

STRANDPOSTEN JANUAR 2024



PLEJECENTRET VINTERSBØLLE STRAND

TELEFONLISTE

Astrid Conradi	55 36 39 41	ascn@vordingborg.dk
Charlotte Hansen	23 35 62 24	ahna@vordingborg.dk
Sandra Jensen	29 37 02 23	ssen@vordingborg.dk
Afdeling 4	55 36 39 44	
Afdeling 5	55 36 39 55	
Afdeling 6	55 36 39 66	
Stuen tv.	55 36 37 50	
Stuen th.	55 36 37 54	
1. sal tv.	55 36 37 58	
1. sal th.	55 36 37 64	
Torben Madstrøm	51 52 72 30	
Carl Christiansen	30 84 57 65	
Vordingborg Madservice	55 36 39 79	madservice@vordingborg.dk
Centralvaskeriet	55 36 39 89	
Aktivitetscenteret	55 36 39 45	aktivitetscentervintersboelle@vordingborg.dk

Vi er at træffe i Aktivitetscenteret, hverdag fra kl. 8.00 - 15.30,
Undtagen fredag, hvor vi træffes mellem kl. 8.00- 12.00.
Terapivarer og andet kan købes i samme tidsrum.

Afbestilling af kørsel til Aktivitetscentret skal ske, inden kl. 8.00, på tlf. 55 36 25 60, hvorefter der gives besked til Aktivitetscentret.

Damefrisør Nina vil fortrinsvis være at træffe torsdag og fredag,
på mobilnr. 20 86 82 04

Vintersbølles Venner:

Mette Marie Rasmussen (formand)

mettemusik@hotmail.com

Strandposten er også elektronisk tilgængelig på Vordingborg kommunes hjemmeside under 'Aktivitetscenter' ➡ 'Vintersbølle Strand' ➡ 'Strandposten'.

Medlemmer af Bruger- og Pårørenderådet på Vintersbølle Strand

Beboere repræsentanter:

Kurt Jensen
Finn Sørensen

Pårørenderepræsentanter:

Ingolf Petersen formand@vfs.dk

Personalerepræsentanter:

Gitte Nielsen, Aktivitetscenteret, 55 36 39 45

Distriktsleder:

Assisterende Distriktsleder:

Astrid Conradi, 55 36 39 41

Brugere, beboere og pårørende er meget velkomne til at henvende sig til medlemmerne af Bruger- og Pårørenderådet og også til at deltage i møderne.

EFTERLYSNING:

Er der nogle pårørende der vil hjælpe ved forskellige arrangementer og lignende?

Henvendelse til en fra Bruger- og Pårørenderådet eller Aktivitetscenteret.

Aktiviteter i januar

Mandage kl. 10.00

Stolegymnastik for
udeboende borgere

Mandage kl. 11.00

Kaffe og hygge FOR ALLE

Mandage kl. 13.30

Hygge og samvær

Tirsdage kl. 10.00

Stolegymnastik for
inde boende borgere

Hver 4. tirsdag

Gudstjeneste

Tirsdag kl. 13.30

Spil og hygge

Onsdage kl. 10.00

Stolegymnastik med bolde

Onsdage kl. 13.30

Kreativt værksted
(se opslag)

Torsdage kl. 10.00

Stolegymnastik

Torsdage kl. 13.30

Quiz
(se opslag)

Onsdag d. 24. kl. 13.30

Banko
(se opslag)

Fredag den 26.

Aktivitetcentret Lukket

Gudstjeneste

Tirsdag d. 9. kl. 14.00

Jesper Blomgren



Stolegymnastik

MANDAG / TIRSDAG kl. 10.00

Mandag: Borgere udefra

Tirsdag: Beboere på Vintersbølle

På grund af pladsmangel er vi nødt til at opdele stolegymnastikken. Derfor denne ændring 😊

Vi laver forskellige øvelser til musik.
Vi får rørt både arme, ben, øjne og tunge.

Øvelserne er nogle bevægelser som vi allerede bruger i vores hverdag.



Stolegymnastik med bolde

Alle kan være med da vi tilrettelægger
øvelserne, så der er noget til alle.



Kreativt værksted

Onsdag eftermiddag kl. 13.30 vil der være kreativt værksted i Aktivitetscentret.

Her vil være mange muligheder.

Har du lyst til at strikke eller hækle ?

Vil du gerne male, enten på træ/pap eller på papir ?

Så kom ind og hyg med os og selvfølgelig hjælpes vi ad 😊



QUIZ

Motion er sundt, men vi skal også holde hjernen i gang 😊

Hver torsdag kl. 13.30 samles vi ved ét stort bord og når kaffen er serveret, starter Quiz'en.

Vi vil én efter én blive stillet et spørgsmål og alle får tid til at tænke sig om.

Spørgsmålene er af blandet sværhedsgrad, så alle kan svare.



HUSK at
tilmelde Jer, så
vi ved hvor
mange præmier
vi skal købe.

10	33	50	66	82
11	25	43	51	73
1		38	49	67
				88

Banko

KUN FOR TILMELDTE

Tilmelding og betaling senest
mandag den 22. januar.

Vi spiller onsdag den 24. januar kl. 13.30 i den store
stue.

Prisen er kun 50,-



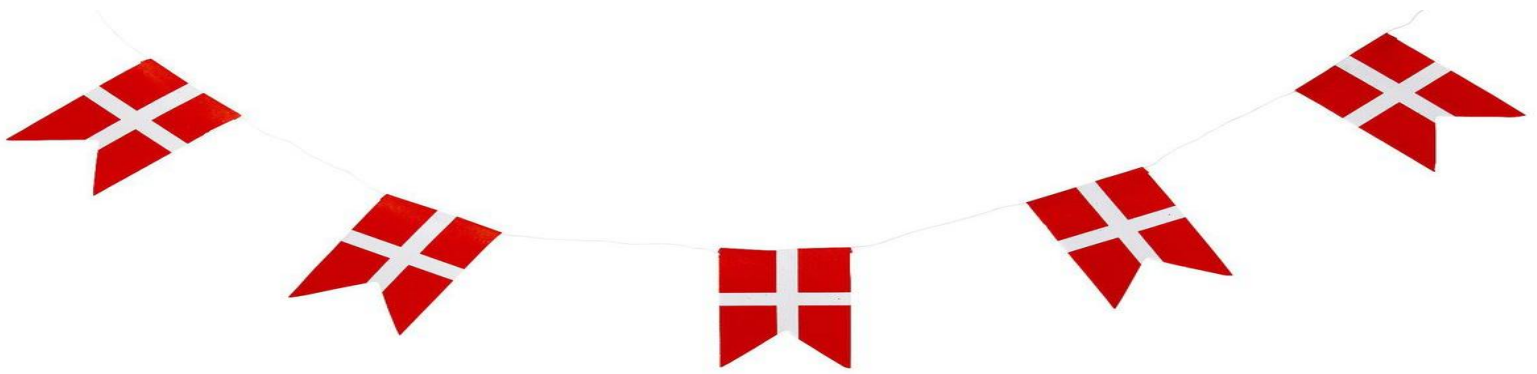
BØRNENE KOMMER....

Ingen dato i skrivende stund

Dato vil blive givet til afdelingerne når
denne haves 😊

Børnene fra Skovhusets børnehave og
vuggestue, kommer og hygger sammen
med os i Aktivitetscentret.

Vi skal synge og lege sammen med de
søde børn, hvorefter vi drikker saft og
kaffe.



FØDSELSDAGE I JANUAR 2024

1. jan.	Perta Martinussen	st.th. - 25	90 år
3. jan.	Flemming Jensen	502	73 år
4. jan.	Betty Dahl	Aktivitetscentret	99 år
7. jan.	Ernst Christensen	st.th. - 24	82 år
8. jan.	Ina Deleuran	1.th. - 15	89 år
9. jan.	Karl Speth	Aktivitetscentret	68 år
15. jan.	Rikke Larsen	1.th. - 19	80 år
24. jan.	Kirsten Ersgaard	1.tv. - 6	85 år
24. jan.	Bruno Rasmussen	Aktivitetscentret	79 år
26. jan.	Leif Holand	Aktivitetscentret	79 år
29. jan.	Ester Hansen	1.th. - 22	97 år



DØDSFALD I DECEMBER 2023

16. Aase Hansen st.th. – 21
28. Jens Hemmingsen 611



MÅNEDENS KONKURRENCE

I hvilket land flager de med dette flag ?



Læg løsningen i den hvide postkasse ved Aktivitetscentret, senest søndag den 27. januar. Vi trækker lod mellem de rigtige svar.

Sidste måneds vinder er:

Rigmor Henriksen, st.tv. - 9

Menuplan for januar



Mandag 1.	Skinkeschnitzel med bearnaisesauce Rombudding med kirsebærsauce
Tirsdag 2.	Hvidkålsrouletter med majsblanding og kartofler Tomatsuppe
Onsdag 3.	Skinkerulle med bacon og flødesauce Skovbægrød med mælk
Torsdag 4.	Fiskefrikadeller med porresauce og carotter Henkogt fersken med yoghurtcreme
Fredag 5.	Kalkun gordon bleu med paprikasauce og ærter Hindbær-blåbærsuppe med kammerjunker
Lørdag 6.	Braiseret frikandeau, sauce og blomkålsblanding Rødgrød med mælk
Søndag 7.	Sprængt kamfilét med aspargessauce og bønner Ananasfromage med flødeskum
Mandag 8.	Frikadeller med brun sauce, rødkål og kartofler Pærevælling
Tirsdag 9.	Kogt kyllingebryst med citronsauce og broccoli Klar suppe med urter og boller
Onsdag 10.	Fars med rosenkål, sauce og kartofler Blommegrød med mælk
Torsdag 11.	Paneret sej med pikantsauce og julienneblanding Mannabudding med saftsauce
Fredag 12.	Hakkebøf med bløde løg, løgsauce og majsblanding Stikkelsbægrød med mælk
Lørdag 13.	Fynsk gullasch med ærter og persillekartoffelmos Hybensuppe med kammerjunker
Søndag 14.	Paneret kotelet med skysauce og grøntsager Kirsebærtrifli med flødeskum
Mandag 15.	Grøn kålsuppe med sprængt nakke og sennep Tropisk frugtsalat med råcreme
Tirsdag 16.	Boller i karrysauce med ris Jordbærdessert med flødeskum



Onsdag 17.	Kalkungryderet med bønner og kartofler Fløjelsgrød med kanelsukker
Torsdag 18.	Stegt fiskefilét med picklessauce og gulerødder Kartoffel-jordskokkesuppe med bacon
Fredag 19.	Ølbraiserede svinekæber med kartofler Syltede blommer med vaniljecreme
Lørdag 20.	Farspandekage med paprikasauce og ratatouille Hyldebærsuppe med kammerjunker
Søndag 21.	Braiseret kalv med flødesauce og rosenkål Citronfromage med flødeskum
Mandag 22.	Brændende kærlighed med kartoffelmos Peach melba dessert
Tirsdag 23.	Frikadeller med stuvet blomkål og carotter Abrikosris
Onsdag 24.	Gule ærter med sprængt nakke og sennep Æbleskiver med syltetøj
Torsdag 25.	Fisk med dildtopping og dildsauce Chokoladebudding med flødeskum
Fredag 26.	Kylling med sennep og birkes og sennepssauce Jordbærgrød med mælk
Lørdag 27.	Kogt røget skinke med flødekartofler Æblegelé med vaniljecreme
Søndag 28.	Nakkefilét med svesker, brune- og hvide kartofler Panna cotta med hindbærsauce
Mandag 29.	Stegt medister med brun sauce og bønner Sagovælling med kanelsukker
Tirsdag 30.	Gryderet med skinke med broccoli og kartoffelmos Henkogt ananas og fersken med makronflødeskum
Onsdag 31.	Hakkebøf med løg, pebersauce og rosenkål Legeret suppe med ærter, gulerødder og blomkål



Dagene kommer dagene går.
Ingen ved hvor mange vi får.
Tænk ikke på det du ikke har,
for livet gir' og livet tar'.
Gør hellere noget du gerne vil,
og glæd dig over at være til.



Redaktør af Strandposten:
Personalet i Aktivitetscenteret

Gåtur over den gamle losseplads

