

Höst i Sverige omfattar framförallt september till november och markerar övergången från sommar till vinter. Flyttfågarna flyttar söderut och många djur går i ide. Hösten kännetecknas också av att skolorna börjar igen. I framförallt det gamla bondesamhället var hösten en skördetid. Vanliga aktiviteter är bland annat svampplockning och älgjakt. På sportfronten innebär hösten att säsongen avslutas för flera sommarsporter, medan vintersportsäsongen drar igång. Numera går ofta säsongerna in i varandra. Flera större löpartävlingar, som Lidingöloppet och Tjejmilen, samt orienteringstävlingar avgörs om hösten, och många skolor har idrotts- och friluftsdagar i skogen. En period av klara, soliga, höstdagar kallas för brittsommar.



 **Forenede**  
Care  
***MÅNADSBREV***  
***SEPTEMBER 2026***



***Månadens blomma är aster!***



## ÄPPLETS DAG!

25 september



## STORT GRATTIS !

Till

Karl-Erik 5/9

Inger 29/9

Christer S. 30/9



## ANDAKT!

Torsdag 3 september 14.00

På våra aktivitetshus Almgården, Bäckagården och Postgården kan du som hjälper någon som har en demenssjukdom, är äldre eller är långvarigt sjuk få anhörigstöd. Stödet är kostnadsfritt och öppet för dig som känner att du har behov av det. Du kan vända dig till vilket aktivitetshus du vill oavsett var i kommunen du bor.

**Råd och stöd:** Du kan boka tid för enskilda råd- och stödsamtal. Då ges du möjlighet att prata med någon utomstående, som lyssnar på dig och kan ge dig stöd i din situation.

**Föreläsningar, informationsträffar och utbildningar:** Aktivitetshusen anordnar olika föreläsningar, informationsträffar och utbildningar med olika teman.

Mer information om de aktiviteter som anordnas för anhöriga kan du få genom att kontakta någon av nedanstående.

Paula Odén och Anna Hadelöv, anhörigstödjare,  
Bäckagården, 0739-015515

Åsa Andersson och Linda Augustsson, anhörigstödjare  
Almgården, 0709-915293

Linda Svedberg, Anhörigstödjare,  
Postgården, 040-425467

## Välkommen till öppet hus!

Onsdag 30 september

Kl. 13.30

Välkommen till oss, på eftermiddagsfika, tillsammans med gäster och personal i dagverksamheten.

Här får du möjlighet att samtala och utbyta erfarenheter med andra anhöriga.

Vänligen meddela om du kommer på telefonnummer: 0739-015719

eller mejla:

marieo@forenedecare.se eller linisb@forenede.microsoft.com

Bilder från öppet hus 18 augusti



Sommaren har bjudit på många härliga dagar och vi har varit mycket utomhus och haft det trevligt tillsammans.

Vi har promenerat, lyssnat på musik, druckit kaffe, samtalat och haft det bra, i vår fina trädgård.

Vi hoppas på många sköna höstdagar och stor skörd av både Aroma och Mio, så vi kan baka många äpplekakor, koka äpplemos och göra must.





Vi äter lunch och dessert varje dag ca. 12.30 i vår fina restaurang. Det är mycket uppskattat med miljöombytet och att kunna välja sin mat från buffén. Det finns även en salladsbuffé. Alternativ finns för de som önskar detta i stället för dagens lunch.

#### Alternativ:

Vecka 36: Raggmunkar med stekt fläsk och lingon

Vecka 37: Gulaschsoppa med bröd

Vecka 38: Chiligratinerad kassler med potatis

Vecka 39: Äggakaka med stekt fläsk och lingon

## ÄPPLETS DAG 25 SEPTEMBER!

Äpplets dag uppmärksammar vi, med att tillsammans plocka äpple och baka en god äpplekaka, som vi avnjuter till eftermiddagskaffet.

Äpplets dag instiftades av Riksförbundet Svensk Trädgård för att öka intresset för svenska äpplen och lyfta fram värdet av att odla och använda lokala fruktsorter. Dagen syftar till att sprida kunskap om äpplens stora betydelse i svensk matkultur och om det svenska äpplets unika smaker och egenskaper. Genom olika evenemang som äppelfestivaler, smakprovningar och trädgårdsvandringar uppmärksammas den rika mångfalden av svenska äppelsorter från hela landet.





## KONTAKT & FÖLJ



forenedecare\_manstorpsangar\_dv



marieo@forenedecare.se



linisb@forenede.microsoft.com

0739 015 719

### LUNCH 31 aug-4 sept

#### Måndag

Kycklingfärsbiffar, potatis och sås

#### Tisdag

Bakad fiskfilé med stuvad spenat

#### Onsdag

Skaldjursfrossa

#### Torsdag

Raggmunkar med stekt fläsk

#### Fredag

Köttfärslimpa med potatis och sås

### LUNCH 14-18 september

#### Måndag

Pannbiff med stekt lök och potatis

#### Tisdag

Stekt sill med potatismos

#### Onsdag

Spenatsoppa med ägg och bröd

#### Torsdag

Lunchkorv med stekt potatis

#### Fredag

Köttfärssås och pasta

### LUNCH 7-11 september

#### Måndag

Gulaschsoppa med bröd

#### Tisdag

Kokt fisk med potatis och senapssås

#### Onsdag

Kokt köttkorv med potatis och pepparrots-sås

#### Torsdag

Kassler med potatisgratäng

#### Fredag

Kålpudding med potatis och sås

### LUNCH 21-25 september

#### Måndag

Biff Lindström med potatis och sky

#### Tisdag

Kokt fiskfilé med potatis och senapssås

#### Onsdag

Stekt falukorv med stuvade grönsaker

#### Torsdag

Kalops med potatis

#### Fredag

Wienerfärslimpa med potatis och sås

