

# Hjorten

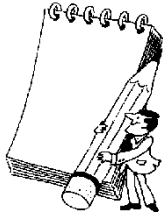


**April 2024**



**Husavis**  
**Omsorgscentret Hjortespring**

<http://omsorgscentrethjortespring.kk.dk/>



# REDAKTIONEN

Malene Bjerg Olsen  
Gitta  
Inge Andersen

Aktivitetsmedarbejder  
Beboer, afdeling B4  
Forstander

Indlæg til næste nummer af "Hjorten" kan lægges i postkassen på Aktivitetscentergangen. SENEST tirsdag den 23. april 2024. Indlæg kan også – med fordel – sendes til: [hh85@kk.dk](mailto:hh85@kk.dk) (Malene) eller [p909@kk.dk](mailto:p909@kk.dk) (Inge). Navn og bolignummer skal være redaktionen bekendt. Beboere, familie, venner og medarbejdere er velkomne til at skrive i bladet. Redaktionen deler ikke nødvendigvis mening med de personer, der skriver i bladet.

Beboere, der har fødselsdag, vil blive nævnt i bladet, hvis ikke der er givet besked til Malene i Aktivitetscentret om andet. Billeder sættes i bladet med samtykke fra personer, der er tæt på. Ingen nævnes ved fuldt navn, da bladet også er på internettet.

"Hjorten" udkommer 12 gange om året med udgangen af den enkelte måned.

**Forsidebillede: Husets Påskefrokost den 21. marts i festsalen. Her er det beboere fra afdeling B3 og frivillig/bestyrelsesmedlem, Asta Poulsen, som er med på en skål.**

---

## Lederen



Kære læsere

Her på Hjortespring er vi gået foråret i møde med blandt anden vores traditionsrige påskefrokost. Som man kan se på forsiden, så var der forårsfarver på bordene og påskeblomster. Her i avisen kan man se billeder fra festen, samt fra Påskebanko, som blev afholdt Palmesøndag for beboere og pårørende. I billedgangen mellem Bygning A og B kan man se flere billeder fra disse to begivenheder.

Apropos blomster, så sæt stort kryds i kalenderen ved den 7. og 8. maj, hvor vi har Plantedag og beboere kan købe sommer-

blomster til altankasser, krukke og vindueskarme. Se opslaget her i Hjorten.

Hjortespring har fået en ny bus og det vil vi fejre fredag den 12. april, hvor der vil være fremvisning af bussen og servering af bobler og kransekage. Se opslaget her i Hjorten. Lige nu får personale tilbudt instruktion i at køre den nye bus, og så vil der blive mulighed for at komme ud på ture.

*Med ønsket om et godt forår!  
Venlig hilsen fra Redaktionen*

# Kom og se Hjortesperings nye "Tullebus"



**Fredag den 12. april kl. 13 - 14:30**

Der vil blive budt på bobler og kransekage.

Sted: Parkeringspladsen ved Bygning B.



Bussen er en Ford E-Transit

Der er lift i bussen og plads til 2 personer i kørestol.

I alt må der sidde 8 personer + chauffør i bussen.

Det er Københavns Kommune, der har købt bussen, og Omsorgscentret Hjortespering er bruger af bussen.

Bussen kører på el og derfor er der opsat en el stander foran bussens faste parkeringsplads ved B-huset (denne el stander må kun bruges til Tullebussen).

## Tillykke



2/4	Birgit, B399	22/4	Annelise, B378
15/4	Marie, B194 (105 år)	30/4	Georg, B480
16/4	Gurli, A241 (90 år)	30/4	Birthe, B191
19/4	Lena, A254	30/4	Frode, A136
20/4	Torben, A237		

*Vi ønsker dig en dejlig fødselsdag.*

---

## Velkommen til Hjortespring

5/3	Lissi, B393	13/3	Rosemarie, B299
7/3	Flemming, A236	21/3	Steen, B380
9/3	Hanne, B297	22/3	Ruth, B190
13/3	Otto, B299		

*Vi håber, at du får en god tid her på Hjortespring.*

---

## Flyttet fra Hjortespring

6/3 Tom, B190

---

## Vi har taget afsked med

2/3	Jytte, B380	17/3	Birgit, A148
4/3	Rosa, B299		

*Æret være deres minde.*



# PLANTEDAG

For beboerne på Hjortespring



**Tirsdag den 7. maj, kl. 10 - 14**

**Onsdag den 8. maj, kl. 10 - 12**

**i Festsalen**

Du kan købe diverse sommerplanter,  
jord, altankasser og beslag.

I Festsalen kan beboere få hjælp til at  
plante i altankasser og krukker. Man kan  
også få hjælp til at få det bragt hjem.

**Kontant betaling ved køb**



# Sket på Hjortespring

## Påskefrokost

Torsdag den 21. marts i Festsalen



Afdeling B3 var festarrangør. Beboerne havde her ønsket, at vi skulle prøve noget nyt til underholdning under festen, nemlig en tryllekunstner. Fstdeltagerne kunne derfor lade sig underholde med tryllerier af tryllekunstneren Friconi.



Omkring 133 beboere, frivillige og personale deltog i det hyggelige arrangement. Her kunne man også nyde en lækker frokost, som Hjortesprings køkkenpersonale havde sørget for.

Tak til afdeling B3 for et godt arrangement.



# Påskebanko

Palmesøndag den 24. marts var ca. 80 beboere, pårørende, frivillige og personale til Påskebanko i Festsalen. Det blev en hyggelig eftermiddag, hvor mange gik glade hjem med flotte præmier.



*De flotte præmier*



*En glad vinder*



# Indenfor murene



Som beboer, uden mulighed for at komme omkring ved egen hjælp, er den daglige avis for mig en nødvendighed, og det første jeg kaster mig over ved morgenkaffen. Ikke altid munter læsning, da meget minder om noget jeg har oplevet før. Et Danmark, der i 1939 blev besat af Tyskland til trods for en ikke angrebspagt, og en Cubakrise der i 1963 gav anledning til omdeling af pjecen "Hvis Krigen Kommer".

I 2024 er kampen om Arktis, og Grønlands dårlige forhold til Danmark aktuelle, hvorfor jeg har gransket årsagen og skriver lidt om det.

Min svigerfar var i 1923 læge ved Kryolitbruddet i Evigtut; men da jeg i 1951 kom ind i familien var han landsbylæge i Give. Familien havde grønlandske venner, og hjemmet bugnede af bøger om Grønland og grønlandske ting, som fascinerede og gik i arv til vores 3 børn. Ligesom både min mand og jeg var en tur deroppe.

For mindst 4000 år siden indvandrede inuit, verdens mindste folk, fra Canada til det nordligste hjørne af Grønland, men der er ingen tvivl om, at Danmark som kolonimagt var med til at skabe

nutidens Grønland. - "Engang vi herre var i hele Norden" - og det var vikingen Erik den Røde, der som landsforvist fra Island med skibe og besætning var nogle af de første der kom til landet, ligesom det var den norsk-danske missionær Hans Egede der kristnede grønlænderne.

Fra 1776 var Kongelig Danske Handel, KDH, et dansk statsdrevet handels-selskab, der indtil 1950 havde eneret på handel med Grønland. KDH købte olie, fisk og skind af grønlandske fangere til videre salg og solgte europæiske varer i Grønland, hvoraf der for visse varer f.eks. kaffe, sukker og alkohol i perioder var restriktioner for at bevare den grønlandske fangerkultur.

I 1800-tallet skabte KDH et finmasket handelsnetværk på 13 handels-distrikter, hvor mange mindre udsteder åbnede en lille krambod og man, for at bemande udstederne, øgede antallet af danske kolonister.

Kolonisterne var KDHs juridiske ansvar, defineret af Instruksen af 1782, og opstillede bl.a. regler for handel, ægteskaber og almindeligt samkvem, mens dansk lov trådte i kraft, når instruksen ikke slog til.



Grønlænderne var således ikke omfattet af nogen lov, da man ønskede at bevare det vigtige handelsforhold.

I perioden 1801-1967 udsendte KDH kreditsedler med billede af den danske polarforsker Knud Rasmussen, der havde oprettet og navngivet handels-stationen Thule, til brug ved handels-stederne.

*Gitta, B4*



Artiklen om Grønland fortsætter, når der næste gang er plads i Hjorten.

## Genbrugsbutikken **BIKSEN**

Find butikken i bygning B, stuen - ved indgangen

**Åbent onsdage kl. 10.00 - 12.00**



*Vi glæder os til at betjene rigtig mange kunder!*

*Hilsen*

*Lis, Lone & Karin*

**Kun kontant betaling!**

BIKSEN drives af frivillige.

Overskuddet går til gode ting for Hjortesprings beboere.

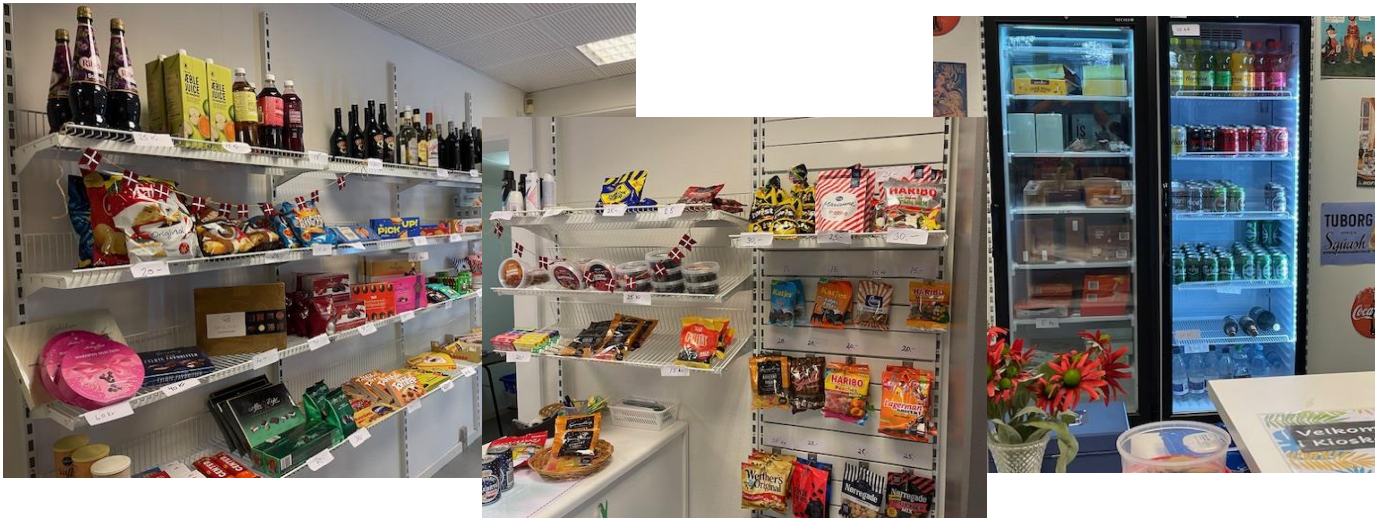
Udenfor åbningstid modtager Aktivitetscentret effekter. Ring evt. 82562492

# Kiosken

har åben tirsdag klokken 9:30-12:00

I kiosken modtages kun kontanter.

Kom og se vores store udvalg.



På gensyn ønskes I af de frivillige i kiosken.

## Kioskens Konkurrence

**Gæt rigtigt og vind chokolade!**

Henvend dig med svarene i Kiosken senest tirsdag den 23/4.  
Ved rigtige svar er der en chokolade gevinst.



Hvornår holder Kiosken åbent?

Dag og tidsrum: \_\_\_\_\_

Hvad er "Marianne"?

Bolsjer

Chokolade

Is

# Kryds & Tværs

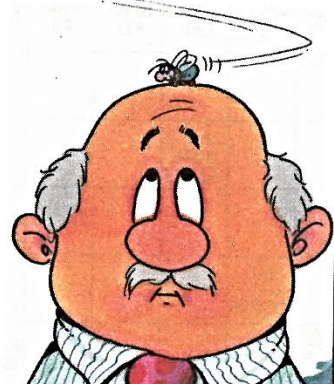

Løs opgaven og vær med i lodtrækningen om en præmie.

Klip flappen af med løsningsordet, dit navn og bolignummer og aflever det (eller bed et personale gøre det) til Aktivitetscentret senest søndag den 28. april 2024.

Kan lægges i den røde postkasse på aktivitetscentergangen. God fornøjelse!

Vinder af kryds og tværs i marts blev Joan, bolig 278

Tillykke! En præmie er på vej. 😊

		BRYL- LUPS- RE- POR- TAGE?	RYK	POP- STJER- NE	HUS- HOLD- NING- FILM	<b>34</b>	SMA- RAG- DER	PERI- ODE	ÆGGE- RET					
		STRAND				1								
						60 MIN. DYRE- UNGE								
		MASSE		2										
		SLYNGPLANTE						GRINE						
		TIDSALDER						HOLEDEN						
		KRAM		DAMP			TOV							
				MÆND			SNU				TA- TAR?	TIDLIGERE STAT	STED- ORD	CONGA
						INSTRUMENT						IN- SEKT- GIFT DYR		
						DIMS	BLOMST I ØJET?					4		
								3	FÆGTE- VABEN STYGT					
		SING- LE		5		GLIDE			GUL- BRUN FARVE				VARE- VOGN	
						PAGAJ			GRUND- STOF FLUKS			MES- TER- SKAB LAPPE	6	
		HJUL- DEL			LØBS- RESUL- TAT? GRIS									
		UNG MAND			TONE		PSYKE	7			AB- NINGS- ORD?	8		
		SPYD- DEL	9		LO- HEN- GRIN			DRENG			SVIN- DEL?			



Løsning på kryds & tværs i april: .....

Navn:.....

Bolignr.:.....



LONDON & PARIS

# Classic Wear

Vi kommer: **Tirsdag d.16.april 2024**

*KL. 10:00-13:30*

Salg på "Den Blå Plads" Bygning A, st.

*Forår/Sommer Kollektion*

**Tøj til både til damer og herrer**

**Både til Hverdag og Fest**

*Kvalitet svarer til priser billigere end i forretninger.*

Betaling mulig med  
Dankort, Kontant, MobilePay, Bankoverførsel

## Høreapparat!

**Hørevejlederen kommer på besøg**

**Onsdag den 17. april kl. 10 - 12**

**i Aktivitetscentrets køkken**

Få rensset og vedligeholdt dine høreapparater.

Husk at medbringe:

- Høreapparat
- CPR-nummer er vigtigt
- Tag tilbehøret til høreapparaterne med
  - For eksempel: Fjernbetjening, filtre, domes/tipper



# Kommende arrangementer & andet info

## Underholdning i afdelingerne med Mads:

A-huset: Tirsdag d. 16/4

B-huset: Torsdag d. 18/4

## Samvær i afdelingerne med Kirsten og Helle (frivillige fra Ældresagen):

Tirsdag d. 2/4 på B3

Tirsdag d. 9/4 på A4

Alle dagene er det i tidsrummet kl. 14 – ca. 15:30

Tirsdag d. 16/4 på B4

**Gudstjeneste:** Tirsdag d. 2. april kl. 13:30 i Café Hjorten

Præst: Michael Skov Andersen

Plantedag: Tirsdag den 7. og 8. Maj i Festsalen.

Husets Fødselsdag (46 år): Tirsdag den 14. maj kl. 12 i Festsalen (A4 arrangerer).

Royal Run: Tirsdag den 21. maj i Parken kl. 10-12. Pårørende velkomne.

Sankt Hans aften: Søndag den 23. juni kl. 17:30 i Festsalen (B4 arrangerer).

Sommerfest: Lørdag den 17. august kl. 10 -14:30 i Parken og Gårdhaven.

Åbent arrangement for beboere, pårørende og andre interesserede.

Underholdning i Festsalen: Fredag den 27. september. Mere info følger.

Halloween: Torsdag den 31. oktober kl. 14:30 i Festsalen (A1 arrangerer).

Julemarked : Lørdag den 23. november i Festsalen og stueetagerne.

Åbent arrangement for beboere, pårørende og andre interesserede.

Julebanko: Søndag den 1. december kl. 13 i Festsalen. Pårørende velkomne.

Underholdning i Festsalen: Søndag den 8. december. Mere info følger.

Husets Julefrokost: Onsdag den 11. december kl. 12 (B1 arrangerer).

Underholdning i Festsalen: Søndag den 15. december. Mere info følger.

Vi ønsker GOD JUL i Café Hjorten: Mandag den 23. december kl. 13-14:30



# Hjortesprings bestyrelse



Knud Melballe Olsen  
(formand)  
[melballe@pc.dk](mailto:melballe@pc.dk)



Asta Poulsen  
[janogasta@gmail.com](mailto:janogasta@gmail.com)



Irene Vous  
[i.vous@yahoo.dk](mailto:i.vous@yahoo.dk)



Anders Børresen  
(næstformand)  
[P946@hotmail.com](mailto:P946@hotmail.com)



Helle Block Andersen  
[p895@kk.dk](mailto:p895@kk.dk)



Ronnie Lundsgaard  
Hansen: [ZE0X@kk.dk](mailto:ZE0X@kk.dk)

Azim Asisi  
[min.praksis@gmail.com](mailto:min.praksis@gmail.com)

---

## BIBLIOTEKET KOMMER

Har du svært ved selv at komme på biblioteket? Så kan Herlev Bibliotek komme til dig. "Biblioteket Kommer" er et tilbud til ældre borgere i Herlev, hvor vi bringer materialer ud til dig.

- Du bliver tilknyttet en fast bibliotekar, som finder materialer frem, der særligt kan have interesse for dig.
- Du kan låne bøger, bøger med stor skrift, lydbøger, film, musik, magasiner mv.
- Det koster ikke noget, og dine lån bliver hentet og bragt af vores biblioteksbetjent en gang om måneden.

Ring og hør mere:

Herlev Bibliotek  
Telefon. 4452 5700  
E-mail: [post@herlevbibliotek.dk](mailto:post@herlevbibliotek.dk)





# Aktivitetscentrets program i april 2024

Træningstider i Store Træningssal er på hverdage som aftalt (dog 2.- 4/4 kun cykling)

Ti. 2	Kun cykling i Store Træningssal. Whistklub kl. 13 i AC-køkkenet. Anne er på A2 kl. 13-15. <b>Gudstjeneste kl. 13:30 i Café Hjorten. Frivillige fra Ældresagen er på B3 kl. 14 – ca. 15:30.</b>
On. 3	Kun cykling i Store Træningssal. Banko kl. 13:15 i Café Hjorten (pladesalg kl. 12:45 – 13:15)
To. 4	Kun cykling i Store Træningssal. Siddende dans er aflyst. Anne er på A4 kl. 13-15. Hockey kl. 13-14 i Festsalen.
Fr. 5	Fredagsbar kl. 13-14:30 i Café Hjorten
Ma. 8	Siddende gymnastik kl. 10:30 i Lille Træningssal. Anne er på A1 kl. 13-15. Malene er på B3 kl. 13-15
Ti. 9	Anne er på A3 kl. 10-12 Whistklub er aflyst. Anne er på A2 kl. 13-15. Malene er på B4 kl. 13-15 <b>Frivillige fra Ældresagen er på A4 kl. 14 - ca.15:30</b>
On. 10	Banko kl. 13:15 i Café Hjorten (pladesalg kl. 12:45 – 13:15)
To. 11	Siddende dans kl. 10:30 i Lille Træningssal Hockey kl. 13-14 i Festsalen. Anne er på A4 kl. 13-15. Malene er på B2 kl. 13-15
Fr. 12	Malene er på B1 kl. 10-12 <b>Præsentation af den nye Tullebus kl. 13-14:30 på parkeringsplads ved Bygning B.</b>
Ma. 15	Siddende gymnastik kl. 10:30 i Lille Træningssal. Anne er på A1 kl. 13-15. Malene er på B3 kl. 13-15
Ti. 16	<b>Tøjsalg kl. 10-13:30.</b> Anne er på A3 kl. 10-12 Whistklub kl. 13 i Café Hjorten. Anne er på A2 kl. 13-15. Malene er på B4 kl. 13-15 <b>Mads underholder i A-huset kl. 13-15. Frivillige fra Ældresagen er på B4 kl. 14 - ca.15:30</b>
On. 17	<b>Hørevejleder kl. 10 – 12 i Aktivitetscentrets køkken (se opslag)</b> Banko kl. 13:15 i Café Hjorten (pladesalg kl. 12:45 – 13:15)
To. 18	Siddende dans kl. 10:30 i Lille Træningssal Hockey er aflyst. Anne er på A4 kl. 13-15. Malene er på B2 kl. 13-15 <b>Mads underholder i B-huset kl. 13-15</b>
Fr. 19	Malene er på B1 kl. 10-12 Fredagsbar kl. 13-14:30 i Café Hjorten
Ma. 22	Siddende gymnastik kl. 10:30 i Lille Træningssal Anne er på A1 kl. 13-15. Malene er på B3 kl. 13-15
Ti. 23	Anne er på A3 kl. 10-12 Anne er på A2 kl. 13-15. Malene er på B4 kl. 13-15
On. 24	Banko kl. 13:15 i Café Hjorten (pladesalg kl. 12:45 – 13:15)
To. 25	Siddende dans kl. 10:30 i Lille Træningssal Hockey kl. 13-14 i Festsalen. Anne er på A4 kl. 13-15. Malene er på B2 kl. 13-15
Fr. 26	Malene er på B1 kl. 10-12 Fredagsbar kl. 13-14:30 i Café Hjorten
Ma. 29	Siddende gymnastik kl. 10:30 i Lille Træningssal Anne er på A1 kl. 13-15. Malene er på B3 kl. 13-15
Ti. 30	Anne er på A3 kl. 10-12 Whistklub er aflyst. Anne er på A2 kl. 13-15. Malene er på B4 kl. 13-15

Kontakt til Aktivitetscentret: Malene: 82562492 / Anne: 82562493 / Marianne: 82562495



## KOSTPLAN FOR APRIL 2024 HJORTESPRING

Dag	Dat	Hovedret	Sovs	Tilbehør	Biret
<b>Man</b>	<b>01</b>	<b>Gullasch</b>		<b>Kartoffelmos, surt</b>	<b>Hindbær/solbærgrød m. fløde</b>
Tirs	02	Fisk m. topping	Dild	Kartofler, råkost	Pandekager m. syltetøj
Ons	03	Tarteletter		Stv. Ærter, gulerødder, skinke	Fløderand m. saftsovs
Tors	04	Kylling i karry		Ris, peanuts, ristet kokos	Is m. vafler
Fre	05	Skinkeculotte		Flødekartofler, carotter	Henk. Ferskner, makronskum
Lør	06	Paprikagryde		Kartofler, broccoli	Rabarbermousse m. skum
<b>Søn</b>	<b>07</b>	<b>Nakke stegt som vildt</b>	<b>Svampe</b>	<b>Kartofler, surt</b>	<b>Kokos/æbletærte m. creme fraiche</b>
Man	08	Koteletter i fad	Paprika	Ris, salat	Hvidkålssuppe m. brød
Tirs	09	Citronbagt sej Med hvidkål	Hollandaise	Kartofler	Rødgrød m. mælk
Ons	10	Blomkålsgratin	Smør	Gulerødder	Vaniljebudding, kirsebærsauce
Tors	11	Persille kylling	Persillesky	Kartofler, broccoli	Kokos/lime suppe
Fre	12	Hakkebøf, løg	Løg	Kartofler, blomkål	Maizenagrød, kannelsukker
Lør	13	Kødboller i	Selleri	Kartofler, ærter	Muldvarpeskud
<b>Søn</b>	<b>14</b>	<b>Fyldt kalkun</b>	<b>Pikant</b>	<b>Kartofler, grøntblanding</b>	<b>Citronfromage m. skum</b>
Man	15	Millionbøf kylling		Pasta, gulerødder	Råsyltede rabarber, råcreme
Tirs	16	Flæskesteg	Sky	Kartofler, rødkål	Hyldebærsuppe, tvebakker
Ons	17	Brændende Kærlighed		Kartoffelmos, rødbeder, persilledrys	Rådhuspandekager
Tors	18	Ovnbagt Laks grønsagsbund	Dild	Kartofler, Grønsagsblanding	Ymerris m. saftsauce
Fre	19	Sellerikrebinetter	Timian	Krydderkartofler, syltede rødløg, ærter	Frugtsalat m. chokolade
Lør	20	Frikadeller	Stv. hvidkål	Kartofler, surt	Abrikosgrød m. mælk
<b>Søn</b>	<b>21</b>	<b>Kogt Kalvetykkam</b>	<b>Peberrod</b>	<b>Kartofler, rosenkål</b>	<b>Pistaciefromage</b>
Man	22	Jægersteg	Vildt	Kartofler, rødkål	Henk. æbler m. råcreme
Tirs	23	Karrygryde		Mynteyoghurt, focaccia brød	Hindbær skyr dessert
Ons	24	Krebinetter		Kartofler, blomkål	Is m. vafler
Tors	25	Forloren hare	Sky	Kartofler, tyttebær, salat	Jordbærgrød m. fløde
<b>Fre</b>	<b>26</b>	<b>Spr. Høne</b>	<b>Asparges</b>	<b>Kartofler, broccoli</b>	<b>Cheesecake</b>
Lør	27	Spr. Kam	Stv. Spinat	Kartofler, bønner	Nougatfromage m. skum
<b>Søn</b>	<b>28</b>	<b>Mørbradbøf</b>	<b>Svampe</b>	<b>Bløde løg, kartofler, surt</b>	<b>Pæretærte, creme fraiche</b>
Man	29	Sherpards pie med kalkun		Majs	Gammeldags Æblekage
Tirs	30	Forloren and	Sky	Ovnstegte kart, mormorsalat	Karry-blomkålssuppe

Med forbehold for ændringer