

Dagcentret Christianehøj

Christianehøj 193-195

2860 Søborg

Tlf.: 39 69 24 34

Mail: dagc@christianehoj.dk

Website: www.christianehoj.dk

Bestyrelsesformand:

Lis Napstjert

Nybøllevej 68B

Nybølle

2765 Smørum

Tlf.: 4169 1920

Kontingent:

1 dag om ugen kr. 100,- pr. måned.

2 dage om ugen kr. 200,- pr. måned

3 dage om ugen kr. 300,- pr. måned

Åbningstider:

Alle hverdage fra 9.30 - 15.00

Transport:

Er du gladsaxeborger og ikke i stand til at bruge offentlige transportmidler, kan der, efter aftale med kontoret aftales afhentning med [Harbirk Bustrafik](#).

Er man godkendt til kørsel med Harbirk, skal man selv sørge for at afmelde senest samme morgen mellem 7.00 og 8.15 på tlf. [44 44 32 66](#).

Blomsterkasse:

Medlemsrådet administrerer en "blomsterkasse", som går til sygehilsner, gaver m.m. Både medlemmer, personale og vores chauffører betaler til blomsterkassen med kr. 200,- kr. for et år.

Christiane Nyt:

Udkommer når der er artikler til det. Oplag: 200 stk.

Ansvarshavende: Forstander Kim Rindbo

Christiane NYT

Årgang 46 nummer 2 / 2019

NYT: PÅRØRENDE AFTENER

Billeder fra WILD WEST FESTEN

TRÆNINGSTIEN KLAR TIL BRUG



Christianehøj – det bedste til Dig

Kære alle sammen.

Så blev det atter juletid og det er igen tid til mange gode stunder sammen på Christianehøj.

Vi har de traditionelle julearrangementer på Christianehøj - den store nytårsfest er fastsat til fredag den 31. januar 2020.

Christianehøj har startet et nyt forsøg med pårørende aftener.

Fem aftener frem til maj måned i 2020 tilbyder Christianehøjs ergoterapeut team, at familiemedlemmer til et senhjerneskadet medlem hos os, har mulighed for netværksdannelse og erfaringsudveksling, omkring relevante emner - i forhold til livet efter en senhjerneskade.

Se mere inde i bladet og se datoerne på vores hjemmeside.

Vores nye trænings-sti rundt om Christianehøj er nu blevet indviet. Fliserne er blevet lagt og en del gelændere er blevet sat op langs stien. Derudover er gangbarre med forskelligt underlag klar. Hen ad vejen, efterhåndes som vi får råd, vil yderligere udendørs træningsudstyr blive sat op.

Den 10. oktober var der stort anlagt ”Wild West fest” på Christianehøj. Mange var udklædte, personalet ikke mindst og Christianehøj var også ”omklædt”. Menuen var burgere og det dygtige band spillede op til linedans/dans. Alt i alt en dejlig fest! Se billederne inde i bladet.

Rigtig god jul og godt nytår til jer allesammen!

Kim Rindbo

Forebyggelsescentret i Gladsaxe

Vidste du at kommunens Forebyggelsescenter på Søborg Hovedgade 200 har mange spændende tilbud til også dig?

Tilbuddene i forebyggelsescentret retter sig mod alle borgere i kommunen og er baseret på den nyeste viden på sundhedsområdet. Du kan finde meget mere om tilbuddene på nettet og på Christianehøjs informations-skærm.

Forebyggelsescentrets tilbud

Tilbuddene til kommunens borgere omfatter blandt andet:

- Temaarrangementer med fokus på sundhed
- Sundt Liv Vejledning
- Rygestopkurser
- Kræftrehabilitering
- Kostvejledning
- Motionsvejledning
- Diabetesrådgivning
- Rusmiddelrådgivning til brugere og pårørende
- Sorg- og krise rådgivning
- Sorggrupper
- KOL-cafe/KOL-rehabilitering
- Patientuddannelse "Lær at leve med kronisk sygdom"

Forebyggelsescentret har også sundhedsbutikker i:

Høje Gladsaxe og i Værebros Park.

Hør mere hos Christianehøjs personale.

Nytårsfest

Fredag d. 31. januar 2020

Kl. 17.00 – 23.00



Der vil blive serveret:

Velkomstdrik

Rejcocktail

Indbagt svinemørbrød

Dessert a la surprise

Kaffe - Krønsekage

Der spilles op til dans.

PRISEN FOR AL DENNE HERLIGHED ER

KR. 280,-

+ EVT. KØRSEL KR. 20,-

PÅRØRENDE ER OGSÅ VELKOMNE



Sidste tilm. Fredag d. 17. januar 2020

PÅRØRENDE AFTENER FOR FAMILIE TIL SENHJERNESKADEDE MEDLEM- MER PÅ CHRISTIANEHØJ.

Det er en stor omvæltning for et menneske at blive ramt af en senhjerneskade. Samtidigt påvirker det også ægtefæller, forældre, børn, venner mv.

Så er du pårørende til et af Christianehøjs medlemmer med senhjerneskade, vil vi gerne invitere dig til en eller flere aftener (kl. 19-21) i løbet af efteråret 2019 og foråret 2020, hvor vi vil fortælle om nogle af de udfordringer man kan have som pårørende til en senhjerneskadet.

Vi vil have et emne til hver af aftenerne, men der er også mulighed for selv af at komme med forslag til emner, der kunne tages op.

Efter et kort oplæg, vil der være rig mulighed for at tale med andre pårørende. Du vil også få et indblik i dagligdagen på Christianehøj.

Datoerne for aftenerne fremgår af Christianehøjs hjemmeside.

MILJØÅR PÅ CHRISTIANEHØJ

Klimaproblemerne er meget oppe i tiden og her på Christianehøj sætter vi jo også vores aftryk på klimaet!

Christianehøj må derfor tage ansvar for vores del af problemet med henblik på at dagcentret bidrager med løsningerne for miljøet.

Christianehøj er kommet med i Gladsaxe kommunes affalds sorterings ordninger.

Vores køkken har ændret i menuen, så Christianehøjs belastning af miljøet på mad-området gradvist ændres over til at være bæredygtigt.

Håbet er - at alle medlemmer og personaler - vil bakke op om dette tiltag for miljøet!



Fem årlige Kaffemøder/Temamøder.

Et par dage i ugen i løbet af et år – er tidspunkterne hvor du kan mødes på den/de ugedage, hvor du er indskrevet og komme med ris/ros og forslag.

På kaffemøderne er det dagens medlemsskare som opfordres til at mødes.

Da mange jo kommer flere ugedage, er der muligheder for at bringe emnerne op på tværs af ugedagene.

En fordel er dog at det er mindre møder end det årlige husmøde var før i tiden, hvorved flere kan komme til orde med stort og småt.

På de senest afholdte kaffemøder har YoYo og Stine været primus moterer på tre korte temamøder omkring ”Trivslsen”, ”Livkvaliteten” og ”Fællesskaber” blandt dagens medlemmer.

Det har været nogle rigtig gode møder, og resultaterne fra disse foreløbig tre kaffe/temamøder er ophængt på Chr.høj.



WILD WEST FESTEN



GOD MUSIK OG LINE DANCE





Farlige Cowboy´dere

