SKRÆNTEN

November 2026

Nr. 11 ud af 12



Benjamin og Tove synger dejlige sange sammen, da han var at besøge os med hans guitar.

Indholdsfortegnelse:

Nyhedsbrev ..... **s. 4**
Hverdagen på Engskrænten ..... **s. 6**
Oktoberfest ..... **s. 9**
Køkkennyt ..... **s. 13**
Menuplan ..... **s. 14**
Kostmøde ..... **s. 16**
Fødselsdage ..... **s. 18**
Gudstjeneste ..... **s. 19**
Busture ..... **s. 20**
Bruger- og pårørenderådet ..... **s. 21**
Servicetilbud ..... **s. 22**
Fælles aktiviteter ..... **s. 23**



BEBOERINFORMATION



Plejehjemmet Engskrænten

Tlf. 36 37 95 00
E-mail roedovre.kommune.e10092@rk.dk

Forstander
Jeanne Larsen

Administrativ medarbejder
Hanne Højgaard Hansen, tlf. 36 37 95 02

Afd. B 1 og B 2
Afdelingsleder Daniela Esther Casierra Montaño

Afd. C 1 og C 2
Afdelingsleder Mie Bach Brendle

Teknisk servicechef
Leif Sørensen

Køkken
Leder Laila Irene Hansen

Aktivitetskoordinator og ergoterapeut
Sigrid Berry Hallsson - mail: CN24295@rk.dk

Aften/nat/weekend - ansvarshavende
Aften: 36 37 95 16
Nat: 36 37 95 17
Dag i weekend: 36 37 95 00

Formand for bruger-og pårørenderåd
Erik Lehd – Mail: erik_lehd@yahoo.dk

Støtteforeningen - Engskrænten
Formand Sigrid Berry Hallsson
Kasserer Jytte Vagnild, tlf. 40686642

🌼 Nyhedsbrev for Jeanne 🌞

November 2026

Kære beboere, pårørende og medarbejdere

Oktober har budt på mange gode oplevelser og hyggelige stunder på Engskrænten.

Månedens højdepunkt var uden tvivl vores Oktoberfest, hvor huset summede af liv, fællesskab og godt humør. Det var dejligt at se så mange beboere, pårørende og medarbejdere samlet til en festlig dag med hyggeligt samvær. Tak til alle, der var med til at gøre dagen til en succes.

Vi vil også gerne byde hjerteligt velkommen til vores nye beboere og medarbejdere. Vi håber, at I hurtigt falder godt til og bliver en del af fællesskabet på Engskrænten. Vi glæder os til at lære jer endnu bedre at kende.

Efterårets smukke farver har også dannet rammen om flere busture. Beboerne har været på ture ud i det flotte efterårsvejr, blandt andet til Dyrehaven, hvor naturen viste sig fra sin allerbedste side. Turene giver anledning til gode oplevelser, hyggelige samtaler og dejlige minder, som vi tager med hjem og deler med hinanden.



Hverdagen på Engskrænten er fyldt med både aktiviteter, nærvær og omsorg. Det er glædeligt at opleve, hvordan beboere, medarbejdere, frivillige og pårørende sammen bidrager til at skabe et varmt og levende hus, hvor fællesskabet er i centrum.

Jeg vil gerne benytte lejligheden til at takke medarbejderne for deres store engagement og indsats hver eneste dag. Jeres arbejde er med til at skabe tryghed og livskvalitet for vores beboere.



Nu ser vi frem mod november og den hyggelige tid, der følger med de mørkere aftener, hvor vi fortsat vil fylde kalenderen med aktiviteter, samvær og gode oplevelser.

De bedste hilsner
Jeanne Mia Brandt Larsen
Forstander, Engskrænten

Redaktionen:
Chefredaktør: Jeanne Larsen (Forstander)
Redaktør: Sigrid Berry Hallsson (aktivitetskoordinator)
Spørgsmål og indhold til bladet sendes til Sigrid.
Deadline for indhold til Skrænten: 25. november kl. 12

Hverdagen på Engskrænten

Cykelture

Der er blevet cyklet nogle dejlige ture i det skønne danske efterårsvejr.







Også indendørs bliver der cyklet til. Det træner både krop og sind at cykle sammen med andre. Og så gør det heller ikke noget at det er skønne sommervideoer fra rundt i Danmark der bliver cyklet til.



Gåtur til Engen

Vi gik en lille eftermiddagstur til engen med Flemming, Henry og Poul. Vi fik endda hilst på køerne der stod helt tæt på.



Musikbesøg

Desværre kunne Alexander ikke komme på det planlagte musikbesøg, derfor blev Benjamin Aggerbæk sendt som vikar. Det var bestemt ikke noget dårligt byt og han nåede at komme rundt på alle afdelingerne denne gang. Det er en skøn eftermiddag med nærværende musik i hele huset.





Oktoberfest



Vi havde endnu en skøn oktoberfest med fantastisk mad og skøn musik. Køkkenet havde lavet dejlig mad med revelsben og grillkøller. Der var coleslaw og stegte kartofler til. Pino Smørtenor var at spille koncert på alle afdelingerne. Der blev spillet dejlige melodier man kunne synge med på og stemningen var fantastisk. Det var en dejlig middag i skønt selskab.




Jette








Harboe



Køkken-nyt

I kan bestille en alternativ ret, hvis der er en ret på menuplanen som I helst vil undgå, det står ikke nederst på menuplanen, men køkkenet skal senest have besked dagen før.

10. november- Morten aften er der andebryst/lår på menuen med rødvin til.

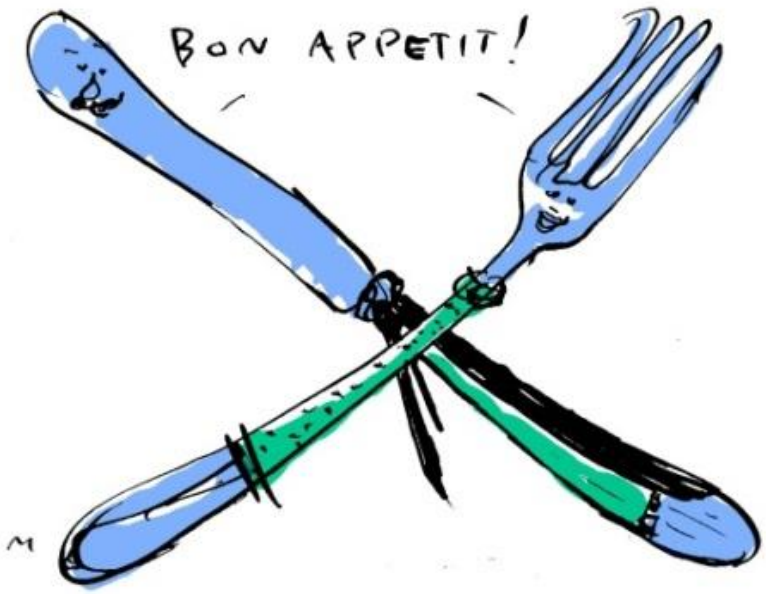
I november starter vi op med julebagning så vi er klar til december med julesmåkagerne.



Fra november begynder vi igen at komme ud til jer ved middagstid og får en snak med jer om maden. Spørgeskemaer omkring maden sender vi ud igen i løbet af november.

Mange hilsner fra køkkenet

Venlig hilsen Laila - køkkenet



Engskrænten menuplan november

Dato	Hovedret	Biret
Søndag den 1.	Citronetter (Alaska sej) m. dildsauce, kartofler og ærter % fisk: krebinet	Jordbær/rabarbergrød m. fløde
Mandag den 2.	Boller i karry m. ris, kartoffel og ærter	Belgisk vaffel m. syltetøj
Tirsdag den 3.	Frikadeller m. stuvet hvidkål og karotter	Frugtcocktail m. Rå creme
Onsdag den 4.	Marineret nakkefilet(grisekød) m. marineret grønt	Vaniljebudding m. saftsauce
Torsdag den 5.	Kogt kylling m. aspargessauce, kartofler og ærter	Fersken m. makron skum
Fredag den 6.	Madtærte m. porre/bacon og salat	Hønsekødsuppe med kød og melboller
Lørdag den 7.	Engskrænten gryderet med kartofler og surt	Chokolademousse m. skum
Søndag den 8.	Dampet hoki filet (fisk)m. hollandaisesauce, kartofler og grønt % fisk: Dampet kylling	Is m. vafler
Mandag den 9.	Hvidkålsrouletter m.skysauce, kartofler og grønt	Pandekager m. syltetøj
Tirsdag den 10. Mortensaften	Andelår eller bryst m. rødkål, kartofler og sovs	Risalamande m. kirsebærsauce
Onsdag den 11.	Biksemad m. spejlæg, rødbede og brød	Kiwi/stikkelsbærgrød
Torsdag den 12.	Kogt oksebryst m. peberrod sovs, kartofler og bønner	Oksekødssuppe m. kød og melboller
Fredag den 13.	Glaseret skinke m. flødekartofler og salat	Fuglerede m. hindbærskum
Lørdag den 14.	Stegt ising (fisk)m. persillesovs, kartofler og grønt % fisk: Stegt krebinet	Fløderand m. blandet frugt
Søndag den 15.	Stegt kyllingelår m. skysovs, kartofler og agurkesalat	Rødgrød m. fløde
Hvis man ønsker en alternativ ret, kan dette fås i køkkenet.		

Engskrænten menuplan november

Dato	Hovedret	Biret
Mandag den 16.	Forloren skildpadde m. brød eller kartofler	Jordbær/rabarber mousse
Tirsdag den 17.	Flæskesteg m. sovs, kartofler og rødkål	Pære m. chokoladeskum
Onsdag den 18.	Asiatiske fiskefrikadeller m. Kartofler, sovs og mormor salat	Is m. vafler
Torsdag den 19	Moussaka (m. kartoffel. Aubergine, squash- uden kød) m. Råkost	Græsk dessert- m- kokos, kanel, græsk yoghurt og abrikos
Fredag den 20.	Ristaffel (grisekød) m. karrysauce, ris/ kartofler, peanut, rosiner, ananas	Fransk chokoladekage
Lørdag den 21.	Millionbøf m. kartoffelmos og bagte rødbeder	Sherry fromage m. skum
Søndag den 22.	Alaska sej m. fyld af spinat. Kartofler, sauce og grønt % fisk-kalkun	Blandet frugtgrød
Mandag den 23.	Chilli sin carne(uden kød) m. kartofler	Aspargessuppe
Tirsdag den 24.	Brunkål m. sprængt nakkefilet, sennep og rødbede	Frisk frugt
Onsdag den 25.	Hakkebøf m. brun sovs, kartofler og asier	Lagkage m. æble og marengs
Torsdag den 26.	Irsk stuvning, sprængt grisekød, kartofler, gulerødder og hvidkål	Bagte blommer m. creme
Fredag den 27.	Stegt medister m. skysauce, kartofler og rødkål	Crumble kage m. skum
Lørdag den 28.	Kylling i sur/sød sauce m. ris og ærter	Bailey fromage m. skum
Søndag den 29.	Rødspætte m. fyld af broccoli og ost m. sovs kartofler og bønner % fisk: Kylling schnitzel	Jordbærgrød m. fløde
Mandag den 30.	Krebinetter m. stuvet ærter/gulerødder og kartofler og persille drys	Solbærsuppe m. skum
Hvis man ønsker en alternativ ret, kan dette fås i køkkenet.		

Kostmøde Referat

Kostmøde 21. oktober 2026

Deltagere: Flemming, Tove, Elna, Henry, Grethe O, Grethe K, Ebbe, Sigrid, Kirsten, Anette og Laila (de sidste 2 fra køkkenet)

1. Daglig mad middag /aften: delte meninger om blødkogt æg, nogen synes de skal have lidt mere og andre synes de er rigtig fine som de er kogt. Franskbrødet kan have en hård skorpe en gang imellem når det er et bestemt franskbrød, vi prøver at finde ud af hvad det handler om. Alt er fint omkring morgenmaden.

Der ønskes ikke for store portioner varm mad, så hellere få to gange. Maden er nogle gange ikke så varmt når det skal spises, grøntsagerne kan også være for kolde når de er øst op i skåle og ikke bliver spist med det samme. Vi vil tage det op med personalet på afdelingerne når de henter maden. Skinkeschnitzler er lidt for hårde i kanten, svært at skære ud, vi ændrer det til krebinetter med samme pynt.



Aftensmaden er god og dejligt med suppe, der er nok suppe til alle og den er dejlig varm. Ros til personalet på afdelinger når de serverer aftensmaden og spørger beboerne hvad de kunne tænke

sig. Der er nok mad til alle, en beboer synes det er lidt for ensformigt med det pålæg vi lægger på maden, der var ikke andre ønsker end kødpølse. Køkken forslår når der er makrel i tomat på maden, behøver det ikke hver gang være mayonnaise i men ved siden af. Det er fint med lune retter i weekenden og hvis det er lun kylling, skal det kun være lår, bryst bliver for tørt når det bliver varmet op om aftenen. I aften er der sylte på smørrebrødet og det glædede de sig til.



2. Forslag/ ønsker: Der ønskes pommes frites lidt oftere og mere kartoffelmos, gerne franske kartofler til kødretter med sovs. Ravioli var også et ønske, der er delte meninger om udenlandske retter. Der var et forslag omkring at undlade flødeskum på fromager og bare pynte med en chokolade, flere synes det var for meget med flødeskum, da vi tager alt for meget på i vægt, blev der sagt.

3. Evt.: Det var en rigtig god oktoberfest, selvom maden var mere dansk præget, vi skal være obs på næste gang at lille B spiser oppe på B1.Vi fik en god snak om madspild efter spørgsmål fra en beboer og hvordan vi arbejder med det. Flere sagde til sidst at det er god varieret mad her på Engskrænten.

Tak for et godt møde til alle – Hilsen køkkenet

Fødselsdage i november



Vi ønsker tillykke til

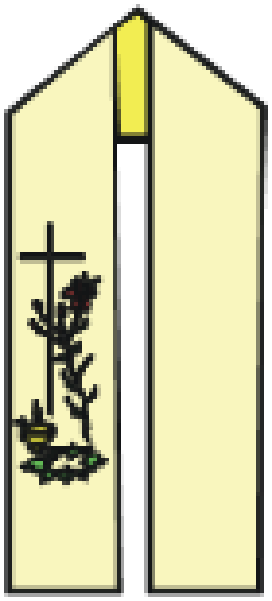
Navn	Bolig	Dag	Dato	år
Ella	300	Søndag	1. november	95 år
Henry	305	Tirsdag	3. november	90 år
Grethe O.	302	Torsdag	5. november	87 år
Tina	101	Mandag	9. november	65 år
Niels	102	Mandag	9. november	79 år
Rosa	207	Fredag	13. november	75 år
Ketty C.	202	Onsdag	18. november	92 år
Ellen	250	Søndag	22. november	83 år
Hanne	208	Fredag	27. november	78 år
Inger	254	Søndag	29. november	74 år

Datoer for kommende arrangementer i 2026/27

4. november	**Kl. 17.30**	Musikaften i caféen **med Louise Dubiel**
2. december	**Kl. 17.30**	Musikaften i caféen **Med Nicolai Bang**
20. januar	**Kl. 17.30**	Musikaften i caféen
3. februar	**Kl. 17.30**	Musikaften i caféen



Gudstjeneste



Vi skal minde beboere på Engskrænten om, at der er gudstjeneste tirsdag den 27. november kl. 13.45, i Rødovre Kirke, hvor der efterfølgende bydes på kaffe i vores café.
Gudstjenesten forrettes af Rødovre Kirkes præsteembede.
Præsten beder om, at hvis deltagerne i gudstjeneste har specielle ønsker om salmer, de gerne vil synge eller steder fra evangelierne, de ønsker læst op, så vil man gerne efterkomme disse ønsker. Derfor opfordrer vi til, at der bliver snakket om ønsker ved kaffebordet efter gudstjenesten. (Pårørende og frivillige er meget velkomne som deltagere og hjælpere).

PÅRØRENDE OBS! OBS! OBS!

Bestilling af julekørsel 2026 via flextrafik
(24., 25. og 26. december)
foregår lørdag og søndag den 28. nov. og 29. nov –
Se mere her. https://www.moviatrafik.dk/flex-kunde/servicemeddelelser/julekorsel-2026
Beboere der er ude juleaften skal først komme tilbage efter kl. 21 så det ikke forstyrrer juleaften for øvrige beboere.

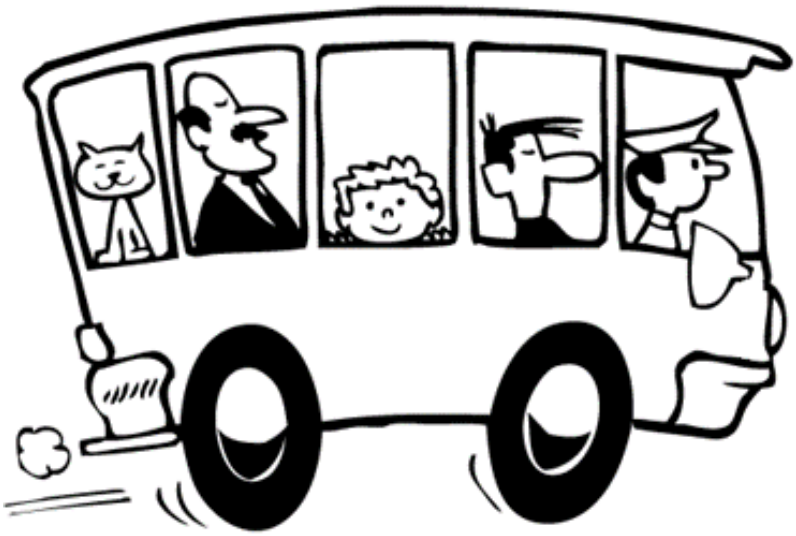
Busture i Madam Grå i november

I september vil der være bustur den 11. og 25. november

Hvis der er ønsker om, hvor turene kan gå hen, må du/i meget gerne komme med forslag og ønsker.

Prisen på køreturen er 50 kroner.
Der kan være 7 personer (beboere + personale) i bussen.

Hvis du har lyst til at deltage i busturen, kan du tilmelde dig hos personalet i afdelingerne



Bruger- og pårørenderådet:



Beboerrepræsentanter
Grethe Oestrich
Henry Christian Fischer

Pårørenderepræsentanter
Erik Lehd - Formand
Helen Brynaa
Lisbeth Bertelsen

Suppleant
-

Repræsentant fra seniorrådet
Per Vesterberg

Repræsentant fra kommunalbestyrelsen
Annette Rachlitz

Personalerepræsentanter
Laila Irene Hansen
Sigrid Berry Hallsson

Næste møde er den 10. november 2026
Referat fra mødet den 16. september 2026 kan fås ved henvendelse i administrationen.

Servicetilbud



Frisør Vicky Roholte
Tlf. 26 29 16 87
Frisøren er her hver anden torsdag.
Priser:

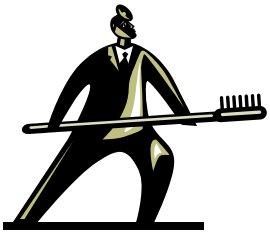
Klipning	239 kr.
Vandondulation inkl. Vask	228 kr.
Klip + føn eller vandondulation	381 kr.
Permanent alt inkl.	761 kr.
Farvning af hår	257 kr.
Lyse eller mørke striber	346 kr.
Farve bryn/vipper	85 kr.
Hårkur behandlet med varme	80 kr.

Fodterapi:



Personalet vil hjælpe dig med at bestille en tid hos en autoriseret fodterapeut der kan komme og ordne dine fødder i egen lejlighed, når dette ønskes.
Tlf. Tonny: 21638839 (Ringer kun tilbage hvis der er lagt besked)

Tandlæge: Tlf. 36 37 75 84
Omsorgstandplejen kommer hver torsdag



Fælles aktiviteter i november

Mandag den 2.	Kl. 10.30 Kl. 13.30	Mandagsklub Hygge i hulen
Tirsdag den 3.	Kl. 10.30	Stolegymnastik
Onsdag den 4.	Kl. 17.30	**Musikaften med Louise Dubiel**
Torsdag den 5.	Kl. 10.30 Kl. 13.30	Torsdagsklub Hygge og aktivitet i hulen
Fredag den 6.	Kl. 10.15	Cykeltur
Weekend d. 7.-8.		
Mandag den 9.	Kl. 10.30 Kl. 13.30	Mandagsklub Hygge i Hulen
Tirsdag den 10.	Kl. 10.30 Kl. 14-16	Stolegymnastik **Musikbesøg på afdelingerne med Jens Jep-sen**
Onsdag den 11.	Kl. 10.15 Kl. 13.30	Bustur Fællessang med Mette
Torsdag den 12.	Kl. 10.30 Kl. 13.30	Torsdagsklub Hygge og aktivitet i hulen
Fredag den 13.	Kl. 10.15 Kl. 13.30	Cykeltur Styrketræning med Jeanne
Weekend d. 14.-15.		
Mandag den 16.	Kl. 10.30 Kl. 13.30	Mandagsklub hygge i hulen
Tirsdag den 17.	Kl. 10.30 **Kl. 13.30**	Stolegymnastik **Julebanko i Caféen**
Onsdag den 18.	Kl. 10.30	Kostmøde
Torsdag den 19.	Kl. 10.30	Hygge og aktivitet i hulen
Fredag den 20.		
Weekend d. 21.-22.		
Mandag den 23.	Kl. 10.30 Kl. 13.00	Mandagsklub Hygge i hulen
Tirsdag den 24.	Kl. 10.30 Kl. 13.30	Stolegymnastik Gudstjeneste – Kaffe i caféen
Onsdag den 25.	Kl. 10.15 Kl. 13.30	Bustur Fællessang med Mette
Torsdag den 26.	Kl. 10.30	Hygge og aktivitet i hulen
Fredag den 27.	Kl. 13.30	Styrketræning med Jeanne
Weekend d. 28.-29.		1. søndag i advent
Mandag d. 30.	Kl. 10.30	Mandagsklub
Tirsdag d. 1. dec.	Kl. 10.30 Kl. 14-16	Stolegymnastik **Julehygge for pårørende på afd. B**

Der tages forbehold for ændringer og eventuelle aflysninger ifm. Manglende ressourcer



Kontakt:

Plejehjemmet Engskrænten
Kirkesvinget 5
2610 Rødovre
Tlf.: 36379500
E-mail: roedovre.kommune.e10092@rk.dk