

PLEJEHJEMMET

ellen  Marie

fordi alle fortjener et godt liv

# Marieposten

Oktober 2024



Beboerbladet kan læses på vores hjemmeside: [ellen.mariehem.dk](https://ellen.mariehem.dk)



Kære alle

Oven på et par smukke sensommeruger med dejligt vejr, er efteråret kommet over os med solid regn. Det bliver nu tid til de årlige løvfaldsture med bussen til Esum Sø og skovene omkring. Det bliver smukt at følge efterårets farveskift i naturen.

"Huskedagen" blev fejret med en lækre æblemuffins i Orangeriet. Tak til alle der deltog og samlede penge ind til Alzheimerforeningen. Der blev slået rekord i år, da der blev samlet 2,6 mio. kroner ind på landsplan!

Vaccinationsdag 10.oktober:

Carelink kommer med et vaccinatørhold og vaccinerer mod influenza og Covid-19.

Projekt "Cykling uden Alder" er nået et skridt videre. Der er nu med flot hjælp fra koordinationsgruppen i Gribskov/Frivilligcentret, sendt fondsansøgning afsted til Sonja og Hans Henrik With Nielsens Fond om godt 97.000 kroner til en Nihola Kombicycle som også kan have beboer i kørestol med på tur.

De bedste hilsner

Gitte

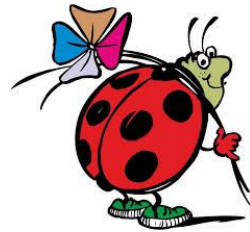


Fødselsdage i oktober: Ole 3/10 Birgitte 7/10 Helmar 13/10



Vi tændte lys for Niels Skytte, Bent Rasmussen og Vivi Olesen som sov stille ind i september

# Klub Ellen oktober 2024



Kære alle!

Vi fortsætter med at læse om Troels Kløvedals barndom og opvækst.

Vi har hørt, hvordan han som syvårig kom på børnehjem. Og hvordan børnenes far fik fat i Troels og søsteren og kørte rundt med dem i Jylland, hvor de sov i bilen, som på et tidspunkt kørte fast i klitterne ved Vesterhavet og nær var sandet til og overskyldet af bølgerne, mens deres far var gået efter hjælp. Men her blev de opdaget og ført tilbage til et børnehjem. Men Troels kom i pleje på en bondegård på Lolland. Det var som at komme til paradys fra fandens forgård, siger han.

Vi tager endnu et kapitel om livet som plejebarn på bondegården.



## EN FARS RÅD

Jeg har sagt til alle mine børn, at de skal gå efter, hvad der interesserer dem. Ikke efter en karriere eller penge. Man kan fint blive mæt af havregød. Det har de også gjort, og de er lykkelige, velfungerende mennesker. Jeg har også sagt, at de skal gå efter dem, der søger sandheden. Men være på vagt over for dem, der siger, de har fundet den. Man kan vel sin Sokrates.

Troels Kløvedal, kaptajn og eventyrer. I sit sidste interview  
- L&S

"JEG TROR PÅ, AT VI ALLE  
HAR POTENTIALE I OS TIL AT  
BLIVE LYKKELIGE, OG JEG  
HUSKER FAKTISK AT  
VÆRDSÆTTE HVER MORGEN."

- TROELS KLØVEDAL

CITATERBOKEN.DA

Vi tager også et par citater af Dronning Margrethe. Vi er kun nået til b, så der er mange flere. Her får I lige et enkelt: "I dag er barndommen blevet så kort, men til gengæld skal man helst være ung hele livet!"

Vi mødes i dagligstuen **mandag d. 7. oktober** kl. 10.30

Og i Orangeriet **søndag d. 20. oktober** kl. 14.00

Alle er meget velkomne!

Grethe

## Aktivitetskalender for oktober 2024

1. Tirsdag	9.30	Bustur
2. Onsdag	10.15	Gymnastik
3. Torsdag	11.00	Billard Torsdagsbar m. Frederik Cornelius kl. 13
4. Fredag	10.30	Musikcafé i Orangeriet
5. Lørdag		
6. Søndag		
7. Mandag	10.30	Klub Ellen v. Grethe Nørgaard, i Dagligstuen
8. Tirsdag	9.30	Løvfaldstur Kl.11.00 Andagt
9. Onsdag	10.15	Gymnastik
10. Torsdag	10.30	Vi er kreative 10.00 Vaccination i Orangeriet
11. Fredag	10.30	Sang og musik med Larry
12. Lørdag		
13. Søndag		
14. Mandag	10.30	Quiz på tv'et i Orangeriet Billard kl. 11.30
15. Tirsdag	9.30	Løvfaldstur
16. Onsdag	10.15	Gymnastik
17. Torsdag	13.00	Torsdagsbar med Nellie og Frank
18. Fredag		
19. Lørdag		
20. Søndag	14.00	Klub Ellen v. Grethe Nørgaard, i Orangeriet
21. Mandag	10.30	Banko
22. Tirsdag	9.30	Løvfaldstur
23. Onsdag	10.15	Gymnastik
24. Torsdag	10.30	Vi er Kreative
25. Fredag	10.30	Mette underholder med sang og guitar
26. Lørdag		
27. Søndag		
28. Mandag	10.00	Max Mortensen, salg af bla. sengetøj, undertøj
29. Tirsdag	9.30	Løvfaldstur
30. Onsdag	10.15	Gymnastik
31. Torsdag		

## Menu for oktober på Ellen Marie

Dato	Hovedret	Forret/dessert	Dagen i dag:
1 Tirsdag	Selleribøf m/ bløde løg & tomatsauce	Dessertglas m/ citron cheesecake	
2 Onsdag	Kylling i hvidvinsflødesauce m/ asparges & gurkemejeris	Tiramisu	
3 Torsdag	Æbleflæsk m/ røget flæsk & rugbrød	Osteanretning m/ 3 slags ost	<b>Hip...Hip...Hurra Ole</b> 🇩🇰
4 Fredag	Champignonsuppe m/ ristet bacon & flutes	USA pandekager m/ karamelsauce	
5 Lørdag	Fish and Chips m/ sauce verte & gulerødder	Jordbær/solbærgrød m/ fløde	
6 Søndag	Chili con carne m/ ris Crème fraiche & flutes	Valnøddetærte m/ flødeskum	
7 Mandag	Laks i cremet urtesauce m/ kartofler & broccoli	Citronfromage	<b>Hip...Hip...Hurra Birgitte</b> 🇩🇰
8 Tirsdag	Kylling lasagnette m/ salat & dressing	Gl. dags pærekage m/ flødeskum	
9 Onsdag	Stegt lever m/ kartofler, løg, broccoli, asier & skysauce	Frugttærte m/ friske bær	
10 Torsdag	Ærte/spinat suppe m/ kyllingespyd	Squashruller m/ røget laks-flødeost	
11 Fredag	Stjernesked	Citronfromage m/ flødeskum.	Helmar's ønskemenu
12 Lørdag	Frikadeller m/ kold kartoffelsalat & surt	Hindbærtrifli m/ flødeskum	
13 Søndag	Brændende kærlighed m/bagte rødbeder	Solbær ispind	<b>Hip...Hip...Hurra Helmar</b> 🇩🇰
14 Mandag	Laksedeller m/ kartofler, tomatsalat & tomatflødesauce	Pistacieis i vaffel m/ flødeskum	
15 Tirsdag	Grillet mørbrad m/ nudler, ristet bacon & pikantsauce.	Pavlova m/ vanilieskum & bær	
16 Onsdag	<b>Hakkebøf</b> m/ flødekartofler & stegte grøntsager	Vandbakkelse m/ hønsesalat & bacon	

17 Torsdag	Kartoffel/porre suppe m/ bacon, creme fraiche & brød.	Ostetallerken m/ brie & gorgonzola	
18 Fredag	Kødrand m/ broccoli & blomkålssauce	Snitte m/ hummerhaler	
19 Lørdag	Forloren skildpadde m/ rødbeder, æg & flutes	Islagkage	
20 Søndag	Kåldolmer m/ kartofler surt & skysauce	Hindbær/rabarber grød m/ fløde	
21 Mandag	Kuller m/ stegte rodfrugter, kartofler & kaperssauce	Hyldebærsuppe m/ appelsinskum	
22 Tirsdag	Thaikylling m/ ingefær & nudler	Snitte m/ røget laks & røræg	
23 Onsdag	Oksekød i østerssauce m/ grønt & vilde ris	Mini-croissant m/ rejesalat	
24 Torsdag	Muslingesuppe m/ Juliennegrønt og flutes	Rå gulerodskage m/ råcreme.	
25 Fredag	Kylling krebinet m/ kartofler surt & tomatflødesauce	Miniruller m/ sur/sød sourcedressing	
26 Lørdag	Fyldte fisk m/ kartofler, grøntsager & kørvelsauce	Panna Cotta m/ Havtorn-hvid chokolade	
27 Søndag	Butter <b>chicken</b> m/ rodfrugtmos	Pæretærte m/ flødeskum	
28 Mandag	Stegt fiskefilet m/ kartofler, broccoli & persillesauce	Aspargessuppe m/ flutes	
29 Tirsdag	<b>Kalkunsteg</b> m/ tomatsauce, rösti & gulerod/appelsin salat.	Krustader m/ krabbesalat	
30 Onsdag	Spaghetti / kødsauce m/ grøn salat og flutes.	Hvid chokolademousse m/ hindbær & skum	
31 Torsdag	Karrysuppe m/ kokosmælk, kylling & brød	Marengsroulade m/ jordbær & blåbær	

**Spørg køkkenpersonalet om allergener. Ret til ændringer forbeholdes**



Vicki



Vibeke



Christina



Sebrina



Jeanette