

Lokalcenter Rosengård  
Ørbækvej 150  
5220 Odense SØ  
Tlf. 66 15 69 15 - Omstilling til alle afdelinger

| Afdeling:         | Navn:                                                            | Træffetid      | Lokalnr.  |
|-------------------|------------------------------------------------------------------|----------------|-----------|
| Forstander        | : Mette Honoré                                                   | (efter aftale) | 302       |
| Køkken            | : Telefontid - kl.9.30-10.30                                     |                | 382       |
| Plejecentralen    | : Afd. leder Michael Andersen<br>(Telefontid: kl.11-12 hverdage) |                | 361       |
| Plejeafd.Syd/Nord | : Afd.leder Dorte Andersen kl.9.30-10.30                         |                | 324       |
| Dagcenter         | : Kan kontaktes på                                               |                | 371       |
| Teknisk afd.      | : Kan kontaktes på                                               |                | 386       |
| Sekretariatet     | : Aviaya Larsen Søndergård                                       |                | 303       |
|                   | Nanna Johansen                                                   |                | 304       |
| Socialrådgiver :  | Louise: Mandag, Tirsdag og torsdag<br>kl.10.00 -12.30            |                | 310       |
| F.T.O             | : Træffes på telefon                                             |                | 66 164296 |
| Frisør            | : Susanne Nissen                                                 |                | 51 158203 |

Seniorrådsformand: Svend Åge Sørensen

**SPAR minimarked åbningstider:**

Mandag, onsdag, og fredag 10.30-12.30 / Tirsdag og Torsdag lukket.

Ved bestilling af bestemte varer til dagen efter, kan købmanden kontaktes på tlf. 26 20 02 10 - telefontid: 8.00-9.00.

# Adalsposten



Januar nr. 500 - 2023

# INDHOLDSFORTEGNELSE

|                                             |    |
|---------------------------------------------|----|
| Forside                                     | 1  |
| Indholdsfortegnelse                         | 2  |
| Centernyt                                   | 3  |
| Købmand - månedens tilbud                   | 4  |
| Spilleeftermiddag/Fodterapi                 | 5  |
| Godt nytår                                  | 6  |
| Seniorbanko                                 | 7  |
| Kirketur                                    | 8  |
| Aktiviteter dagcentret                      | 9  |
| Hyggeligt samvær                            | 10 |
| Krydsord                                    | 11 |
| Referat seniorrådsmøde                      | 12 |
| Nytårshilsen seniorråd                      | 13 |
| Besøg af mandekor                           | 14 |
| Bevægelseslære ved Krista + cafépriser 2023 | 15 |
| Qi Gong                                     | 16 |
| Gudstjeneste og Tak fra beboer              | 17 |
| På tur                                      | 18 |
| Kalender                                    | 19 |
| Vigtige telefonnumre                        | 20 |

## AFLEVERINGSFRIST for indlæg i Ådalsposten:

Ca.d.10. i måneden før, dvs. hvis du vil have noget med i februar skal det afleveres **senest mandag.d.16. januar**

## REDAKTIONEN:

Ansvarshavende:

Mette Honoré Forstander

Aviaya Larsen Søndergård Assistent

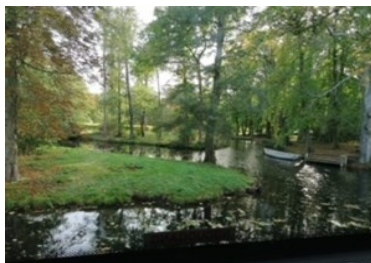
Forside: Nytår 2023

# JANUAR 2023

|   |    |                                                                |
|---|----|----------------------------------------------------------------|
| S | 1  |                                                                |
| M | 2  |                                                                |
| T | 3  |                                                                |
| O | 4  |                                                                |
| T | 5  | Gudstjeneste kl.14                                             |
| F | 6  |                                                                |
| L | 7  |                                                                |
| S | 8  |                                                                |
| M | 9  |                                                                |
| T | 10 | Spilleeftermiddag 14-16, Jane Bruuns tøjsalg kl.10-13 i forhal |
| O | 11 |                                                                |
| T | 12 | Qi gong opstart kl.14 i gymnastiksalen ved fysioterapien       |
| F | 13 |                                                                |
| L | 14 |                                                                |
| S | 15 |                                                                |
| M | 16 |                                                                |
| T | 17 | Hyggeligt samvær kl.17.30                                      |
| O | 18 | Kirketur - bussen afgår kl.13, Banko i dagcentret kl.10        |
| T | 19 |                                                                |
| F | 20 |                                                                |
| L | 21 | Banko kl.14 i caféen                                           |
| S | 22 |                                                                |
| M | 23 |                                                                |
| T | 24 |                                                                |
| O | 25 |                                                                |
| T | 26 | Spilleeftermiddag 14-16, Fredagsbar i dagcentret kl.12.30-14   |
| F | 27 |                                                                |
| L | 28 |                                                                |
| S | 29 |                                                                |
| M | 30 |                                                                |
| T | 31 |                                                                |

## PÅ TUR

I oktober måned inden sneen faldt og det blev rigtig koldt, var beboerne på begge plejeafdelingerne på Løvfaldstur. Det var en smuk dag og vi havde en dejlig tur.



Og her i december, blev det til en julehyggetur i Tarupcentret for bankoholdet på afd. Nord. Igen nogle hyggelige timer tilbragt sammen.



## CENTERNYT

### Fødselsdage

#### Syd

|                    |       |
|--------------------|-------|
| Hanne Boller       | 03.11 |
| Svend Erik Nielsen | 12.01 |
| Birgit Inge Jensen | 15.01 |
| Jan Kinge Jensen   | 31.01 |

#### Nord

|                           |       |
|---------------------------|-------|
| Birgit Bakholdt           | 16.01 |
| Karsten Pihl Christiansen | 18.01 |

#### Dagcentret:

|                  |       |
|------------------|-------|
| Kirsten Petersen | 03.01 |
| Helen Würtz      | 13.01 |
| Bent Wulff       | 14.01 |
| Karen A. Olsen   | 15.01 |
| Helmer Hansen    | 27.01 |

VI ØNSKER TILLYKKE



#### Nye beboere

|                            |      |       |
|----------------------------|------|-------|
| Leif Petersen              | 154K | 01.12 |
| Ruth Inge Jensen           | 156C | 01.12 |
| Elsebeth Miranda Jørgensen | 162B | 01.12 |
| Bente Lund-Sørensen        | 156N | 01.01 |
| Karen Stougaard Nielsen    | 158B | 01.01 |

#### Nye gæster i dagcenter

Karen Vilhelmsen  
Jens Pedersen

VI BYDER VELKOMMEN





### Tilbud i januar

|                        |       |
|------------------------|-------|
| 4 stk. frugt           | 10,00 |
| Rød Merrild kaffe      | 49,95 |
| Beauvais rette på dåse | 39,95 |
| Gestus juice           | 12,95 |
| Roulade fra Royal      | 9,95  |
| Riberhus ost i skiver  | 29,95 |



### Købmandens Åbningstider

Mandag, onsdag, fredag:  
10.30-12.30

Tirsdag, torsdag lukket

Telefontid: 8.00-9.00

## GUDSTJENESTE

*Torsdag d.5. januar kl.14.00  
V/ Per Aas Christensen*



## TAK



Tak til Lokalcenter Rosengård og seniorrådet  
for opmærksomheden ved min fødselsdag

Mange hilsener fra  
Jonna Rasmussen 154A

## QI GONG

*Så starter vi op med Qi Gong igen.*

*Første gang bliver :*

***Torsdag d.12. januar kl.14***

*i gymnastiksalen overfor fysioterapien.*

*Til dem der er nysgerrige på, hvad det er vi laver til Qi Gong, så kom endelig og få en prøvetime. Det er en motionsform fra Kina, som laves i meget stille og rolige bevægelser, hvor alle kan være med.*

*Det koster 150 kr. for at deltage - det foregår Torsdage kl.14.00-15.00 dog med undtagelse af de torsdage hvor der er gudstjeneste, hvor vi træner fra kl.15.00-16.00.*



*Mange hilsener Jette og Bent Thorsager, 156D*

*Tilmelding sker direkte ved Jette og Bent i gymnastiksalen*

## SPILLEEFTERMIDDAG

**Tirsdag d.10. januar**

**Tirsdag d.24. januar**

**Kl.14.00-16.00 i caféen**



Der vil være forskellige former for spil, ludo, dam, kort m.m. Dette er en eftermiddag, hvor man selv mødes og spiller eller måske blot kommer forbi for hyggens skyld.

## FODTERAPI

Der kan bookes tider til fodterapi i receptionen

**Mandag d.9. januar, tider fra kl.10.00 - 14.00**

**Lørdag d.14. januar, tider fra kl. 8.00 - 14.00**

**Torsdag d.2. februar, tider fra kl. 11.00 - 15.00**

Gælder for ALLE beboere både i kollektivboligerne, dagcentergæster og for plejeafdelingerne.

M.V.H. Christina





## GODT NYTÅR

*Godt nytår ønskes alle beboere,  
medarbejdere, pårørende og  
samarbejdspartnere*



*Tak for et godt samarbejde i 2022  
Vi glæder os til at samarbejde  
i 2023*

Mette Honoré  
Forstander

## BEVÆGELSESLÆRE

### Bevægelseslære med Krista Lebeck

Vi starter op igen:  
Tirsdag d.17. januar kl.9.50-11.15  
Onsdag d.18. januar kl.9.50-11.15

Sæsonen vil være 12 gange og  
prisen vil blive 650,00 kr.

Kom og prøv gratis.



M.V.H. Krista Lebeck

## PRISER I CAFÉEN 2023

Priserne i caféen pr.1. januar 2023  
vil være:

Hovedret: kr. 59,00  
Biret: kr. 20,00



## BESØG AF MANDEKOR

Mandag d.5. december havde vi besøg af Nyborg Marineforenings mandekor. De sang dejligt og det blev en rigtig hyggelig eftermiddag.



## SENIORBANKO

**Lørdag d.21.01.2023**  
**kl. 14.00 i caféen**

Plader til banko á 5 kr. sælges fra kl.13.30. Der bortloddes gevinster i form af gavekort på 250,- kr. til vareindkøb hos købmanden og 3 gavekurve. Lodsedler á 5 kr. sælges i dagene op til.

Uafhentede gevinster bruges som gevinst ved næste bankospil.

**Uafhentede gevinster december: Rød 57**

---

### **Regnskab Seniorrådets bankospil**

**Lørdag d.10.12.- 2022**

#### **Indtægter:**

|                       |            |
|-----------------------|------------|
| Lodder og bankoplader | 2839 kr.,- |
| Kaffe og kage         | 254 kr.,-  |

#### **Udgifter:**

|                         |            |
|-------------------------|------------|
| Bankogevinster og kurve | 2764 kr.,- |
| Kaffe og kage           | 254 kr.,-  |

**Overskud som overføres  
til støttekredsen**

194 kr.,-

## KIRKETUR

### **Onsdag d. 18. januar: "Genforeningens kongen "Kong Christian X" ved Niels Ole Frederiksen.**

Der er mange myter og legender om Kong Christian den 10. Var han skurk eller helt?

Det kan man måske blive lidt klogere på, når Niels Ole Frederiksen igen besøger os, for denne gang at fortælle om Kong Christian den 10. Emnet er Niels Oles store interesse.



Tilmelding er nødvendig både af hensyn til kirken og til bussen.

***Tilmelding onsdag d.11. januar***

***Bussen afgår kl.13.00***

## NYTÅRSHILSEN SENIORRÅD

Ved et år, der nu snart forsvinder, vil vi kunne se tilbage på både glæder og sorger i de små hjem på Lokalcenter Rosengård.

Tunge skyer har hvilet over os alle i forskellige afskygninger. Heldigvis har vi da også høstet megen glæde og tryghed ved et godt samvær af forskellig art.

Vi har nydt hvert lille smil og hvert venligt ord og nik på gangene og i mødelokalerne året igennem.

Vi siger TAK til al personale på alle afdelinger og kontorer for en venlig og hjælpende hånd ved diverse tiltag. Det er lykkedes os i Seniorrådet at få startet forskellige aktiviteter op med ledelsens hjælp - "Tak for det".

Vi håber, at det nye år vil bringe mange flere beboere i aktivitet, så sammenholdet på Lokalcenter Rosengård kan blive styrket endnu mere. Ingen vil blive overset. Vi vil knække ensomheden.

Vi ønsker et Godt og Glædeligt Nytår for Alle på Lokalcenter Rosengård.

Mange hilsener Seniorrådet  
Ilse, Else, Jette, Svend Erik, og Svend Aage





# REFERAT SENIORRÅDSMØDE

**Referat fra Seniorrådsmøde onsdag d.30.november kl.10.30**

Deltagere: Svend Åge Sørensen, Jette Thorsager, Svend Erik Hansen, Else Rosenkilde, Verner Christensen, Ilse Fly, Birthe Rex, Mette Honoré

Der spilles i vinterhalvåret i stedet for petanque,—Jakkolo eller bob, i det store mødelokale ved caféen om mandagene.

Der laves en kalender til alle medlemmer af seniorrådet med fremtidige fødselsdage, og så fordeler vi på møderne, hvem der går på besøg ved beboerne.

Der er stadig udfordringer i forhold til affaldsrummene. Containerne skal sættes samme sted efter tømninger. Der kigges på om nogle containere er tomme, så man måske kan udvære nogle containere.

Der planlægges en juletur med bus op til jul, så man kan få mulighed for at kigge på julelys i Odense Centrum.

Der er et ønske om forskellige foredragsholdere i 2023. Der foreslås f.eks. Ulrik Andersen fra Domkirken.

Og evt. en forårsudflugt i maj til Hindsholm Slot

Referent : Mette Honoré

Næste møde: Onsdag d. 11/1 kl. 10.00

**SENIORRÅD**

# AKTIVITET DAGCENTER

**Tirsdag d.10. januar**

**Jane Bruuns tøj salg i forhallen kl.10.00-13.00**



**Alle er velkomne**

.....

**Onsdag d.18. januar**

**Banko kl.10.00 i Dagcentret**



**Alle er velkomne**

.....

**Fredagsbar**

**Torsdag d.26. januar, kl. 12.30-14.00**



**Alle er velkomne**

# HYGGELIGT SAMVÆR

Tirsdag d.17. januar kl.17.30

## Menu:

Wienerschnitzel med dreng  
Brasede kartofler, og ærter



Dessert:  
Romfromage med kirsebærsovs



Kaffe og småkager

Pris: 170,00

Arrangementet er for kollektivbeboerne, som skal være selvhjulpne, da der ikke er plejepersonale til at hjælpe.

Sidste tilmelding og betaling i receptionen  
Tirsdag d.10. Januar i receptionen.

# KRYDSORD

| ★             | TYVE-<br>GODS | VIRK-<br>SOMME | TRÆ | AF-<br>DRAG  | UDRÅB                               | SKIBS-<br>DEL | NABO-<br>LAG | LIN-<br>NED | STED-<br>ORD            | FORBI        | SKUE-<br>PLADS |
|---------------|---------------|----------------|-----|--------------|-------------------------------------|---------------|--------------|-------------|-------------------------|--------------|----------------|
| PLANTE        |               |                |     |              |                                     |               |              |             |                         |              |                |
| STAT          |               |                |     |              |                                     |               |              |             | IDET<br>UDSPI-<br>ONERE |              |                |
| RIGE          |               |                |     |              | SPILLE-<br>REKVI-<br>SITTEN<br>NEMT |               |              |             |                         |              |                |
| BARON         |               |                |     |              |                                     | DYR<br>SMERTE |              |             |                         | GER-<br>NING |                |
| PIGE-<br>NAVN |               |                |     | BE-<br>GAVET |                                     |               |              |             |                         |              |                |
| LØB           |               |                |     |              |                                     |               | KLAR         |             |                         |              |                |

1. præmie: 1 flaske vin fra SPAR Minimarked
2. præmie: 1 æske chokolade fra Seniorrådet

*Løsningen lægges i forslagskassen i forhallen  
senest mandag d.16.01.2023*

Navn:.....

## Vindere af krydsord i december

1. præmie: Anne Lise Borup 156H
2. præmie: Finn W. Jensen