

Beboer Bladet Lions Park Søllerød

**Plejecentret
November 2017**



Kontaktoplysninger:

Direktør Birte Jexen 45 58 25 30
bjx@lionspark.dk 40 71 35 75

Vicedirektør Bente Nissen 45 58 25 41
bni@lionspark.dk

Teamleder Bygning A, Helle Day 45 58 25 49
Teamleder Bygning B, Monika Krysteli 45 58 25 59

Telefonnumre Bygning A

Lilla / Gruppekoordinator 45 58 40 01

Anne Cathrine Corneliussen

Grøn/ Gruppekoordinator 45 58 40 01

Anne Cathrine Corneliussen

Gul / Gruppekoordinator 45 58 40 04

Tina Kjellberg

Orange / Gruppekoordinator 45 58 40 07

Sandie Palm

Telefonnumre Bygning B

Stuen, Gruppekoordinator / Amira Junuzovic 45 58 25 51

1. sal, Gruppekoordinator / Anahi Galeano 45 58 25 54

2. sal, Gruppekoordinator / Marianne Larsen 45 58 25 57

Trænings- og Oplevelsescenter

Afdelingsleder Ann Mari Rossen 45 58 25 22

Køkken

Køkkenchef Elin Sloth Blemholt 45 58 25 35

Telefontid kl. 11:30-12:00

Teknisk afdeling

Afdelingsleder Peter Stokholm 45 58 25 33

Telefontid kl. 11:30-12:00

Jexen´s hjørne

Kære beboer,

I nyhederne har der for nylig været fokus på musikterapi på plejecentre. Man har bl.a. henvist til et nyere projekt i Nordjylland, hvor en musikterapeut er blevet ansat i en kortere periode til at belyse musikterapiens indvirkning på demens. Resultaterne har vist, at musikken har en meget positiv betydning. Man undrer sig i nyhederne over, at musikterapi trods dens åbenlyse effekt ikke er blevet et fast tilbud på landets kommunale plejecentre.

Her på Lions Park Søllerød har musikterapien og dens gavnlige effekt været en del af hverdagen i de sidste 3 år, hvor vi fik ansat en uddannet musikterapeut, Lise Høy Laursen. Beboerne får dagligt glæde af musikterapien gennem både fællessang og individuelle besøg samt andre musiske tiltag. Musikken påvirker vores hjerne, krop og følelsesliv på mange forskellige måder og kan noget, som ord ikke kan. Beboere med demens oplever, at de under musikterapien får kontakt til glemte minder og følelser, opnår ro, fokus og velvære. Dette skaber et løft i livskvaliteten, som vi er stolte af at kunne tilbyde her på Lions Park Søllerød.

Årets afslutning nærmer sig med raske skridt, og jeg glæder mig til denne hyggelige tid, som vi traditionen tro fejrer her i huset med en lang række julearrangementer.

Vi skal snart tage afsked med Bente Nissen, der efter mere end 10 år hos os, har valgt at gå på pension. Vi markerer det ved en afskedsreception fredag den 5. januar, kl. 13:00-15:00 i Restauranten. Du er velkommen sammen med dine pårørende.

Vi har derfor ansat en ny souschef, Anette Maj Billesbølle, der starter i huset den 1. december – Vi glæder os til at byde hende velkommen.

Jeg glæder mig dagligt over det store engagement, jeg oplever fra både beboere og de mange pårørende, der har deres gang i huset. Tak til jer, der alle er med til at skabe en indholdsrig og god hverdag.

Med venlig hilsen



Birte Jexen

Direktør



Brevstemme

Der afholdes kommunalvalg den 21. november 2017 i alle landets kommuner. Når du bor på Plejecenter, har du mulighed for at brevstemme i din bolig:

Torsdag den 9. november

Rudersdal Kommune sørger for, at der kommer tilforordnede til Lions Park Søllerød. De udleverer brevstemmeseddel og registrer din stemme. Vi starter kl. 10:00 og går rundt til alle beboere.

Velkommen til ny Souschef



Anette Maj Billesbølle

Anette er 58 år og har en lang erfaring som leder fra ældre- og sundhedsområdet. Hun er uddannet sygeplejerske og har desuden flere lederuddannelser bag sig. Anette har tidligere boet i Rudersdal Kommune og kender derfor vores område rigtig godt. Vi glæder os til at byde Anette velkommen den 1. december.

Afskedsreception Bente Nissen

Vi holder afskedsreception for Bente Nissen:

Fredag den 5. januar 2018

kl. 13:00-15:00

i Restauranten

Samarbejdspartnere, personale, venner af huset, beboere og pårørende er inviterede – vi glæder os til at se jer!

Sket i august, september og oktober måned

Sang og musik

De musiske oplevelser har blomstret i disse måneder. Georgij har spillet i grupperne hver tirsdag, og vi har fået en ny frivillig pianist i huset, som tilbyder bl.a. søndagsmatinéer. Han heder Kyrlo og kommer fra Rusland.

Fællessangen er også en af ugens mange velkomne musikalske begivenheder. Husets musikterapeut, Lise, kommer hver uge på besøg i grupperne og spiller for til sang og hyggeligt samvær omkring musikken. Sensommerens og efterårets sange har lydt i dagligstuerne og forberedt os på den mørke vintertid. Vi har modtaget midler fra "Værdighedspuljen", der har gjort det muligt at bringe musikken ind i beboernes hverdag i et større omfang. Stille eftermiddagsstunder i sofaen eller samvær omkring kaffebordet bliver nu krydret med sang og musik, der passer til stemningen og tidspunktet. Dette bringer glæde, velvære og fællesskab for alle beboere.

I september har vi haft besøg af Ulrike, som er professionel oboist og musikterapeutstuderende fra Stuttgart. Hun blev inspireret over vores musiske plejecenter og har taget inspirationen med sig hjem til Tyskland. Hun var blandt andet imponeret over alle de mange sange, som beboerne kender og husker.





Morgensang i bygning B.



Musikterapeut studerende Ulrike fra Tyskland lærer vores danske sangskat at kende.

Mange beboere har ønsket at få besøg i hjemmet af musikterapeuten. Musik og sang kan løfte stemningen og give mulighed for at udtrykke, hvad man føler. Den kan åbne døren op for kommunikation og samvær. Flere nyttilflyttede har via musikken fundet en vej til fællesskab med andre beboere.

Musikhaven har også været i brug hele sommeren, hvor mange har slået vejen forbi og spillet på de udendørs instrumenter.

Erindringsdans

Vi har efter sommeren taget hul på en ny sæson med erindringsdans. Der har været stort fremmøde. Humøret har været højt, og danseglæden har ikke fejlet noget. Alle kommer ud på gulvet og får en svingom. Vores nye investering; Sara Steadyen er et hjælpemiddel, som gør det muligt at stå op, hvis dette volder problemer. Sara Steadyen har givet flere beboere mulighed for at komme ud og bevæge sig, også når balancen er udfordret.



Ture ud af huset

Turene ud af huset er en stor succes. Det giver fornyet overskud og livsglæde at se og opleve nye - såvel som gamle - kendte steder.

Med jævne mellemrum har vi ture, vi kalder "kiggeture". Det er ture, hvor man ikke nødvendigvis skal ud af bussen. De egner sig for eksempel godt til dem, der gerne vil på "prøvetur" for at se, om en bustur er noget for dem. Turene er som regel ikke planlagt med en bestemt destination, så der er også mulighed for, at komme med ønsker til steder, som man gerne vil se eller gense. Det kunne være et sted, hvor man har boet, eller et sted man ikke har set længe.

Ud over ture i den skønne natur, lægger vi vægt på oplevelser, som både omfatter museumsbesøg, oplevelser for ganen og velvære for kroppen. Dette kan f.eks. være vin- eller ølsmagning og ansigtsbehandling.

Turene gik blandt andet til: Nordsjællands Fugle Park, Tivoli, besøg i Margit Albertus kolonihave, Bryggeriet Skovlyst, Esrum Sø, Helligåndskirken, Ofelia Plads i København, Gefionspringvandet, Magasin, løvfaldstur og orkidégartneriet.

Nordsjællands Fuglepark er Nordens største fuglepark, hvor man kan opleve eksotiske fuglearter fra hele verden. Der er desuden skildpadder, aber og andre dyr at se.

Vi så fodring af den australske fugl Lorieren, der er lige så almindelig i Australien som gråspurven er i Danmark.



Vi havde mulighed for at komme helt ind i volieren så vi med en blanding af honning og vand selv kunne fodre fuglene fra hånden. Dette vakte stor begejstring. Vi afsluttede besøget med kaffe og te på bænke udenfor volieren, imens vi nød solskinsvejret.



Tivoli

Vi startede turen med et besøg på Søcaféen i Tivoli. Der var en god stemning, og mange ting at kigge på imens vi ventede på maden.



Vi fik serveret lækkert smørrebrød.
Herefter gik vi rundt i Tivoli og nød stemningen. Nogle huskede
hvordan det havde været i tivoli i gamle dage.



Vi afsluttede turen med en kop varm
kaffe, inden turen gik tilbage til Lions
Park Søllerød.

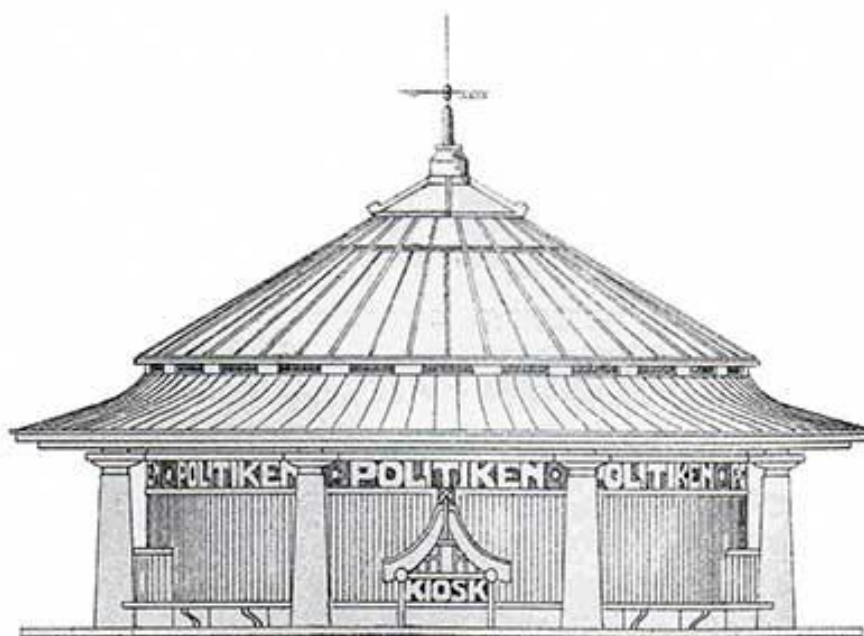


Tur til Margits have i Haveforeningen Wesselsminde i Nærum

Vi var afsted to skønne dage i slutningen af august måned. Solen skinnede, og vi nød det sociale samvær, de smukke georginer og en god frokost i det grønne.



Margit fortalte om kolonihavens historie og om en pavillon, som først lå i "Den Gamle By" i Århus, siden kom til Haveforeningen og som nu er bragt tilbage til Århus. Pavillonen blev bygget i 1909.



En af Anton Rosens tegninger fra 1909.

Tur til bryggeriet Skovlyst

Her blev der fortalt om forskellige øl, og der var rig mulighed for smagsprøver.



Oplevelser varetaget af plejepersonalet

I de forskellige grupper er der tilbud om at deltage i mange forskellige oplevelser, som varetages af plejepersonalet.

Der er blandt andet tilbud om: Banko, højtlesning, gå ture i nærområdet, bading, negledag, fredagsbar og andre sociale oplevelser. Her er grupperne samlet for at spille der banko.



Arrangementer på Lions Park Søllerød

Japanisk besøg 日本訪問

Den 28. og den 29. august havde vi besøg af en Japansk gruppe, som arbejdede på japanske plejehjem. De var meget interesserede i, hvordan vi driver plejehjem i Danmark.

Vi fortalte og orienterede om hjælpemidler, pleje, trænings-og oplevelsestilbud, musikterapi og meget mere.

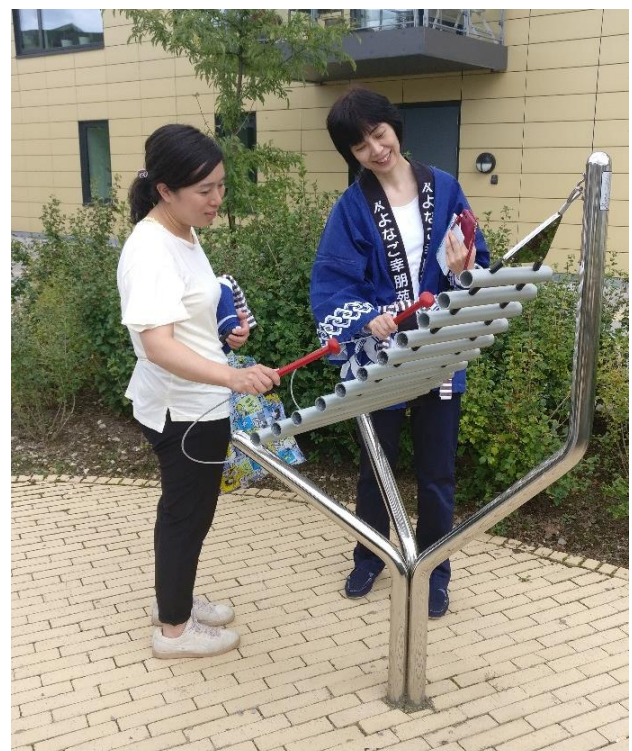
Det var et par meget berigende dage, hvor de japanske gæster kvitterede med at udveksle erfaringer fra Japan.





De japanske gæster viste hvordan man kan folde flotte figurer, og fortalte lidt om det japanske skriftsystem, som vi fik lov til at prøve.

Vores udendørs instrumenthave vakte stor begejstring hos de japanske gæster.



Sundheds- og Idrætsdag

Den 31. august havde vi sundheds- og idrætsdag på Lions Park Søllerød.

Vi havde orienteringsdyst i hold med forskellige poster for bevægelse og musik og herefter præmieoverrækkelser.

Om eftermiddagen var der dansecafé for siddende, stående og kørende beboere ved Margit Albertus og Jørgen Rassing. Margit instruerede i forskellige danse og Jørgen spillede klaver. Det blev en dejlig dag med motion, leg og latter.





Høstfest

Den 28. september



Vi havde en dejlig eftermiddag og aften, hvor vi sang efterårets høstsange og afsluttede med en lækker høstmenu.

Æbletur til Frydenlund æbleplantage

Torsdag den 21. september



Vi fejrede, at alle de bedste æblesorter nu var modne med en æbledag, hvor æblerne blev brugt i aftenens menu. I Frydenlund frugtplantage samlede vi nedfaldsfrugt og købte æbler, pærer, most, med mere.

Jernbryllup

Jernbryllup - 70 år - er en sjælden gave, som kun 120 par har kunnet fejre i Danmark i 2017.

Vi er så heldige, at vi her på Lions Park Søllerød har kunnet fejre jernbryllup for Erik S. Nilsson og Grete Nilsson.



De blev gift i Tårbæk kirke i 1947. Herefter fik de pigerne Ann og Kate. I 1954 rejste familien til Sydafrika, hvor Erik arbejdede som produktionschef i 7 år. Herefter rejste de hjem igen, og Erik arbejdede som eksportchef, hvor han rejste verden rundt sammen med Grete som sekretær.

Erik var medlem af bestyrelsen for Exportklubben og stiftede sammen med Jørgen Jensen og en repræsentant for Industrirådet danske Exportlederes OPEC og Mellemøst Klub, som efter mange års succes blev overtaget af DI. Erik gik på pension som 88-årig, efter 62 år på arbejdsmarkedet.

I sin fritid har Erik passet sin familie, spillet tennis på højt niveau – Erik blev Dansk Mester i 1999 - samt deltaget i Eremitageløbet 16 gange. Erik er blevet indstillet til Ridder af Dannebrogordenen.

Vi fejrede dagen sammen med Erik og Grete. Der var blevet skrevet en speciel sang til lejligheden, direktøren og en beboer holdt en tale, og

Jernbryllupparret serverede lækre lagkager.





Direktøren holdt tale for Jernbryllupsparret



Vi ønsker tillykke med fødselsdagen til:

Lilla gruppe:

Inge Møller Sørensen	den 04.10
Bente Raben-Lange	den 11.08
Niels Zøfting-Larsen	den 29.08
Rigmor Andersen	den 27.08

Grøn gruppe

Gertrud Fock	den 04.09
Ingrid Paaschburg	den 10.10
Ilsa Nielsen	den 09.11
Karin Jensen	den 25.10

Gul gruppe

Erik Thordal	den 03.09
--------------	-----------

Orange gruppe

Elisabeth Visser	den 20.09
Kitti Wedege	den 22.09
Erik Leopold	den 21.09

Bygning B, Stuen

Valerie Engelsen	den 07.10
Hans Engelsen	den 03.10
Paul Henrik Tauber	den 10.10

Bygning B, 1.sal

Erik Nielsson	den 28.09
---------------	-----------



Vi siger velkommen til:

Gretha Kornberg, Juliane Kirstine Bach, Bodil Vibeke Gjedde, Bente Rabe-Lange, Lycia Ruth Zøfting-Larsen, Jørgen Koch, Kirsten Nielsen, Aage Nielsen, Anne-Mette Freund, Inge Møller Sørensen, Paul Henrik Tauber, Margot Anita Tauber

Vi har sagt farvel til:

Lis Eiby Hansen, Leo Frederiksen, Else Hansen, Mogens Storm, Oda Christiansen, James Ben-Arzi, Svend Erik Buhr, Anne Lise Madsen, Vita Larsen, James Ben-Arzi, Inge Juul Nielsen, Inge Lise Andreasen og Inge Sørensen.

Trænings- og Oplevelsescentret

Som beboer har du flere muligheder for at orientere dig i vores tilbud. Vi udarbejder hver måned en **Trænings- og Oplevelsesplan** - du finder planerne hér:

- **Trænings- og Oplevelsesplanen** udleveres til alle beboere den 1. i hver måned og informerer om træningstilbud, oplevelser og arrangementer den kommende måned med angivelse af tid og sted.
- På opslagstavlerne i Leve-bo-miljøerne, hvor der også bliver informeret om særlige arrangementer.
- På hjemmesiden: www.lionspark.dk

Derudover vil der være oplevelser, som varetages af plejepersonalet i de respektive Leve-bo-miljøer. Alle beboere er velkomne til at deltage i oplevelsestilbud på tværs af Leve-bo-miljøerne, ligesom venner og pårørende altid er velkomne til at deltage.

Ændringer i tilbuddene kan i sjældne tilfælde forekomme.

I december, januar og februar måned tilbyder vi:

Juleunderholdning med Lise Nees, Julefrokost, Lucia optog, Vedbækgarden (i forbindelse med Lions Club Julemarked), Juleaften, Nytårsaften, Klavermusik med Georgij Alexandrov eller Kyrilo Klimenko, Gudstjeneste og erindringsdans.

Vi glæder os til de hyggelige vintermåneder....



Musikalsk underholdning

Lions Park Søllerød lægger stor vægt på musiske tiltag og sætter stor pris på husets faste pianister. Pårørende er som altid velkomne til alle arrangementer. Her er der rig mulighed for at synge med på de kendte melodier.



Georgij

Pianist Georgij Alexandrov spiller smukke, klassiske og moderne melodier på klaveret til fest og på hverdage. Han spiller hver uge på skift i Bygning A og i Bygning B. Georgij er uddannet fra Det Kongelige Danske Musikkonservatorium som henholdsvis klassisk og jazzpianist.



Kyrylo

Vi siger velkommen til en ny, frivillig pianist der hedder Kyrylo Klimenko, som kommer fra Ukraine. Han er ansat på DTU og er derudover god til at spille klaver. Kyrylo har sagt ja til at spille klaver i Leve-Bo miljøerne fra september og frem til maj måned 2018. Han spiller en lørdag og en søndag om måneden.

Gudstjeneste



Der afholdes Gudstjeneste to gange om måneden i Plejecentret, i henholdsvis bygning A og i bygning B med præst Jannik Theilgaard eller Signe Ahlburg Kamstrup fra Gl. Holte Kirke.

Vedligeholdende træning og gymnastik

Vi lægger stor vægt på at bevare det aktive, værdige og selvstændige liv i det omfang, det er muligt.

Der er tilbud om vedligeholdende træning i Trænings- og oplevelsescentret på alle hverdage, og der trænes både inden- og udendørs. Alle tilbud om træning, gives på baggrund af en terapeutisk vurdering.

Der trænes ved fysioterapeuter og psykomotorisk terapeut i formiddagstimerne og afholdes fællesgymnastik 3 gange om ugen.

Hjælpemidler

Bestilling og tilpasning af de rette hjælpemidler er vigtig og kan medvirke til, at den enkelte bibeholder færdigheder, som de allerede besidder samt optimerer deres komfort.

Hjælpemiddelvurdering og ansøgning varetages af terapeuterne i tæt samarbejde med Rudersdal Kommune

Oplevelser



Cykeltur på Duo - cykel

Cykeltur på Duo-cyklen er meget populær. Som ven eller familie, er der altid mulighed for at låne cyklen til en køretur sammen med dine pårørende - hvis den ikke er booket i forvejen. Føreren skal dog være bekendt med sikker færdsel i trafikken.

Cyklen er placeret ved blok A i Seniorcentret, hvor den også står til opladning. Nøglen kan lånes i Grøn gruppe i Bygning A, og på 1. sal i Bygning B, begge steder på personalekontoret. Husk venligst altid at aflevere nøglen igen efter endt brug. Der er udarbejdet en manual med instruktion i brugen, som hænger på cyklen.

Der er mulighed for at modtage instruktion i brugen via personalet, men dette skal aftales forinden. Ring gerne på telefon 45 58 25 22 ved spørgsmål. Der hænger yderligere instruktion på opslagstavlerne.

Ture ud af huset

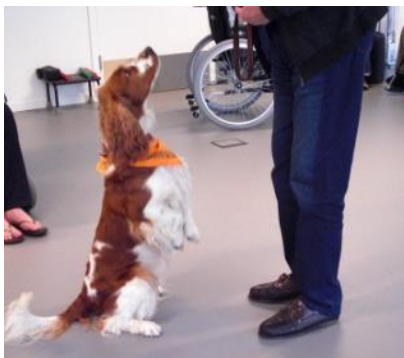
Hver uge er der 2-3 ture ud af huset med "Løvebussen" med varierende destinationer. Beboerne tager på skift med på turene. Vi tager af sted i al slags vejr, og der bliver undervejs serveret kaffe og kage. I hvert Leve-bo-miljø er der en oplevelsesmappe med billeder fra turene, således at du kan følge med i, hvad der er sket.

Musikterapi

Vi er et musik plejecenter, og musikken er en naturlig integreret del af vores hverdag. Derfor vil du regelmæssigt blive tilbudt at lytte til musik, hvad enten vi har besøg af musikere udefra, eller du får besøg af musikterapeuten, som spiller op til fællessang. Der bliver lagt vægt på hyggeligt samvær og fællesskab omkring de kendte sange og melodier. Musikterapeuten kommer også på individuelle besøg i boligerne hos dem, som ønsker eller har behov for dette. Musikken berører både hjerne og hjerte, og bringer ofte én lige derhen, hvor man har brug for at være.



Plejecenterets besøgshunde



TrygFonden uddanner søde og fredelige plejecenterhunde.

Der er mulighed for at få besøg af hunden Dodo og dens ejer, der kommer på Plejecentret de fleste tirsdage.

Øvrige tilbud

Frivillig indsats på Lions Park Søllerød

Vi er utrolig glade for, at så mange engagerede og kompetente frivillige har tid og lyst til at hjælpe os i hverdagen. Dette er både ved ture ud af huset i "Løvebussen", hjælp til erindringsdans, når beboere har behov for hjælp til og fra frisør, træning, oplevelser, særlige arrangementer, besøg af Tryg Fondens besøgshund Dodo samt ejer, og meget mere.

Vi er meget taknemmelige for den frivillige indsats disse personer skænker os, der er med til at gøre den enkelte beboers hverdag bedre. Tak til jer!

Ved evt. ønske om at yde en frivillig indsats på Lions Park Søllerød, eller nærmere information, kan leder af Trænings- og Oplevelsescenter Ann Mari Rossen kontaktes på tlf.: 45 58 25 22 eller mail: aro@lionspark.dk
Mere information om frivillighed kan også hentes på vores hjemmeside www.lionspark.dk



Den Mobile Systue

Har du brug for hjælp til reparation, omsyninger, ind- og udsyninger af dit tøj?

Den Mobile Systue tilbyder bl.a.:

- Jeg kommer til dig.
- Afhentning og levering af tøj
- Rimelige priser og kort leveringstid.

Ring til Den Mobile Systue

v/ Pia Schmidt Nielsen

Telefon: 26 28 02 19

Frisør Bente Elro



Åbningstider:

Tirsdag- fredag kl. 9.00 – 14.00

Tidsbestilling og faste løbende aftaler foretages på telefon:
45 58 25 20 eller 23 37 68 11.

Massage ved Pernille Madsen



Som massør kommer jeg hjem til dig med briksen. Der er ingen kørselstillæg for dig.

Tidsbestilling Massør Pernille Madsen:
Telefon: 26 83 54 87

Nakke/skulder/ryg massage: 45 min. kr. 250.- / 60 min. kr. 300.-

Helkroppsmassage: 90 min. kr. 350,-



Zoneterapi – Sundhed, velvære og balance

Zoneterapi efter aftale. Prisen er 400,- kr. for 50 minutter. Der kan bestilles tid til den 2. og 4. tirsdag i hver måned.

Tidsbestilling aftales med zoneterapeut Marianne Lehaff på telefon: 41 28 95 41



Fodbehandling tilbydes af fodterapeuter:

Statsautoriseret fodterapeut Giussi Fabiano tilbyder fodbehandling i eget hjem. Hun kan kontaktes på telefon: 45 81 94 56

Omegnens Fodpleje Fødder i gode hænder. Fodbehandling i eget hjem. 9-17 alle hverdage. Kirsten Berg. Telefon: 24 20 58 82

Kiosken

I Kiosken kan du købe en lang række dagligvarer. Savner du en vare i sortimentet bestilles den gerne hjem. Har du svært ved selv at komme forbi kiosken, kan du bestille varer og få dem leveret til din bolig af de frivillige i kiosken.

Kiosken er åben:
Mandag, onsdag og fredag
kl. 9:00-12:00
Telefon: 45 58 25 29



