

ASTERSPPOSTEN

SENIORHØJSKOLEN

Januar 2020



Hjemmeside: www.astersvej.roskilde.dk
mail: astersvej@roskilde.dk

Plejecenter Astersvej 9

TLF.: 46 31 61 00

Telefontid alle hverdage mellem kl. 8.00 og 15.00

Seniorhøjskolen: 46 31 61 34

Ledelse: Træffes på hverdage og efter aftale

Centerleder Gitte W. Limkilde, tlf. 46 31 61 10

Afdelingsleder Anders Christensen, tlf. 46 31 61 12

**Frisør: Åben mandage, tirsdage og onsdage i ulige uger
fra kl. 9.30**

- ring evt. for øvrige tider

Karina Munk, tlf. 22 78 50 21

Fodterapeut: Kommer i huset hver onsdag fra kl. 9.00

Dorte Amstrup, tlf. 25 39 82 22

Gudstjeneste: Den 3. tirsdag i hver måned

Kl. 13.15 - 14.15 i salen efterfulgt af kaffebord

høst fejres guds-



**Til jul, påske og
tjenesten i
Jakobs kirken.**

Aktivitetsliste for Seniorhøjskolen – december 2019

<i>Dag</i>	<i>Dato</i>	<i>Formiddag aktiviteter</i>	<i>Eftermiddag aktiviteter</i>
Mandag	6.	Gåtur i haven	Stort Banko kl. 13.15 kr. 15.-
Tirsdag	7.	Malergruppe	Spil og sport
Onsdag	8.	Spil v/bordene	Wellness
Torsdag	9.	Kryds og tværs	Film
Fredag	10.	Nytårskur	Hyggw
Lørdag			
Søndag			
Mandag	13.	Kryds og Tværs	Serie - mandag
Tirsdag	14.	Wellness/malergruppe	Erindringskasser
Onsdag	15.	Gymnastik	Ølsmagning
Torsdag	16.	Hygge	Spil og sport
Fredag	17.	Motion og bevægelse	Sang
Lørdag			
Søndag			
Mandag	20.	Gymnastik	Serie - mandag
Tirsdag	21.	Malergruppe	Gudstjeneste i salen kl. 13.15
Onsdag	22.	Neglepleje	Erindringskasser
Torsdag	23.	Wellness	Lille Banko
Fredag	24.	Motion og bevægelse	Højtlesning
Lørdag			
Søndag			
Mandag	27.	Sang	Serie - mandag
Tirsdag	28.	Malergruppe	Kaffesmagning
Onsdag	29.	Kryds og Tværs	Film
Torsdag	30.	Gymnastik	Erindringskasser
Fredag	31.	Musikcafé i kirken kl. 10.30	Fredagsbar



Med ønsket om et godt & lykkebringende nytår til alle, vil vi takke for året, som er gået.

2020 bringer mange forandringer for os alle, men sammen er vi sikre på, at vi kan få det bedste ud af enhver situation og vi glæder os til at møde 2020 sammen med jer beboere, jeres pårørende og vores medarbejdere.



De bedste
hilsner





Musikcafé i Jakobskirken

Fredag, den 31. januar 2020

Kl. 10.30

MADPLAN - januar 2020

Der tages forbehold for ændringer i planen

Mandag	6.	Millionbøf m/kartoffelmos, bønner og asier Pandekager m/is
Tirsdag	7.	Tartelet m/skinke, ærter og gulerødder Kogt torsk m/sennepssovs, æg, rødbeder og bacon i tern
Onsdag	8.	Frikadeller m/stuvet hivdkål og rødbeder Blommegrød m/fløde
Torsdag	9.	Mannagrød m/kannelsukker Lasagne m/sprød vintersalat
Fredag	10.	Rodfrugtsuppe m/æbler og græsk yoghurt Brændende kærlighed m/rødbeder
Mandag	13.	Paneret flæsk m/hvid løgsovs og rødbeder Bærsuppe m/tvebakker
Tirsdag	14.	Grønkålssuppe m/flæsk, pølse og sennep Æbleskiver m/solbærsyltetøj
Onsdag	15.	Hjemmerøget laks m/hollandaise, hvidkålssalat, citron Æbletrifli m/karamelliserede mandler
Torsdag	16.	Tunmousse m/díldressing Sprængt nakke m/grønlangkål og dampede gulerødder
Fredag	17.	Gullaschsuppe Krebinet m/skysovs, citronbagte rodfrugter
Mandag	20.	Boller i karry, løse ris, dampede ærter Sveskegrød m/fløde
Tirsdag	21.	Kalvegryde m/bacon, champignon, gulerødder og surt Vanilleis m/chokoladesovs
Onsdag	22.	Chili con carne m/cremefraise og groft brød Panna Cotta m/skovbærsovs
Torsdag	23.	Risengrød m/kannelsukker og smør Fiskefrikadeller m/hvidvinssovs, citron og grønålssalat
Fredag	24.	Baconrulle m/enebærsovs, bagte rodfrugter og surt Æblesuppe m/ingefær og kold flødeskum

En vinterdag på Roskilde fjord

