Årgang 1 · Nr. 3

Oktober 2026

ROSENHAVEN

NYHEDSBREV

Køkken Ballerup havde inviteret kost og ernærings-forbundet i forbindelse med Maddag 2026 og derfor havde Anemonen fornøjelsen af besøg fra ældreministeren Jacob Mark og Ballerups borgmester





Velkommen til efteråret

Oktober er kommet, og vores have har fået sine smukke efterårsdragt på. Æblerne fra haven bliver nu til lækker gammeldags æblegrød, som spreder duften af efterår og hyggelige stunder i huset.

Find os her

https://rosenhaven.ballerup.dk | Facebook: Rosenhaven

Bybjergvej 11, 2740 Skovlunde | Tlf.nr. 4477 3070

SIDSTE NYT

I august bød vi velkommen til…

Social og sundhedsassistent Jette, som skal være fast på Anemonen.
Social og sundhedsassistent Mickey, som skal være fast på Liljen.
SSA Elev Sakariya, som skal være på Violen.
SSA Elev Kafia, som skal være på Violen.
Praktikant Kenan, som vil være rundt omkring i huset.

I august sagde vi farvel til…

Denne måned har vi heldigvis ikke haft nogen at sige farvel til.

Ledsagelse på plejehjemmet

Ved aftaler uden for plejehjemmet, såsom besøg hos egen læge, speciallæge, ambulante hospitalsaftaler eller lignende, anbefaler vi som udgangspunkt, at pårørende ledsager beboeren til aftalen.

Pårørendes deltagelse er ofte en stor støtte for beboeren og bidrager til, at vigtig information om undersøgelse, behandling og videre forløb kan følges op efterfølgende.

I særlige tilfælde kan plejehjemmet varetage ledsagelsen.
Det kan f.eks. være:

- Hvis beboeren ikke har pårørende eller andre nærtstående, der kan ledsage.
- Hvis beboeren har komplekse sundhedsfaglige problemstillinger, hvor det vurderes nødvendigt, at sundhedsfagligt personale deltager for at sikre et godt behandlingsforløb.
- Hvis der af pædagogiske eller omsorgsmæssige hensyn vurderes at være behov for ledsagelse fra kendt personale.

Det er altid plejehjemmet, der foretager en konkret og individuel vurdering af, om ledsagelse fra personalet er nødvendig.

SIDSTE NYT



Parkeringstilladelse

Slip for p-bøder og besværet med papir i forruden.
Send en mail til rosenhaven@balk.dk med oplysninger om dit tilhørsforhold og bilens registreringsnummer, så sørger vi for resten.

Adgangsbrik til indgangsdørene

Pårørende kan med fordel få udleveret en adgangsbrik, der gælder til alle 3 indgangsdøre, så i kan få adgang uden at skulle kontakte personalet, efter lukketid.

Brikken kan bestilles ved henvendelse til kontoret på tlf. 4477 3070, eller på mail rosenhaven@balk.dk – oplys bolig nr., fulde navn på indehaver af brikken og fødselsdato, så brikken kan blive registreret korrekt.
Brikken er personlig og må ikke benyttes af andre end brik-indehaveren.



Vaccination med influenza og COVID-19

Vi tilbyder igen i år, vores beboere vaccination mod influenza og COVID.

Vaccinationen er frivillig og gives til de beboere, der ønsker den. Hvis en beboer har behov for, at der indhentes samtykke, sørger vi for dette inden vaccinationen.

Datoen er onsdag d. 21. oktober fra kl. 09.00.

På næste side kan I læse mere om vaccinationerne.

SIDSTE NYT

Region Hovedstaden

BORGERGUIDE

Vaccination mod covid-19 og influenza



Hvem er omfattet af det gratis vaccinationstilbud mod covid-19 og influenza?

- Alle personer på 65 år eller ældre
- Personer under 65 år i særlig risiko for at blive alvorligt syge af covid-19 eller influenza. Det er f.eks. personer med svært nedsat immunforsvar, hjerte-kar-sygdom eller en lungesygdom som KOL eller astma
- Gravide i 2. eller 3. trimester (gælder kun influenzavaccination)
- Personer på førtidspension (gælder kun influenzavaccination).

Hvornår kan du blive vaccineret?

Du kan blive vaccineret i perioden:

1. oktober til 20. december 2026

Hvem kan få hjemmevaccination?

Hvis du ikke kan møde op til vaccination uden for hjemmet – heller ikke med hjælp fra andre. Det kan være på grund af:

Fysiske udfordringer

- Du er permanent sengeliggende, stærkt bevægelseshæmmet og ikke fysisk i stand til at fungere i hverdagen
- Du er svært udfordret pga. f.eks. nedsat syn, døvhed eller kronisk sygdom
- Transport til vaccinationssted er ikke muligt, heller ikke med hjælp fra andre.

Psykiske udfordringer

- Du har svær angst, kognitiv svækkelse, eller lignende.

Hvornår er man typisk IKKE i målgruppen for hjemmevaccination?

- Du kan godt komme ud af hjemmet med hjælp – fx fra pårørende eller transportordning
- Du bor midlertidigt et andet sted, hvor vaccination tilbydes – fx plejecenter eller socialt botilbud.

Sådan bestiller du tid på et vaccinationssted

Borgere med mit-ID:
Kan booke og ændre tid på www.vacciner.dk

Borgere uden mit-ID:
Kan få hjælp til tidsbestilling ved at ringe til bookingtelefonen på 38 64 99 01.

Fra den 9. september til den 20. december har bookingtelefonen åbent på alle hverdage fra kl. 9 (åbningstider indtalt på telefonen). Pårørende og hjemmeplejen kan hjælpe med at bestille tid for dig.

Sådan bestiller du tid til hjemmevaccination

Du kan kun blive visiteret til hjemmevaccination telefonisk. Du, pårørende eller hjemmeplejen kan ringe til bookingtelefonen på 38 64 99 01.

Visitationen vil bl.a. spørge til følgende for at vurdere om du skal vaccineres hjemme eller på klinik:

- Kan du komme ud af din bolig?
- Hvornår har du sidst været udenfor din bolig?
- Kan du komme ud hvis du ledsages af en pårørende/transport?
- Har du været hos lægen, hospital, tandlæge eller frisør for nylig?

REGION H

Er du i tvivl, om du er i målgruppe, eller har du andre spørgsmål? Du er altid velkommen til at kontakte bookingtelefonen, som kan hjælpe dig videre.

Bookingtelefonen
38 64 99 01

SIDSTE NYT

Døgnrytmelys er ved at blive installeret på hele Rosenhaven

Hvad er døgnrytmelys?
Døgnrytmelys er en intelligent belysningsteknologi, der efterligner solens naturlige lysforløb i løbet af dagen. Lyset skifter automatisk i farvetemperatur og intensitet – fra et blødt, varmt lys om morgenen og aftenen til et mere klart og blåligt lys midt på dagen.





Dokumenteret effekt af døgnrytmelys

Formål med lyset:
At støtte kroppens biologiske ur og regulere hormoner som melatonin og kortisol, hvilket påvirker søvn, energi og humør. Samtidig bidrager lyset til et bedre arbejdsmiljø for aften- og natpersonale og er særligt gavnligt for borgere med døgnrytmeforstyrrelser.



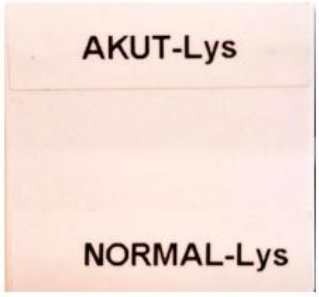
Vil du vide mere om lyset og hvordan det virker på Rosenhaven?

Se videoen vi QR-koden (ca. 5 min)

"Døgnrytmelys handler om at bringe naturens lys indendørs for bedre sundhed og livskvalitet."

Vigtig viden

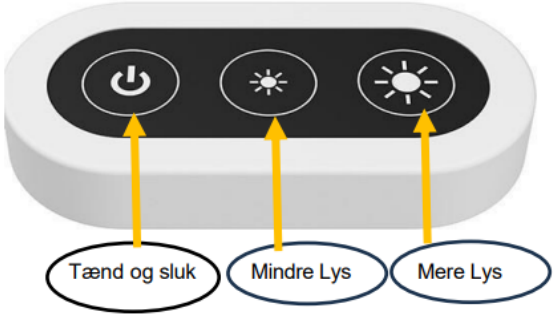
- Skruer man op eller ned for lysstyrken vil lyset automatisk vende tilbage til normal efter et stykke tid.
- Lamperne indstiller sig automatisk til sommer- og vintertid.
- Er der strømafbrydelser husker lamperne deres forbindelse til fjernbetjeningen og husker tiden.
- På gangene er der placeret **Akut tryk** der kan bruges hvis man har brug for arbejdsbelysning i aften og nattevagten.



Hvordan styres lyset døgnrytmelyset?

Døgnrytmelyset er er fuldautomatisk, som betyder at lamperne selv tænder kl. 07 og slukker kl. 22. I det tidsrum styre lamperne også selv deres lysstyrke og i nogle tilfælde det farvespektrum som lyset har (orange til blåligt til orange).

Det er dog muligt at manuelt styre lyset med de fjernbetjeninger der er placeret i alle fællesrummet.



PÅRØRENDES OPSLAGSTAVLE

Har du noget på hjerte, du gerne vil dele?

Her er plads til opslag, informationer og små beskeder fra pårørende til andre pårørende.

Ønsker du at få noget på tavlen, så skriv til rosenhaven@balk.dk

HAR DU LYST TIL AT GØRE EN FORSKEL?

Vi søger frivillige, som har lyst til at være en del af hverdagen hos os.
Det kan være stort eller småt – en hyggelig snak, en gåtur, hjælp til en aktivitet eller bare lidt ekstra tid sammen.

Kontakt os for at høre mere.

Lån af Caféen

Beboere på plejehjemmet har mulighed for at låne Caféen til private arrangementer uden for Caféens åbningstider.

Kontakt administrationen og hør nærmer eller læs mere på Køkken Ballerups hjemmeside.

https://koekken.ballerup.dk

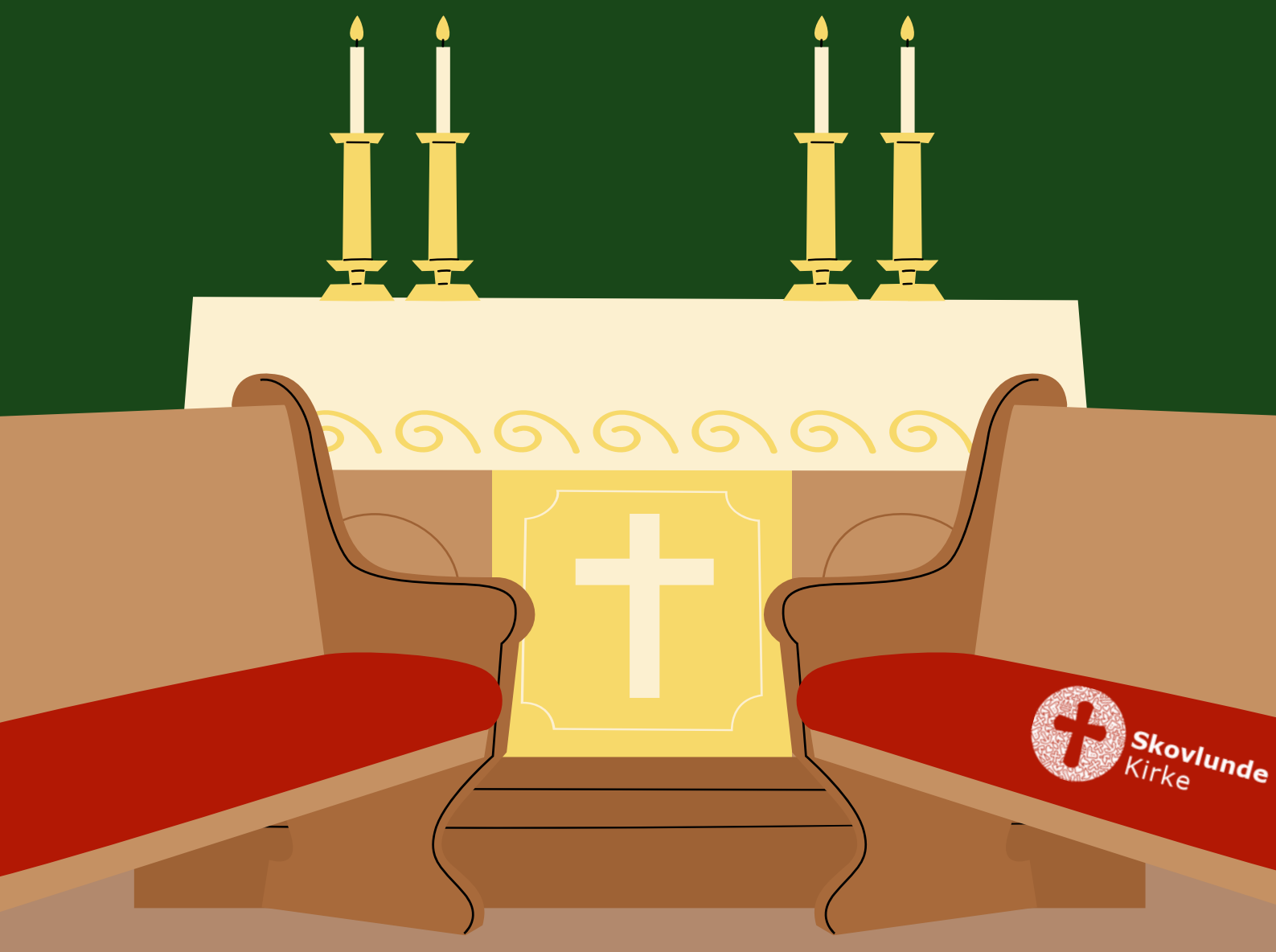
ALLEHELGENS GUDSTJENESTE

Tirsdag 20. oktober

Kl. 14.00-15.00

Der vil være kaffe og kage efter gudstjenesten

Pårørende er hjerteligt velkomne til allehelgensgudstjenesten, som er en mindegudstjeneste, hvor vi mindes og ærer dem, der er gået bort



TIDSMASKINEN

Hop med i tidsmaskinen, hvor vi tager tilbage til 1970érne

Torsdag 22. oktober
Fra 15.30-17.
I Caf

AFLYST

Sæt je
Jeres v **inen er i**
dag Tin **sen & Ane-Dorthe Hagsten.**

Vi skal synge, quizze og besøge nogle af tidens skøre opfindelser.

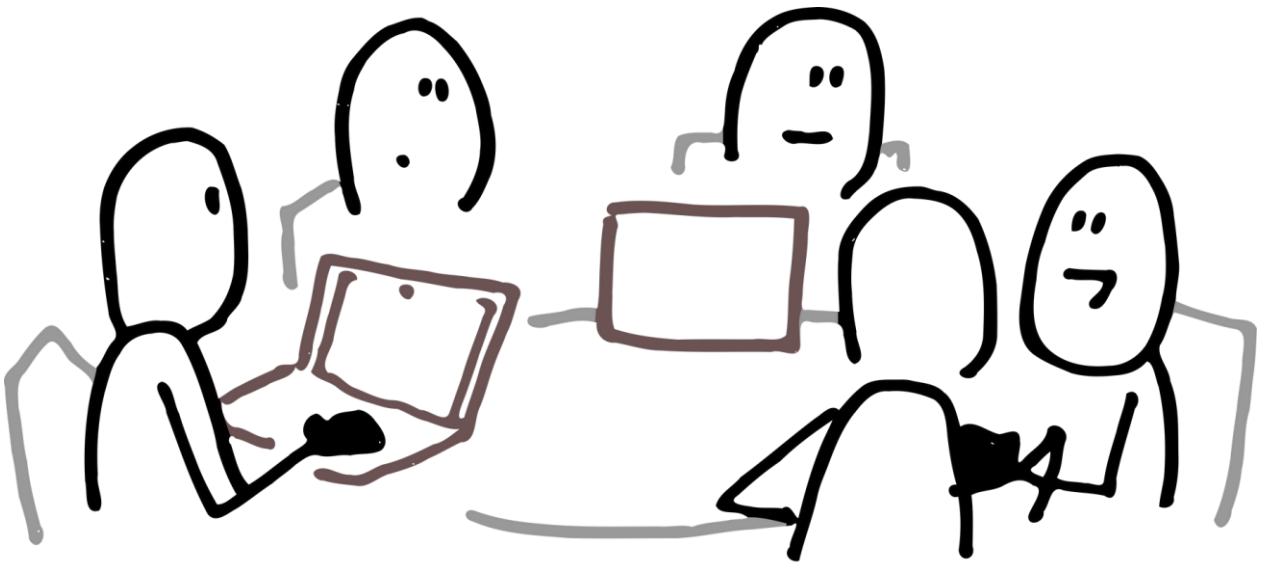


Vi byder på kaffe og kage, og for at vi kan sørge for, at der er kage nok til alle, vil vi gerne have en tilmelding.

Tilmeldingen skal ske via personalet på afdelingen - senest d. 1 oktober.

Ballerup Kommune

BEBOER- OG PÅRØRENDEMØDE



Onsdag 28. oktober 2026
Kl. 16.30-18.00
I Caféen

JULEHYGGE

Med lav-selv dekoration

Vi vil gerne inviterer til en hyggelig eftermiddag,
hvor vi tager forskud på julen,
med dekorationer, godter og god stemning

Onsdag 25. november
Kl. 15.00-17.00
I Caféen



Der vil være boder, hvor man kan købe hjemmelavede sysler og andre håndlavede produkter

Pris for deltagelse:
Voksne 25 kr.
Børn er gratis

Pris pr. lavet dekoration
50 kr.

Tilmelding skal ske via personalet på afdelingen senest søndag 8. november

JULETRÆSFEST

Tirsdag 1. december
Kl. 15.00-17.00
I Caféen

Vi serverer gløgg og æbleskiver, kaffe/te og saftevand
Der vil være slikposer til børn der er tilmeldt



Pris for deltagelse:

Voksne 25 kr.

Børn er gratis



Tilmelding skal ske via personalet på afdelingen senest søndag d. 15. november

JULEFROKOST

TORSDAG 10. DECEMBER
KL. 12.00-15.00
UDE PÅ HVER AFDELING
MUSIKALSK UNDERHOLDNING

MENU

Marinerede sild med karrysalat
Æg med rejer
Røget laks med æggestand
Tarteletter med høns i asparges
Flæskesteg med rødkål og appelsin
Risalamande med kirsebærsovs

GÆSTEPRIS
180 KR. PR. PERSON
DRIKKEVARER ER MED I PRISEN

Beboere på kostpakke, har ingen merudgift

Tilmelding skal ske via personalet på afdelingen senest søndag 15. november

Aktivitetsplan for oktober 2026

Rosenhaven

Dato:	Tidspunkt:	Aktiviteter:	Mødested:
		Uge 40	
1/10	10.00-13.00	Udflugt for en lille gruppe beboere	Løvfaldstur
2/10	10.00-11.00	Besøgshund Leo kommer forbi	Afdelingerne
	10.30-12.00	Wellness og håndmassage	Aktivitetsrummet
	14.00-16.00	Popup tøjbutik	Caféen
		Uge 41	
5/10	10.30-11.30	Mindfulness for en lille gruppe beboere	Aktivitetsrummet
	13.30-14.30	Mandeklub	Aktivitetsrummet
6/10	10.00-13.00	Udflugt for en lille gruppe beboere	Frederiksborg slot
	14.00-15.00	Fællessang fra højskolesangbogen	Klokkeblomst
7/10 + 8/10	Der er ingen fastlagte aktiviteter i dag		
9/10	10.00-11.00	Besøgshund Leo kommer forbi	Afdelingerne
		Uge 42	
12/10	Der er ingen fastlagte aktiviteter i dag		
13/10	10.30-11.30	Yoga for alle	Træningsrummet
	14.00-15.00	Musik med Christian og hans guitar	Caféen
14/10	10.00-12.30	Udflugt for en lille gruppe beboere	Eremitageslottet
	14.00-15.00	Damegruppe	Aktivitetsrummet
15/10	13.30-15.00	Håndarbejde og hygge	Aktivitetsrummet
16/10	10.00-11.00	Besøgshund Leo kommer forbi	Afdelingerne
	10.30-11.30	Kortspil	Aktivitetsrummet
	13.30-14.30	Oplæsning	Klokkeblomst
		Uge 43	
19/10	10.00-12.00	Udflugt for en lille gruppe beboere	Rødovre centrum
	13.30-14.30	Mandeklub	Aktivitetsrummet
20/10	10.30-11.30	Hockey for alle	Træningsrummet
	14.00-15.00	Allehelgens gudstjeneste	Caféen
21/10	10.30-11.30	Yoga for alle	Træningsrummet
	14.00-15.00	Damegruppe	Aktivitetsrummet
22/10	13.30-14.00	Musikalsk Sing a long	Caféen
23/10	10.00-11.00	Besøgshund Leo kommer forbi	Afdelingerne
	13.30-14.30	Oplæsning	Violen
		Uge 44	
26/10	10.00-12.00	Udflugt for en lille gruppe beboere	Erindringstur
	13.30-14.30	Mandegruppe	Aktivitetsrummet
27/10	18.30-20.30	Halloween banko	Caféen
28/10	11.00-12.00	Yoga for alle	Træningsrummet
	14.00-15.00	Damegruppe	Aktivitetsrummet
	16.30-18.00	Beboer og pårørendemøde	Caféen
29/10	10.30-12.00	Krea værksted	Aktivitetsrummet
	13.30-14.30	Fællessang med Kim	Caféen
30/10	10.00-11.00	Besøgshund Leo kommer forbi	Afdelingerne
	10.30-11.30	Kortspil	Aktivitetsrummet
	13.30-14.30	Oplæsning	Anemonen

Stolegymnastik hver mandag kl. 10.30-11.45 for Liljen & Klokkeblomstens beboere

& hver torsdag kl. 11.00-11.45 for Violen & Anemones beboere.

Det finder sted i træningslokalet, på 1. sal.