker på Gem og lukker.

PS: Modtager du allerede Tollereren pr. e-mail hver måned, skal du ikke gøre noget. Har du spørgsmål, så kontakt Bodil på telefon 23 61 35 99.

Menuplan for august 2025

For Tolleruphøjs beboere



Fredag	1	Mørbradgryde, mos, drueagurk	Dessert
Lørdag	2	Hakkebøf, kartofler, stuede sommerkål	Jordbærfra­me
Søndag	3	Rødspætte, persillesovs, gulerods­råkost	Pære med kanelskum
Mandag	4	Kalvefrikasse, mos, asier	Karamel is i bæger
Tirsdag	5	Kylling i fad, ris, peanuts, mango­chutney	Rabarberkage flød-skum
Onsdag	6	Forloren hare, vildtsovs, agurkesalat	Blommegrød
Torsdag	7	Græske frikadeller, paprikasovs, stegte kartofler, tzatziki	Koldskål med kamme-junker
Fredag	8	Oksesteg, skysovs, stegt grønt med rødløg	Stikkelsbærgrød
Lørdag	9	Medister, skysovs, stegte kartofler	Yoghurt dessert med-hindbær
Søndag	10	Hamburgerryg, stu­vet spinat, kartofler	Ananas/fersken,
Mandag	11	Indbagt kylling/blæksprutte, sursød sovs,	Is
Tirsdag	12	Svinekam, skysovs, rødkål, rabarberkom-pot	Citronfromage
Onsdag	13	Kalkunbryst, grøntsagssovs, kartofler, rå kost	Ribs/solbærgrød
Torsdag	14	Fyldte pandekager, taco chips, marineret bønner	Gammeldags æbleka-ge

Fredag	15	Frikadeller, kold kartoffelsalat med karry	Grøntsagssuppe
Lørdag	16	Dampet sej, persillesovs, kartofler, salat	Gulerodskage
Søndag	17	Kalvesteg, skysovs, glaseret løg, ribsgele	Æblegrød
Mandag	18	Græske frikadeller, tomatsovs, stegte kartofler, tomat salat	Ferskner, makronfløde
Tirsdag	19	Gryderet med cocktailpølser, ris, romanesco grønt	Hindbærgrød
Onsdag	20	Kogt kylling, aspargessovs, ærter, kartofler	Mocca dessert
Torsdag	21	Krydret nakkesteg, flødekartofler, grøn salat	Lynstang
Fredag	22	Karrysuppe med kylling, flute	Ris dessert med rabarber
Lørdag	23	Musaka, spidskålssalat	Ymerkoldskål, kammerjunker
Søndag	24	Sprængt svinekam, sennepssovs, stegte gulerødder	Abrikosgrød
Mandag	25	Flæskestegs sandwich	Frugtsalat med råcreme
Tirsdag	26	Fiskefrikadeller urtesovs, linsesalat	Pandekage med syltetøj
Onsdag	27	Stjernesud	Crumblekage, flødeskum
Torsdag	28	Kalvelever, skysovs, stegte ananasrødpeber	Jordbærfromage
Fredag	29	Medister, kartofler, stuvet blomkål, rødbeder	Regnbue Is med vafler
Lørdag	30	Skinke, stuvet spinat, kartofler	Pære med karamelfløde
Søndag	31	Forloren hare, vildtsovs, kartofler, ribsgele	Ymerfromage, saftsovs

Ret til ændringer forbeholdes.
Med venlig hilsen Bente Lundhof, Kostfaglig

ABBAGIRLS



fotos: presse

Søndag den 31. august kl. 14.00 i Caféen

ABBAGIRLS kan i sandhed deres ABBA, og deres optræden er en fryd for både ører og øjne: Stemmerne lyder som Agnetha og Frida, kostumerne er specialdesignede og kopier af de originale. Ja selv dansetrinene leder tankerne hen på de 2 svenske piger fra ABBA.

Ankerkvinden i ABBAGIRLS Helene Hørlyck har i mange år optrådt som Agnetha i det internationalt anerkendte ABBA tribute band "BJORN AGAIN" med base i England. Det er lykkedes at finde danske Britt Eilskov, der i rollen som Frida danner det perfekte match til Helene Hørlyck.

Britt Eilskov har masser af sceneerfaring bl.a. som korpige siden 2012 for Birthe Kjær. Britt Eilskov er stadig med, når Birthe Kjær optræder med sit band Feel Good Band Begge piger supplerer mellem de kendte ABBA sange med lidt sjove historier og anekdoter om ABBA.

Koncerten er åben for 60+ere, der er bosiddende i Frederikssund kommune, Entre 50 kr., som betales ved indgangen enten kontant eller med MobilePay (ikke kort).

Vi har plads til 90. Tilmelding er nødvendig, og kan ske på Brugerrådets e-mail: tolleren3600@gmail.com eller til Bodil Egelund på tlf. 23 61 35 99.

Find Fem Fejl

august 2025



foto: ez

Klar til den daglige kanonsalut kl. 12 fra Gianicolo højen 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*:

Jette Vestorp, Gefionvej 67, Frederikssund

Tillykke! Du kan hente en flaske portvin i receptionen

Brugerrådets sommerudflugt gik til Hundested den 28. juli.

Brugerrådets traditionelle sommerudflugt med vores frivillige hjælpere gik dette år til Hundested i vores nabokommune Halsnæs. Der besøgte vi den internationale Sandskulpturfestival "Showtime - Alt kan ske!"



foto: ez

Blandt skulpturerne var Brunhilde fra den berømte Wagneropera. Som ved de øvrige sandskulpturer var der et lille skilt med en tekst til skulpturens historie. Den lyder således:

*Bevar håbet!
På engelsk siger man, "It ain't over till the fat lady sings". Sue har skabt en power-kvinde, der synger opera - Wagners Ragnarok. Hun synger for fuld kraft for at minde os om, at selvom livet er fyldt med uforudsigelige drejninger, kan en situation ændre sig i sidste øjeblik. Bevar håbet, hold fanen højt - særligt når tiderne ser dystre ud.*

Vi fik en kunstnerisk oplevelse, hvor gyldent sand var forvandlet til detaljerede skulpturer af internationale kunstnere. Temaet "Showtime" inviterede til en rejse ind i underholdningens verden fortolket i sand. En verden, hvor alt var fra teater, cirkus, film og musik til magi og illusioner. Hver skulptur havde sin egen historie og alle skulpturerne viste fortolkninger af ikoniske figurer og fine detaljer,



foto: ez

På et passende tidspunkt kunne vi bænke os i restaurant Havfruen og indtage en frokostplade ved havnen.

Inden da blev der lige tid til et besøg på Glaspusteri, Backhaus Brown, Hundested. Det indeholder glaspusteri, arbejdende værksted, galleri og butik. Her kunne vi bl.a. se vikingskibe, smukt udført i træ og glas og hvor hvert skib tildeles et navn fra nordisk mytologi.

En dejlig dag med feriestemning og høj sol.

Fra glaspusteriet ved Hundested Havn

Aktivitetscentrets Brugerråd

Erik Zangenberg, formand	Tlf. 5182 3434
Bodil Egelund, næstformand	Tlf. 2361 3599
Ole Jørgensen, kasserer	Tlf. 2929 2577
Birgit Sørensen	Tlf. 6160 1264
Lone Koldborg	Tlf. 8193 7892
Inge Johansen	Tlf. 2089 0441
Kjeld Olsen	Tlf. 4032 5457

Brugerrådet kan kontaktes via formanden

A
K
T
I
V
I
T
E
T
E
R

Styrketræ- ning	Styrketrænings- lokalerne på Tolleruphøj	Individuel tildeling af træ- ningstid	Inge Johansen Tlf. 2089 0441
Billard	Ved bordene på Tolleruphøj	Individuel tildeling af træ- ningstid (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	Tirsdage kl. 13.00-15.00	Agner Poulsen Tlf. 6056 3218
Bridge	Glassalen ved Caféen	Mandage kl. 9.00-12.00	Erik Zangenberg Tlf. 5182 3434
Slægts- forskning	Brugerrådets kontor	Torsdage kl. 15.00-17.00	Kjeld Olsen Tlf. 4032 5457

Hjemmesiden Erik Zangenberg/Bodil Egelund
Tolleren Erik Zangenberg/Lis Sahlertz

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

Tommy synger Mogensen



fotos: presse

Søndag den 21. september kl. 14.00 i Caféen

Fynske TOMMY HANSEN kan i den grad sin John Mogensen! Det har han bevist ved utallige optrædener både som forsanger i kopibandet John Mogensen Jam og ved en lang række solo shows.

"Tommy synger Mogensen" er en festlig, musikalsk hyldest til en af dansk musiks populæreste folkekunstnere John Mogensen. Hans sange har vist sig utroligt langtidsholdbare og det er svært ikke at synge og nynne med på alle de kendte hits.

Fra John Mogensens repertoire er der ikoniske sange som: *Så længe jeg lever, Nina kære Nina, To mennesker på en strand, Fut i fejermøjet, Sidder på et værtshus, Mennesker bliver spist i Polynesien, Der er noget galt i Danmark* for blot at nævne en række titler.

Koncerten er åben for 60+ere, der er bosiddende i Frederikssund kommune. Der er fri entré, kaffe, kage og andre forfriskninger kan købes i pausen.

Vi har plads til 90. Tilmelding er nødvendig og kan ske på Brugerrådets e-mail: tolleren3600@gmail.com eller til Bodil Egelund på tlf. 23 61 35 99.