

Almbladet

September 2025



Almgårdens aktivitetshus i Vellinge

En öppen social mötesplats där alla är välkomna

Hej på Er allesammans!

Hoppas att Ni har haft en skön sommar. Själv är jag tillbaka från semestern, jag känner mig motiverad och inspirerad inför hösten vi har framför oss.

Jag hoppas på många besökare till våra aktivitetshus. Har Du någon aktivitet, som just du skulle vilja finnas på Almgården. Kom in eller ring, så kan vi kanske planera in den i höst.

Det kommer i höst/vinter bli lite olika aktiviteter som t. ex utflykter, modevisning, föreläsningar, musik och underhållning, trivselmiddag, luciatåg, danskurs på kvällstid, onsdagsmys, nobelmiddag med dans samt en danskväll med Dinos orkester i december.

Plus att vi har våra stående aktiviteter som balansträning, sittgymnastik, fredax, gemenskapsgruppen, då var och en gör vad de tycker är roligt. Det kan vara från att måla till att virka, sy, sticka eller bara sitta med och känna gemenskapen. Känner du för att komma på någon av aktiviteterna, men det känns kanske lite ensamt första gången. Ring mig! så möter jag upp dig på Almgården. Så kan jag visa runt dig och ser till att du kommer in i vår härliga gemenskap.

Vi ses på Almgården!

Hälsningar Linda, Aktivitetsansvarig

Tele: 0709-91 52 93 linagu@forenedecare.se



Aktiviteter i September (med reservation för ändringar)

VECKA 36

Måndag 1/9:

- | | |
|-------|--|
| 11.00 | Balansträning |
| 14.00 | Filmvisning: Vi tittar på filmen: Kärleken fårever |

Tisdag 2/9:

- | | |
|-------|----------------------------|
| 10.00 | Högläsning med Ella-Britta |
| 14.00 | Damklubb I |

Onsdag 3/9:

- | | |
|-------------|----------------------------------|
| 9.00 | Frukostklubben |
| 10.00-12.00 | Digicenter individuellt, drop in |
| 14.00 | Korvgrillning- Anmäl dig |

Torsdag 4/9:

- | | |
|-------|-----------------------------|
| 10.30 | Formtoppen Lisa´s Sittgympa |
|-------|-----------------------------|
- Linda är på utbildning på förmiddagen
- | | |
|-------------|------------------|
| 14.00-16.00 | Vi skapar i lera |
|-------------|------------------|

Fredag 5/9:

- | | |
|-------|--|
| 10.00 | Gemenskapsgruppen |
| 13.30 | Vi spelar Boule på innegården, efteråt gemensam fika |

VECKA 37

Måndag 8/9:

LINDA ÄR PÅ UTFLYKT HELA DAGEN

14.30

Nils och Johan underhåller i restaurangen

Tisdag 9/9:

10.00

Högläsning med Ella-Britta

11.00-12.00

Tro och Tradition med Therése Andersson Skarin

14.00

Damklubb 2

Onsdag 10/9:

9.00

Frukostklubben

Linda är på utbildning efter lunch!

Torsdag 11/9:

10.30

Formtoppen Lisa's Sittgympa

14.00-16.00

Skapa i lera

Fredag 12/9:

10.00

Gemenskap och pysselgrupp

15.00

Fredax

VECKA 38

Måndag 15/9:

11.00 Balansträning

14.30 Bingo!

Tisdag 16/9

10.00 Högläsning med Ella-Britta

14.00 Herrklubben

Onsdag 17/9: **Öppethus på Bäckagården**

09.00 Frukostklubben på egenhand

Torsdag 18/9: **Öppethus på Postgården**

Ingen Gympa idag eftersom Lisa är och håller föredrag på postgården.

14.00 Kortspel- Plump egenhand

Fredag 19/9: **Öppet hus på Almgården,**

se mer info i bladet

VECKA 39

Måndag 22/9:

- | | |
|-------|-------------------------------|
| 11.00 | Balansträning |
| 15.00 | Föredrag - beredskap se info. |

Tisdag 23/9:

- | | |
|-------|----------------------------|
| 10.00 | Högläsning med Ella-Britta |
| 14.00 | Damklubb I |

Onsdag 24/9:

- | | |
|-------------|------------------------------|
| 09.00 | Frukostklubben |
| 10.00-12.00 | digi individuellt – drop in! |
| 13.00-14.30 | Anhörigstöd |

Torsdag 25/9:

- | | |
|-------|-----------------------------|
| 10.30 | Formtoppen Lisa´s sittgympa |
|-------|-----------------------------|
- Linda är på utbildning på förmiddagen
- | | |
|-------------|------------------------|
| 14.00-16.00 | Vi skapar i lera |
| 17.00-18.30 | Anhörigstödsutbildning |

Fredag 26/9:

- | | |
|-------|-------------------|
| 10.00 | Gemenskapsgruppen |
| 15.00 | Fredax |

VECKA 40

Måndag 29/9:

- 11.00 Balansträning
- 15.00 Kaj kommer och berättar om gamla Vellinge,
visar filmer och bilder.

Tisdag 30/9:

- 10.00 Högläsning med Ella-Britta
- 14.00 Damklubb 2

ALLA AKTIVITETER ÄR MED RESERVATION FÖR ÄNDRINGAR

Vill du att vi skickar Almbladet digitalt till dig varje månad?

Skicka ett mejl till linagu@forenedecare.se

så lägger vi till dig i våra utskick



Följ oss gärna på Instagram
forenedecare_almgarden



8 september



Johan & Nils

**Kommer att ha en opera-
underhållning i restaurangen
kl 14.30.**

Välkomna!

FILM VISNING

Kärleken fårever 1/9



Svensk rolig Komedi,

Med bland annat,

**Kjell Bergqvist,
Clas Malmberg och
Barbro "Babben" Larsson**

Jag är Zlatan 8/9



**Film om Zlatan's
framgång**

Vill du vara med och skapa i lera

En rolig och avkopplande aktivitet



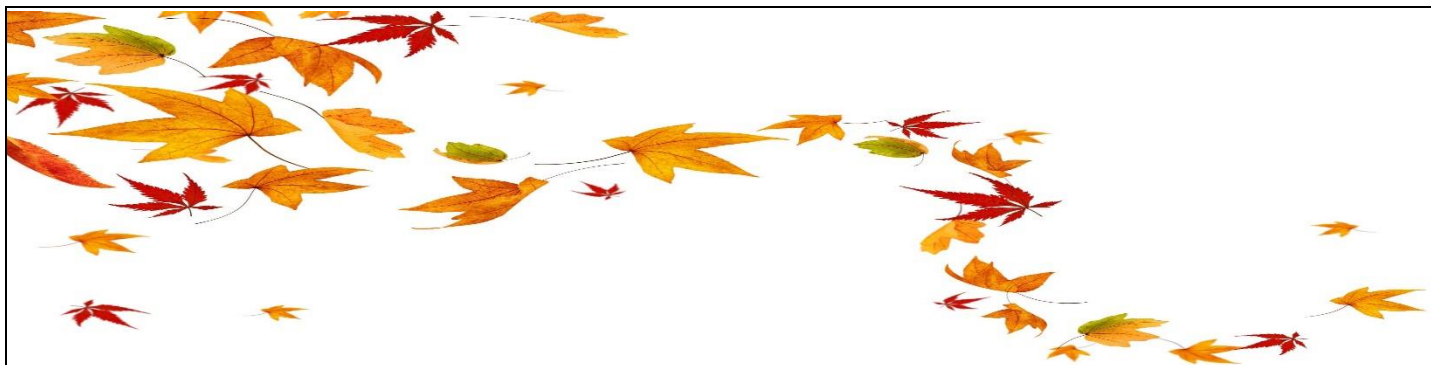
Torsdag **4** september **14-16**

Torsdag **11** september **14-16**

Torsdag **25** september **14-16**

Anmäl dig innan

Så jag vet hur mycket lera som går åt.



Nu när hösten kommer smygande, kan det kännas mysigt att få krypa ihop i soffan och lyssna på en spännande bok.

**Högläsning med vår
volontär Ella-Britta!**

Tisdagar kl 10.00



MODEVISNING

På Almgården den 6 oktober med
SENIORSHOPEN

Efter modevisningen sker försäljning.

Tid: 16.00

Ost och skinkpaj med grönsallad
vatten/läsk/lättöl samt kaffe och liten kaka.
Starköl & vin finns att köpa.

Pris: 180 kr

Biljetter med vinstchanser i vårt lotteri
köps på Almgården fram till den
29 september

Linda



Inbjudan anhörigutbildning hösten 2025



Önskar du veta mer om minnessvikt och demenssjukdomar – 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.

Anhörigstödare 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 Almgården i Vellinge eller på dagtid på Bäckagården i Skanör. Utbildningen hålls av Demenssjuksköterska och Silvia syster.

Datum för träffar på Almgården: 25/9, 9/10, 30/10 – tid kl.17.00 – 18.30

Plats: Almgårdens mötesplats, Länsmansgatan 1, Vellinge

Datum för träffar på Bäckagården: 24/9, 7/10, 27/10 – tid kl.10.00 – 11.30

Plats: Bäckagårdens mötesplats, Nyvångsvägen 1, Skanör

Vi bjuder på fika och ingen föranmälan krävs!

Välkomna!

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

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

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

Linda Augustsson
Anhörigstödare
Forenade Care AB, Almgården
Tel: 0709 – 91 52 93

Marie-Louise Hedlund
Arbetsterapeut
Forenade Care AB
040-425727

Linda Svedberg
Anhörigstödare
Forenade Care AB, Postgården
0733-336203



Anhörigstödsgrupp på Almgården

Hösten 2025



Vi vill gärna veta om du är intresserad av att vara med i en samtalsgrupp i höst här på Almgården i Vellinge.

På dessa träffar kommer du att få möjligheten att samtala med andra i liknande situationer, byta erfarenheter och få möjlighet att knyta nya kontakter, samtidigt som vi anhörigstödjare finns med för att ge er råd och stöd.

Är du intresserad av att vara med i en grupp under hösten? Hör av dig till oss, på telefon eller mail. Vi träffas på Almgården 13.00 – 14.30 en gång i månaden med start i september.

24 sept 13.00-14.30

29 okt 13.00-14.30

26 nov 13.00-14.30

17 dec 13.00-14.30

linagu@forenedecare.se eller telefon 0709-915293

Vi ser fram emot att träffa just Dig och att få ha många givande diskussioner med gruppen.



Välkomna!

Linda Augustsson & Paula Odén

Anhörigstödjare

Almgårdens servicehus, Länsmansgatan



Det goda samtalet

Nu är det äntligen dags att ses igen efter vårt sommaruppehåll!

den 1 september

kl. 13.00 på Almgården



Gamla som nya deltagare är varmt välkomna att inleda hösten med kaffe, prat och skratt.



Vi börjar med en liten runda där vi berättar om hur sommaren varit. Ta gärna med ett foto, en berättelse eller ett minne från din sommar.

Jag ser så mycket fram emot att träffa er igen! Ett stort tack till Feedbackakademin som sponsrar oss med fika



Varma hälsningar
från Eva



Eventuell biljettförsäljning, till aktiviteterna görs helgfri måndag till fredag

8.00 – 16.00

Aktivitetsansvarig/Anhörigstödjare



Linda Augustsson

Endast kontant betalning

Tele: 0709-91 52 93 linagu@forenedecare.se



15 september

6 omgångar

65 kronor

Föranmälan



Onsdags café på omtankenshus

Vill du träffa nya vänner och skapa en härlig gemenskap!

Välkommen till Onsdagscafét på Omtankenshus under ledning av Lina Andersson ifrån Forenede Care.

Det kommer att bli ett varierande program under de olika tillfällena. Kaffe och kaka finns att köpa.

Vi träffas kl 14-16 i restaurangen

Hjärtligt välkomna önskar: Lina

INGET CAFÈ den **5 november**, då det är matträffen!





Är du intresserad av att spela biljard här på Almgården. Kom in eller ring och boka tid och dag.

Linda 0709-915293

Välkommen till vår trevliga pyssel och gemenskapsgrupp.



Varje fredag kl 10.00-11.30

**Var och en gör vad den vill,
går bra att bara sitta med.**



 **Forenede**
Care



Vecka 39 är det beredskapsveckan i hela landet.

Måndag 22 september kommer Nils-Bertil Persson han tillhör både Civilförsvarsförbundet och Frivilliga Radio organisationen (FRO) som är två av våra 18 frivilligorganisationer. Hans föredrag om hemberedskap fokuserar på just HEM-beredskap. Han kommer att ge praktiska tips och råd om hur man bäst kan förbereda sig hemma om en större kris av något slag inträffar t ex ett omfattande strömavbrott. Han kommer att förevisa en del produkter som man kan införskaffa för en ganska billig peng och på så vis klara sig utan samhällets stöd under minst 7 dygn. Föredraget varar ca 1 – 1,5 timme.

Klockan 15.00 i restaurangen

Välkomna!



Kära berättarvänner

En rad olyckliga händelser medförde att jag inte kunde närvara vid senaste träffen. Hoppas ni ursäktar! Jag var dock glad att så många infann sig och har förstått att berättaren – kommendörkapten Lennart Lindén – upplevdes som en bra berättare.

Nu är det dags igen - **den 6:e Oktober 2025 kl. 14.00-16.00** - träffas vi på nytt i rum 3 här på Almgården. Denna gång kommer en annan berättare –

Henry Nilsson – från Eslöv. Han tillsammans med framlidna hustrun Vera har hållit på med berättande i minst 40 år och anordnar återkommande berättarträffar på Eslövs Folkhögskola, där caféet fått sitt namn till minne av just hustrun Vera. Henry och Vera har deltagit i många seminarier som anordnats av Berättarnätet i Sverige och där fått flera utmärkelser.

Själv kommer jag att inleda med en berättelse om en spännande händelse från min tid i flygvapnet.

Jag hoppas att det bland er deltagare finns några som själva vill berätta om något som de upplevt som intressant, spännande, märkligt eller vad det nu kan vara. Många har ju ett rikt liv bakom sig och måste vara fulla av historier och händelser, som vi andra tycker skulle vara intressant och kul att lyssna till. Var inte blyga – träd fram!

Jag har skrivit ner några regler som är nödvändiga för berättandet:

- 1 Berättaren äger sin berättelse. Fråga aldrig om den var sann eller falsk!
- 2 Avbryt *inte* under berättandet!
- 3 Vill du ställa frågor – gör det efter att berättaren har avslutat sin berättelse och då bara om det är något som är oklart!
- 4 Sedan är det fritt fram att skratta eller gråta beroende på berättelsens karaktär.

Välkomna och glöm inte att notera datum och tid för vår träff!

Claes Björkman

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 070-99152 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.



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 kommunal varannan vecka

För att minska restiden och spara miljöarbetar 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@forenedeare.se

I Vellinge kommun driver Forenade Care:

- Hemtjänst och hemsjukvård
- Hälso- och sjukvård inom kommunens ansvarsområde
- Servicehus Almgården, Bäckgården 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.forenedeare.se

Almgårdens kök & restaurang

Välkommen att äta en hemlagad god lunch
Även för avhämtning!

Lunch 77 kr för pensionär
815 kr för kuponghäfte med 11 st.

Lunch 85 kr för icke pensionär
900 kr för kuponghäfte med 11 st.

Dessert 11 kr

Restaurangen är öppen måndag-söndag kl. 8-15, lunch kl. 11.30-14.00

Telefonnummer till köket 040-42 52 93

Restaurangen erbjuder även catering



Aktivitetsscheck erbjudande ForenedeCare

I år kommer vi ha följande aktiviteter där du kan använda dina aktivitetscheckar som betalning:

- **Bussresa - Shopping i Ullared 3 november – 295 kr.**
Anmälan öppnar 1 september
- **Nobelmiddag med underhållning på aktivitetshuset pris 600 kr**
Bäckgården och Almgården 10 december
Postgården 11 december
Anmälan öppnar 31 oktober

Mer information kommer i månadsbladen en månad innan anmälan öppnas



Välkomna!

Linda A, Anna & Paula, Linda S

Almgården, Bäckgården, Postgården



Kom till Almgården!

Är du senior, kom och testa modern Contemporary dans.

Det är kanske något för dig. Det är aldrig försent att lära sig något nytt.

Vi dansar i 1,5 timme, inklusive drickpauser.

Kom i sköna skor och i mjuka kläder. Ta gärna med en vattenflaska.

Torsdagen den 23 oktober kl 17.00-18.30 startar vi upp.

Syftet med dansen är att bli mjuk i kroppen,

att få bättre styrka i musklerna samt träna upp balansen.

Sist men inte minst, att vi får en bra gemenskap och ett teamwork och att vi kanske får lite goda skratt tillsammans.

De som håller i denna aktivitet är Samir och Linda.

Vid intresse kom inom eller ring Linda/ aktivitetsansvarig.

Tele: 070- 991 52 93

OBS! aktiviteten är gratis

DU ÄR INBJUDEN TILL

WHITE PARTY



Öppet hus

17/9 BÄCKAGÅRDEN

18/9 POSTGÅRDEN

19/9 ALMGÅRDEN

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

- 17 september Bäckagården
- 18 september Postgården
- 19 september Almgården

Öppet hus handlar om hälsofrämjande information för ett aktivt liv med god hälsa. I år fokuserar vi på god munhälsa och temat är White Party! Vi bjuder alla på ett glas alkoholfritt bubbel och vill man spinna vidare på temat får man gärna vara vitklädd.

Vellinge kommun kommer tillsammans med Forenede Care visa vilken service som erbjuds våra kommuninvånare. Vi har pensionärsföreningar, bibliotek, apotek, 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 de tillsammans med omsorgsavdelningen svarar på era frågor.

Klockan 10:30 börjar vi. De första 100 besökarna få en goodiebag med lite smått och gott.

Klockan 11 -11:30 pratar Lisa Kaptein Kvist kring ämnet - Oroa mindre, njut mer. Verktyg och lösningar för att må bättre.

Klockan 12 - 14 har man möjlighet att äta en god lunch i restaurangen och mingla bland utställarna som är här hela eftermiddagen.

Klockan 14 -14:30 är det dags att lyssna på senaste rönen när det gäller munhälsa.

Här kan vi ta en paus med kaffe och kaka.

Klockan 15 - 16 njuter vi av härlig livemusik med Samira Alm.

Shopping i Ullared, 1 dag



Shoppingsugen? – Samla gänget och förena nytta med nöje tillsammans på det berömda lågprisvaruhuset Gekås i Ullared!

Program

Efter upphämtning kör vi mot Ullared och det berömda lågprisvaruhuset Gekås. Här hittar vi allt som behövs i vardagen och som sätter guldkant på tillvaron. I varuhuset finns hela 21 avdelningar fördelat på fyra våningsplan. Hela varuhusytan är 40 000 m² vilket motsvarar 7 fotbollsplaner.

Strosa runt på egen hand och passa även på att köpa en god fika eller lunch i eller utanför varuhuset. Efter cirka 6 timmar samlas vi åter i bussen och gör oss redo för hemfärd. Med trötta ben och säkert många fynd i bagaget, tar vi farväl på hemorten igen.

I priset ingår:

- Bussresa i modern turistbuss, Ullared tur & retur
- Möjlighet till ca 6 timmars shopping i Ullared

Avresa: 3 november 2025

Pris: 295: -/person
(KONTANT /AKTIVITETSCHECK)

Påstigningsplatser:

Bäckagården, kl. 07.00

Postgården, kl 07:15

Almgården, kl 07:30

Minimum 35 personer

**Med reservation för feltryck och ändringar!*

**Forenede Care – Anmäl er till Paula eller Anna 0739-015515, Linda A 0709-915293,
eller Linda S 0733-336203 senast 2025-10-01**



• 044 – 12 40 65



TRAVEL

• 040 – 630 01 08

Gissa staden, lite hjärngympa

Storböld - Varberg

Timmerö -

Fågelskyddfjorden

Insektshona -

Våt omfamning -

Penningbrygga -

Låt ort -

Flodmat -

vecka 36 1 september – 7 september

Måndag 1 september

Middag: Blomkålsgratäng med stekt fläsk, potatis

Alternativ: Mustig linssoppa, bröd, pannkaka

Tisdag 2 september

Middag: Kokt fiskfilé med ägg och persiljesås, potatis, grönsaker

Alternativ: Chili con carne med ris, grönsaker

Onsdag 3 september

Middag: Kålpudding med sås, potatis, grönsaker

Alternativ: Vårrullar med sötsursås, ris

Torsdag 4 september

Middag: Högsbosoppa med rotfrukter, strimlad rökt skinka, ostkaka

Alternativ: Köttgryta med tagliatelle, grönsaker

Fredag 5 september

Middag: Kycklingfilé i gorgonzolasås, klyftpotatis, grönsaker

Alternativ: Bakad potatis med Skagenröra, sallad

Lördag 6 september

Middag: Sprödbakad fiskfilé med dillmajonnäs, potatis, grönsaker

Alternativ: Bakad potatis med Skagenröra, sallad

Söndag 7 september

Middag: Kötlettradar med champinjonsås, potatis, grönsaker

Alternativ: Bakad potatis med Skagenröra, sallad

vecka 37 8 september – 14 september

Måndag 8 september

Middag: Isterband med dillstuvad potatis, grönsaker

Alternativ: Pasta carbonara, grönsaker

Tisdag 9 september

Middag: Stekt sill med potatismos, skirat smör, ärtor

Alternativ: Pannkaksrulle med köttfärsfyllning, grönsaker

Onsdag 10 september

Middag: Köttfärslimpa med sås, potatis, grönsaker

Alternativ: Stuvad spenat med stekt prinskorv, ägghalva, potatis

Torsdag 11 september

Middag: Ärtsoppa med rimmad fläskbög, pannkaka

Alternativ: Lasagne, sallad

Fredag 12 september

Middag: Fiskgratäng med potatismos, grönsaker

Alternativ: Kycklinggryta med curry, ris och grönsaker

Lördag 13 september

Middag: Kåldolmar med sås, potatis och grönsaker
Alternativ: Ost och skink paj med crème fraiche, sallad

Söndag 14 september

Middag: Skånsk kalops med potatis, grönsaker
Alternativ: Ost och skink paj med crème fraiche, sallad

vecka 38 15 september – 21 september

Måndag 15 september

Middag: Korv Stroganoff med ris, grönsaker
Alternativ: Fläskpannkaka, grönsaker

Tisdag 16 september

Middag: Sprödbakad fisk med tartarsås, potatis och grönsaker
Alternativ: Mexikansk pastapytt med salsa

Onsdag 17 september

Middag: Falsk snitsel (panerat fläsk) med sås, potatis, grönsaker
Alternativ: Raggmunkar med crème fraiche , räkor, lök, sallad

Torsdag 18 september

Middag: Gulaschsoppa med crème fraiche, paj med vaniljsås
Alternativ: Bratwurst med skånsk potatis

Fredag 19 september ÖPPET HUS

Middag: Dansk fläskesteg med sås, potatis och rödkål
Alternativ: Pastrami med potatissallad, pickles och rostad lök

Lördag 20 september

Middag: Köttfärslimpa med champinjonsås, potatis, grönsaker
Alternativ: Janssons frestelse med ägghalva

Söndag 21 september

Middag: Skinkstek a la orange, potatis och roffruktsgatäng, grönsaker
Alternativ: Janssons frestelse med ägghalva

vecka 39 22 september – 28 september

Måndag 22 september

Middag: Kokt falukorv med pepparrotssås, potatis och grönsaker
Alternativ: Jambalaya med stekt ägg

Tisdag 23 september

Middag: Kokt fiskfilé med skånsk senapssås, potatis och grönsaker
Alternativ: Thai kyckling med kokosmjölk, ris

Onsdag 24 september

Middag: Köttbullar med sås, potatis, grönsaker
Alternativ: Kycklingklubba med fransk potatissallad

Torsdag 25 september

Middag: Ärtsoppa med rimmad fläskbög, pannkaka
Alternativ: Kasslergratäng Hawaii med ris, grönsaker

Fredag 26 september

Middag: Schnitzel med sås, potatis och örter

Alternativ: Chicken a la King med ris, grönsaker

Lördag 27 september

Middag: Biff a la Lindström med sås, potatis, grönsak

Alternativ: Matjessill med ägghalva, gräddfil, gräslök, kokt potatis

Söndag 28 september

Middag: Rimmad oxbringa med pepparrotssås, potatis och grönsak

Alternativ: Matjessill med ägghalva, gräddfil, gräslök, kokt potatis

Vecka 40 29 september – 30 september

Måndag 29 september

Middag: Bräckt falukorv med stuvad vitkål, potatis

Alternativ: Flygande Jacob(innehåller jordnötter) med ris, grönsaker

Tisdag 30 september

Middag: Broccoligratinerad fiskfilé med ostsås och potatismos

Alternativ: Mexikansk pastagrätning, salsa

Vegetariskt finns att få!

Allergi? Fråga gärna oss om matens innehåll!

Med reservation för ändring!

Vill du träffa nya vänner och ha kul tillsammans? Vi vill gärna bli fler och ser fram emot att träffa dig!

När och var? Vi träffas varje vecka **kl. 13.30** på olika platser. Du är alltid varmt välkommen att bara dyka upp! Vi ses även den 5:e tisdagen i månaden på **Smörrebrödsbutiken** samt den 5:e onsdagen på **MIMMAS** Stortorget 17, Vellinge

Hitta oss! För att du lättare ska känna igen oss, finns detta blad på bordet där vi sitter. Ibland har

Året runt! Vi tar inga uppehåll för sommar eller jul – vi vill träffas och ha roligt tillsammans året om! Kom och bli en del av vår härliga gemenskap. Vi ser fram emot att träffa dig!

VELLINGE

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

HÖLLVIKEN-SKANÖR/FALSTERBO

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

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

3:e TISDAGEN i månaden på **Smörrebrödsbutiken** Polisvägen 5, Höllviken

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

Alla är välkomna!

Med vänlig hälsning **Ella-Britta, Gerd & Gunilla**

Samt Seniorkontakt Maria & Jannica & Äldre- och Anhöriglots Pernilla



Lämning av Trygghetslarm och hjälpmedel:

Vardagar, helgfria dagar mellan 08.00-16.00

Återlämning av **Trygghetslarm**, ring **040-425099**, så möter någon ifrån hemtjänsten upp dig på Almgården.

Både larmdosa och larmklocka ska återlämnas. Saknas något av detta så debiteras du en kostnad enligt aktuella avgifter för vård och omsorg.

Hjälpmedel lämnas i hjälpmedelsförrådet på Perstorpsgatan. (Det ligger vid Willy's i Vellinge). Samt lägger blankett återlämning av hjälpmedel, i brevlådan som finns i hjälpmedelsförrådet

Gruppledarna i hemtjänsten har telefontid mellan

11.00-12.00 Vardagar, samt Onsdagar **16.00-17.00**

Nina Laneryd Gruppledare för städpersonalen och Trygghemgång

040- 42 59 79

Tina Andersson Gruppledare för dagpersonalen och kvällspersonal

040-42 53 05



Seniorkontakt

Maria Ahlinder och Jannica Thelin är anställda av Vellinge kommun och deras uppdrag är att hjälpa och stödja dig till samvaro.





Seniorkontakt

Att göra en gemensam aktivitet kan göra stor skillnad i vardagen. Senior-kontakterna stödjer och motiverar äldre kommuninvånare att komma ut i en mer långsiktig samvaro.

Våra seniorkontakter är anställda av Vellinge kommun och deras uppdrag är att hjälpa och stödja dig till samvaro. Man lär känna varandra och sedan är tanken att seniorkontakten introducerar verksamheterna på aktivitetshusen, visar pensionärsföreningarnas utbud och annat du är intresserad av.

Hur kontaktar jag seniorkontakterna?

Antingen ringer du själv eller så ber du hemtjänsten eller en närstående att ringa Vellinge Direkt 040-42 50 00

Frukostklubben onsdagar 9.00



Anmäl er senast dagen innan till Linda

FREDAX

Klockan 15.00

12 september Conny Hedin

19 september Öppet hus

26 september 7 up



Inomhus boule

Omtankens hus i restaurangen
med Yousef

Fredagar varannan vecka, Jämna
veckor kl. 14.00

Jämna veckor.



Varmt välkomna!



Övrig information:

Från och med den 1 september kommer Paula ifrån Bäckagården, vara hos mig Onsdagar och fredagar på Almgården.



Tisdagen den 7 oktober kommer det att börjas måla i restaurangen. De skall börja i hörnrestaurangen och när de är klara med den så börjar de i andra delen av restaurangen. Man kommer att kunna äta i restaurangen ändå, vi ändra om efter hand. Det kommer att vara lite rörigt under en två veckors period. Under denna tid kommer det inte vara någon fredax.

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
Linda Augustsson 0709-91 52 93

Gruppledare telefontid: 11:00-12:00

Nina Laneryd 040- 42 59 79

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 14.30-15.30 0790-66 24 95