

Almbladet



Juli 2024



Almgårdens aktivitetshus i Vellinge

En öppen social mötesplats där alla är välkomna



Aktiviteter i Juli (med reservation för ändringar)

VECKA 27

Måndag 1/7:

10.15 Sittgymnastik med TV:n

14.00 Balansträning

Tisdag 2/7:

10.00 Trädgårdsgruppen

14.00 Kortspel

Onsdag 3/7:

9.00 Frukostklubben

10.15 Sittgympa med TV:n

Torsdag 4/7:

10.30 Tipsrunda med Alma i Lindesparken

13.30 Glasscafé på innegården tillsjälvkostnadspris
(föranmälan)

Fredag 5/7:

10.00 Gemenskapsgruppen

13.30 Boule

VECKA 28

Måndag 8/7:

10.15 Sittgymnastik Tv-n

14.00 Balansträning

Tisdag 9/7:

- 10.00 Trädgårdsgruppen
13.30 Vi går till Björns och fikar

Onsdag 10/7:

- 9.00 Frukostklubben
10.15 Sittgympa med Johanna
14.00 Musikunderhållning med Anna Brodde

Torsdag 11/7:

- 10.30 Kubb i Lindesparken
13.30 Glasscafé på innegården till självkostnadspris
(föranmälan)

Fredag 12/7:

- 10.00 Gemenskapsgruppen
13.30 Boule

VECKA 29

Måndag 15/7:

- 10.15 Sittgymnastik med tv:n
14.00 Balansträning
14.30 Sommarbingo - Föranmälan

Tisdag 16/7:

- 10.00 Trädgårdsgruppen
14.00 Kortspel

Onsdag 17/7

- 9.00 Frukostklubben
10.15 Sittgympa med Johanna
14.00 Korvgrillning till självkostnadspris (föranmälan)

Torsdag 18/7:

- 10.30 Kubb i Lindesparken
13.30 Glasscafé på innegården tillsjälvkostnadspris
(föranmälan)

Fredag 19/7:

- 10.00 Gemenskapsgruppen
13.30 Boule

VECKA 30

Måndag 22/7:

- 10.15 Sittgymnastik med Tv-n
12.00 Mattias Nordin spelar lunchmusik
14.00 Balansträning

Tisdag 23/7:

- 10.00 Trädgårdsgruppen
14.00 Vi går till Björns och fikar

Onsdag 24/7:

- 09.00 Frukostklubben
10.15 Sittgympa med Johanna
14.00 Korvgrillning (föranmälan)

Torsdag 25/7:

- 10.30 Kubb i Lindesparken
- 13.30 Glasscafé på innegården tillsjälvkostnadspris
(föranmälan)

Fredag 26/7:

- 10.00 Gemenskapsgruppen
- 13.30 Boule

VECKA 31

Måndag 29/7:

- 10.15 Sittgymnastik med Tv-n
- 14.00 Balansträning

Tisdag 30/7:

- 10.00 Trädgårdsgruppen
- 14.00 Kortspel

Onsdag 31/7:

- 09.00 Frukostklubben
- 10.15 Sittgympa med Johanna
- 14.00 Korvgrillning (föranmälan)

Juli månadsblomma

Riddarsporre

Riddarsporren är färgglad, uppiggande och positiv. Om vi blickar bakåt i tiden, till den viktorianska tidseran, användes växten, framför allt i blå och lila toner, som ett slags skydd mot fruktade spöken och magi.



Några ord från Åsa.....

Som de flesta av er redan vet så har jag av olika anledningar valt att avsluta min tjänst som aktivitetsansvarig här på Almgården.

I 10 år har jag varit här och haft det bästa jobbet någonsin, ni har gett mig så otroligt mycket glädje och det har varit så roligt att gå till jobbet varje dag!

I nuläget vet vi inte vem som kommer att ersätta mig så Linda kommer att vara själv ett tag. Hoppas att ni stöttar henne och hjälper henne så som ni kan.

Jag kommer verkligen att sakna er och allt roligt vi har gjort, men är övertygad om att vi kommer att ses i byn och självklart kommer jag att hälsa på 😊

Fortsätt vara lika härliga människor som ni är!

Håll i gång och aktivera er så mycket det bara går!

Ensam är **inte** stark – så var rädda om er själv och era vänner och stötta varandra i ert dagliga liv. ” Ingen kan allt men alla kan något”

Stor kram till er alla och ett stort TACK för att ni gjort mitt jobb så roligt!

Åsa

vecka 27 1 juli – 7 juli

Måndag 1 Middag: Senapspanerad falukorv med potatismos, grönsaker
Alternativ: Mexikansk pasta pytt med salsa

Tisdag 2 Middag: Stekt spätta med remouladsås, potatis, grönsaker
Alternativ: Gratinerad pannkaksrulle med köttfärs, grönsaker

Onsdag 3 Middag: Kåldolmar med sås, potatis, grönsaker
Alternativ: Pytt i panna med stekt ägg

Torsdag 4 Middag: Gulaschsoppa med crème fraiche, pannkaka
Alternativ: Chorizo med potatis och rotfruktsgratäng

Fredag 5 Middag: Sprödbakad fiskfilé med tartarsås, potatis, grönsaker
Alternativ: Kassler med potatissallad, sallad

Lördag 6 Middag: Biff Stroganoff med ris, grönsaker
Alternativ: Kassler med potatissallad, sallad

Söndag 7 Middag: Stek med gräddsås, potatis, grönsaker
Alternativ: Kassler med potatissallad, sallad

Vecka 28 8 juli – 14 juli

Måndag 8 Middag: Korv a la Forsell med ris, grönsaker
Alternativ: Fläskpannkaka, grönsaker

Tisdag 9 Middag: Fisk med mandel, dillsås, potatis, grönsaker
Alternativ: Tagliatelle med ost och skinksås

Onsdag 10 Middag: Pannbiff med stekt lök, sås, potatis, grönsaker
Alternativ: Viltskavsgryta med ris, grönsaker

Torsdag 11 Middag: Minestrone-soppa med strimlad rökt skinka, äpplekaka, vaniljsås
Alternativ: Köttbullar med stuvade örter och morötter, potatis

Fredag 12 Middag: Panerad kotlett med sås, potatis, grönsaker
Alternativ: Janssons frestelse, ägghalva

Lördag 13 Middag: Färsbiff med gorgonzolasås, klyftpotatis, grönsaker
Alternativ: Janssons frestelse, ägghalva

Söndag 14 Middag: Stekt kycklingfilé med sås, potatis, grönsaker
Alternativ: Janssons frestelse, ägghalva

Vecka 29 15 juli – 21 juli

Måndag 15 Middag: Stekt fläsk med stuvad vitkål, potatis
Alternativ: Spaghetti med köttfärssås, grönsaker

- Tisdag 16 Middag: Sprödbakad fisk med dillsås, potatis, grönsaker
Alternativ: Pytt Bellman med stekt ägg
- Onsdag 17 Middag: Dansk sjömansbiff, grönsaker
Alternativ: Wienerkorv med potatissallad, bostongurka, rostad lök
- Torsdag 18 Middag: Hedvigsoppa, pannkaka
Alternativ: Chili con carne med ris, grönsaker
- Fredag 19 Middag: Köttfärslimpa med sås, potatis, grönsaker
Alternativ: 3 sorters sill med gräddfil, gräslök, ägghalva, kokt potatis
- Lördag 20 Middag: Champinjongratinerad kassler, klyftpotatis, grönsaker
Alternativ: 3 sorters sill med gräddfil, gräslök, ägghalva, kokt potatis
- Söndag 21 Middag: Kycklingfrikassé med kokt potatis, grönsaker
Alternativ: 3 sorters sill med gräddfil, gräslök, ägghalva, kokt potatis

Vecka 30 22 juli – 28 juli

- Måndag 22 Middag: Falsk snitsel(stekt panerat fläsk) med sås, potatis, grönsaker
Alternativ: Kycklingsallad med pasta, bacon, dressing, bröd
- Tisdag 23 Middag: Kokt fiskfilé med skånsk senapssås, potatis, grönsaker
Alternativ: Bakad potatis med skinkröra, sallad
- Onsdag 24 Middag: Köttbullar med sås, potatis, grönsaker
Alternativ: Tonfisksallad, dressing och bröd
- Torsdag 25 Middag: Redd grönsakssoppa med strimlad rökt skinka, paj med vaniljsås
Alternativ: Sjömansfalu, grönsaker
- Fredag 26 Middag: Helstekt kottlettrad med grönpepparsås, purjolökspotatis, rotfrukter
Alternativ: Pannkaksrulle med kycklingcurry, grönsaker
- Lördag 27 Middag: Stekt spätta med remouladsås, potatis, grönsaker
Alternativ: Pannkaksrulle med kycklingcurry, grönsaker
- Söndag 28 Middag: Fläskkarré med rosmarinsky, potatisgratäng, grönsaker
Alternativ: Pannkaksrulle med kycklingcurry, grönsaker

vecka 31 29 juli – 31 juli

- Måndag 29 Middag: Kokt falukorv med pepparrotssås, potatis, grönsaker
Alternativ: Köttgryta med ris, grönsaker
- Tisdag 30 Middag: Ugnsbakad fiskfilé med skirat smör o pepparrot, potatis, grönsaker
Alternativ: Moussaka med tzatziki
- Onsdag 31 Middag: Biff a la Lindström med sås, potatis och grönsaker
Alternativ: Kalkonpastrami med mimosasallad och potatis

Vegetariskt finns att få! Allergisk? Fråga oss gärna om matens innehåll! Med reservation för ändring!



Vill du att vi skickar Almbladet till din mejladress?

Kontakta Åsa eller Linda så lägger vi in din mejladress i vårt utskick.



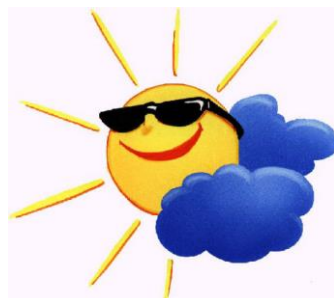
Bingo!

Måndagen 15 juli!

Klockan 14.30

6 spel 60 kronor

Föranmälan! Anmäl er innan den 12:e juni



Glasscafé under juli



Varje torsdag 13.30 – OBS! Föranmälan

Inställt vid dåligt väder



Frukostklubben onsdagar 9.00



Anmäl er senast dagen innan till Åsa eller Linda

Kaffe/Te och en halv fralla – 45 kronor

Aktivitetscheckar Vellinge 2024

Vi kommer i år att ha följande aktiviteter där du kan använda din aktivitetscheck:

- ✚ Resa till Ullared 18 november – pris 350 kr (anmälan öppnar 2 sept.)
- ✚ Nobelmiddag med underhållning på de olika aktivitetshusen den 10 december – pris 500 kr (anmälan öppnar den 7 okt.)

Inför de olika aktiviteterna kommer enskilda lappar med mer information att sättas upp i samband med att anmälningarna öppnar.

Välkomna!

Linda A & Åsa

Anna & Paula

Linda S

Almgården

Bäckagården

Postgården

0709-91 52 93

0739-01 55 15

0733-336203

TRIVSELGRUPPENS TRÄFFAR I VELLINGE



Har du lust att träffa nya kompisar?

Vi är en skara seniorer som träffas för att äta, eller bara tar en kaffe eller dricka?

Vi vill gärna bli fler!

Trivselgruppen träffas på följande ställen i Vellinge Kl. 13.30

och det är bara att dyka upp!

Detta blad kommer att finnas i en skylt på bordet för att du lättare ska känna igen sällskapet.

1:a ONSDAGEN i månaden på **ALMGÅRDEN** Länsmansgatan 1, Vellinge

2:a ONSDAGEN i månaden på **BJÖRNS** Järnvägsgatan 2H, Vellinge

3:e ONSDAGEN i månaden på **LUCIA** Östergatan 14, Vellinge

4:e ONSDAGEN i månaden på **SCHENKEN** Järnvägsgatan 1, Vellinge

Vi har inga uppehåll för sommar eller jul, vi vill träffas året om!
Om du vill ha sällskap dit första gången eller har någon fråga, ta kontakt med kommunens Seniorkontakt eller Äldre- och Anhöriglots via kommunens växel 040-425000. Vet du om att vi även träffas på tisdagar i Höllviken samt Skanör-



Falsterbo? **Alla är välkomna!**

Med vänlig hälsning Ella-Britta, Gerd & Gunilla.

Seniorkontakt Maria & Jannica.

TRIVSELGRUPPENS TRÄFFAR I



Höllviken-Skanör-Falsterbo

Har du lust att träffa nya kompisar?

Vi är en skara seniorer som träffas för att äta, eller bara tar en kaffe eller dricka?

Vi vill gärna bli fler!

Trivselgruppen träffas på följande ställen Kl. 13.30

och det är bara att dyka upp!

Detta blad kommer att finnas i en skylt på bordet för att du lättare ska känna igen sällskapet.

1:a Tisdagen i månaden på **Bäckagården** Nyvångsvägen 1, Skanör

2:a Tisdagen i månaden på **Delitorget Ica** Kungstorpsgatan 8B Höllviken

3:e Tisdagen i månaden på **Höllviksnäs** (f.d FBU gården) Ljungvägen 1, Höllviken

4:e Tisdagen i månaden på **Postgården** Videholms allé 3, Höllviken

Vi har inga uppehåll för sommar eller jul, vi vill träffas året om!
Om du vill ha sällskap dit första gången eller har någon fråga, ta kontakt med kommunens Seniorskontakt eller Äldre- och Anhöriglots via kommunens växel 040-425000.

Alla är välkomna!

Med vänlig hälsning Ella-Britta, Gerd & Gunilla.

Seniorskontakt Maria & Jannica, Äldre och Anhöriglots, Pernilla



Välkomna alla seniorer i Vellinge, nu är det snart dags för våra populära Öppet husdagar!



- 11 september Bäckagården, Nyvångsvägen 1 i Skanör
- 19 september Postgården, Videholms allé 3 i Höllviken
- 27 september Almgården, Länsmansgatan 1 i Vellinge

Temat är hälsofrämjande information för ett aktivt liv med god hälsa.

Tillsammans med Forenede Care visar Vellinge kommun vilken service som erbjuds våra kommuninvånare. Vi har pensionärsföreningar, pensionärsrådet, äldrelots, seniorkontakt med flera, som presenterar vad de har att erbjuda. Också våra politiker i omsorgsnämnden kommer att vara närvarande och ha en medborgardialog där du har möjligheten att prata direkt med dem.

Du kan inleda eftermiddagen med en god lunch i restaurangen. Öppet hus startar **ca 13:30** med mingel, lotteri och information från våra utställare. De första 100 besökarna får en goodiebag med lite smått och gott. **Klockan 14-14:30** är det dags för Lisa Kaptein Kvist att prata om mental träning. Hur man gör för att må lite bättre och inte fastna i livets fartgupp.

Paus med kaffe och kaka. **Klockan 15-16** får alla njuta av härlig livemusik med piano och sång av Angelica Alm i bästa disco-anda, kanske lockar det till spontandans!

Eftermiddagen avslutas med korv med bröd och måltidsdryck som alla bjuds på.



FIXARTJÄNST

Forenade Care Fixartjänst hjälper dig, som är 69 år eller äldre och bor i Vellinge kommun, med enklare uppgifter i hemmet. Syftet är att förebygga och motverka fall- eller halkolyckor. Det kan vara riskfyllda sysslor som till exempel tunga lyft och att klättra på stegar.

Kostnadsfri hjälp

Fixartjänsten kommer hem till dig och hjälper dig med det du behöver få gjort i max 45 min. per gång. Tjänsten är kostnadsfri, men du får själv stå för eventuella materialkostnader. Du kan få hjälp upp till fyra gånger per år utan avgift.

Fixartjänsten kan hjälpa dig med

- Kontrollera brandvarnare
- Byta proppar och batterier
- Byta glödlampor/lysrör/spotlights/LED
- Hänga upp tavlor
- Sätta upp rullgardiner
- Ta ner och sätta upp gardiner
- Smörja lås och dörrar
- Fästa sladdar
- Halksäkra mattor
- Ge lättare bärhjälp

Du som brukar denna tjänst ansvarar för att det finns tillgång till verktyg och material utefter vad du behöver hjälp med enligt ovan.

Det ingår inte i Fixartjänsten

Arbete som kräver fackkunskap som till exempel elarbeten eller VVS ingår inte. Fixartjänsten har rätt att tacka nej till uppdrag där det finns risk för skada på egendom. Exempel på detta är luftning av element samt att borra i våtutrymmen. Snöskottning, trädgårdsarbete, städning, fönsterputsning, större monteringsarbeten, möbelflytt utanför hemmet ingår inte heller.

I din kommun varannan vecka

För att minska restiden och spara miljön arbetar fixartjänsten eftermiddagar i de norra kommun



delarna under en vecka och i de södra kommundelarna veckan därpå. Ring Fixartjänsten för att få information om när du kan få hjälp. Det är viktigt att din beställning till Fixartjänsten är tydlig, och att ni i förväg kommer överens om vad som ska göras.

Du kan köpa extratjänster

Om du vill ha ovanstående hjälp fler än fyra gånger under året kan du köpa det som extratjänst av Fixartjänsten. Tjänsterna räknas som hushållsnära tjänster och är skattereducerade, så kallat RUT-avdrag.

Kontakt

Välkommen att kontakta Fixartjänsten:
Telefon 0790-66 24 95, vardagar kl. 14.30-15.30.
E-post: jacobl@forenedecare.se

I Vellinge kommun driver Forenade Care:

- Hemtjänst och hemsjukvård
- Hälso- och sjukvård inom kommunens ansvarsområde
- Servicehus Almgården, Bäckagården och Postgården med aktivitetscentra och restauranger
- Vård- och omsorgsboende Omtankens hus, Postiljonen och Månstorps Ängar
- Dagverksamheter
- Personlig assistans, ledsagarservice och avlösarservice

Forenade Care är del i den familjeägda Forenade koncernen som består av två affärsområden, Care och Service fördelat på fyra bolag. Forenade Care är verksamt inom vård och omsorg, personlig assistans, hälso- och sjukvård, socialt boende och måltidsservice. www.forenedecare.se

Anmälan till våra
aktiviteter och eventuell
biljettförsäljning görs
helgfri måndag till fredag
9.00 – 15.00

Tack 😊 / Åsa & Linda



VILL DU FÖLJA MED PÅ EN CYKELTUR?

Vi som vill ta med dig ut på en cykeltur är volontärer i en ideell organisation som heter Cykling utan ålder. Genom våra cykelturer vill vi bjuda dig som är äldre på en skön runda med frisk luft och nya intryck.

Tycker du att det här låter trevligt och vill åka med oss ut? Prata med din kontaktperson i hemtjänsten, din seniorkontakt eller ring till Linda eller Åsa (0709-91 52 93) som är aktivitetsansvariga på Almgården och be att få boka in en provtur.

Första gången vi ses kan vi ta en lite kortare tur så att du får känna hur det känns att åka cykeltaxi, därefter kan du i lugn och ro fundera på om du vill följa med fler gånger. Cykelturen är gratis.

Vill du eller någon anhörig veta mer om Cykling utan ålder så har vi en hemsida, cyklingutanalder.se, där man kan läsa mer om vår verksamhet.

Vellinge kommun har köpt in cyklar som möjliggjort det här projektet tillsammans med Förenade Care och Cykling utan ålder.



Välkommen att följa med oss ut!



Underhållning

Anna Brodde



Hon sjunger och spelar i restaurangen

10 JULI kl 14.00

Ingen föranmälan

 **Forenade**
Care

PRO – cirklar på Almgården Startar upp till hösten igen

Måndagar:

Kl. 10.00 Vellinge nu & Då Roger Gottfridsson 0706-724236

Tisdagar:

kl. 10.00 Litteratur Ann-Britt Larsson 0709-490828
kl. 9.00 Lappsömnad Karin Larsson 040-420042

Onsdagar:

Kl. 14.30 Kör Marianne Friberg 0708-136547

SPF – cirklar på Almgården

Måndagar:

Kl. 13.00 Gin Rummy Inger Nilsson 0705-22 05 27

Tisdagar:

Kl.10.00 Målarglädje Marja Skog 0727-33 00 57
Kl.13.30 Litteratur Eva Karlsson, 0707 45 55 58

Onsdagar:

Kl.13.00 Priffe Jan-Åke Petrici 0706-582266

Torsdagar:

Kl.13.00 Släktforskning -jämna veckor Arne Nilsson 070 33 55 329

Kl.13.30 Litteratur Eva Karlsson 0707-45 55 58

Kl.14.00 Canasta Birgitta Nilsson 073-695 09 86

Inbjudan anhörigutbildning hösten 2024



Har Du en närstående med minnessvikt eller demenssjukdom? – då är Du välkommen till en utbildningsserie där du får veta mer om:

Första tillfället, Olika demenssjukdomar – symtom, utredning och behandling

Andra tillfället, Bemötande och förhållningssätt, del 1

Tredje tillfället, Fortsättning bemötande och förhållningssätt, del 2.

Anhörigstödjare informerar om kommande anhörigstöd samt information om grupper för personer drabbade av demenssjukdom

Utbildningen är i en serie på tre delar och du kan välja att gå på kvällstid på Postgården i Höllviken eller på dagtid på Almgården i Vellinge.

Datum för träffar på Almgården: 17/10, 7/11, 21/11 – tid kl.10 – 11.30

Plats: Almgårdens mötesplats, Länsmansgatan 1, Vellinge

Datum för träffar på Postgården: 8/10, 22/10, 5/11 – tid kl.17.00 – 18.30

Plats: Bäckagårdens mötesplats, Videholms allé 3, Höllviken

Vi bjuder på fika och ingen föranmälan krävs!

Välkomna!

Barbro Carlsson
Silviasyster
Forenede Care AB
Tel: 0700 -19 17 83

Paula Odén och Anna Hadelöv
Anhörigstödjare
Forenede Care AB, Bäckagården
Tel: 0739 – 01 55 15

Ann Ögge
Demenssjuksköterska
Forenede Care AB
Tel: 040-635 47 47

Linda Augustsson
Anhörigstödjare
Forenede Care AB, Almgården
Tel: 0709 – 91 52 93

Linda Svedberg
Anhörigstödjare
Forenede Care AB, Postgården
040-42 54 67

FREDAX

Har uppehåll över sommaren.



PRO i samarbete med ABF sydv. Skåne, Forenede Care, Lion's ICA Kvantum och Byablomman





Katarina Ekberg

Tf biträdande verksamhetschef

0739-015713



Jacob Lindquist

Vardagar: 15.00 – 16.00

Fixartjänsten: 0790-66 24 95

Aktivitetsansvariga/Anhörigstödjare



På plats;
Mån - Fre. 08.00-16.00

0709-91 52 93
asaand@forenedecare.se
linagu@forenedecare.se

Linda Augustsson
Åsa Andersson

Gruppledare

telefontid: 11:00-12:00



Nina Laneryd

Gruppledare för städpersonalen och Trygghemgång

040- 42 59 79



Jesper Björkqvist

Gruppledare för dagpersonalen och demensteamet

040-42 53 03



Rickard Wiedevilt

Gruppledare för kvällspersonalen

040-42 53 04



Tina Andersson

Gruppledare för dagpersonalen

040-42 53 05

Receptionen 040-42 50 99
(om ingen svarar så var vänliga att prata in på telefonsvararen)

Verksamhetschef
Patricia Johansson 040-42 50 98

Biträdande verksamhetschef
Katarina Ekberg 0739-015713

Aktivitetsansvariga/
Anhörigstödjare 0709-91 52 93
Linda Augustsson & Åsa Andersson

Gruppledare telefontid: 11:00-12:00
Rickard Wiedevilt 040-42 53 04

Nina Laneryd 040- 42 59 79

Jesper Björkqvist 040-42 53 03

Tina Andersson 040-42 53 05

Hemtjänst 040-42 52 77
7:30–23:00 obemannad, telefon lyssnas av kontinuerligt

Vellinge direkt 040-42 50 00

Anne Eriksson - Köket 040-42 52 93

Felanmälan ISS 040-42 00 62

Telefontid mån-fred. 10.00 – 12.00
Akuta ärende, t.ex. vattenläcka 040 - 644 6040
Fixartjänst FC vardagar 10.00-14.00 0790-66 24 95