

Lions Park Birkerød – Lokalinformation

Aktivitetscenteret: Det overordnede mål i aktivitetscentret er at hjælpe plejehjemmets beboere og kollektivets seniorer til at holde sig i gang og opleve mest mulig fysisk velvære.

Nøgleord for os er:

- Leve livet, mens vi lever
- Aktiviteter
- Samvær om forskellige emner
- Sociale relationer på tværs af huset
- Indhold og struktur i/på hverdagen
- Selvbestemmelse
- Glæde og velvære

Seniorerne mødes i "det åbne rum" mandag, tirsdag, torsdag og fredag kl. 13.30-15.45. Aktiviteterne om eftermiddagen varierer fra kaffe/the, hygge, håndarbejde til kursus i brug af computer.

Udbud og efterspørgsel på aktiviteter sætter dagsordenen. Prisen for seniorerne er 100 kr./md. For pengene får du musikunderholdning ca. 1 gang om måneden samt kaffe/the og lidt sødt om eftermiddagen. Der arrangeres ture ca. 10 gange årligt og til mange af turene bruger vi vores egen "Løvebus". Turene betales særskilt, alle seniorer kan deltage og der er nedsat pris for medlemmer af aktivitetscentret. Seniorer der ikke er medlemmer af seniorklubben kan ofte også deltage i arrangementerne mod et mindre beløb.

De seneste ture har gået til: Den blå Planet, Frederiksborg Slot, Juletur til Hørsholm og teater.

Kom og få en snak med os.

Arrangementerne bekendtgøres på receptionens opslagstavle.

Træningscenter: Træning er yderst værdifuldt for det enkelte menneske, idet det bidrager til øget velvære, glæde, øget muskelstyrke og smidighed. Generelt styrker fysisk træning til en bedre hverdag med mere overskud.

For seniorerne er der holdtræning hver mandag og fredag fra 15.15 – 16.00

Derudover kan alle selvtræne, uden for holdtiderne. Træningscentret har åbent fra morgen til aften. Følgende muligheder er til stede: Kondicykler, stepmaskine, håndvægte, balancebræt, ribber og bolde. Tlf. 46 11 26 05.

Bibliotek: Vi har flere reoler fyldt med bøger, som du frit kan låne. De findes også i magnaprint. Vi håber du vil benytte dig af muligheden og også huske at levere bøgerne tilbage, når du har læst dem – så kan andre også få glæde af dem. Bøgerne findes på 1. sal ved siden af indgangen til afd. H..

Frisørsalon: Mandag til fredag kl 10-15. Tid kan bestilles på 46 11 26 90 eller 22 82 63 06. Frisørsalonen ligger på 1. sal i blok G. Elevator findes ud for administrationen.

Reception: Har åbent alle hverdage kl. 10-13.
Tlf. 46 11 26 01. Salg af øl, vand og vin samt en del dagligvarer.
Mælk leveres mandag og fredag og skal bestilles dagen før inden kl. 12.00.
Brød leveres om fredagen og bestilles dagen før. Her bestilles også vaske tid og købes vaske kort.

Betaling for køb på
Lions Park Birkerød: Bedes indbetalt i receptionen/kiosken den 1. hverdag i måneden fra kl. 10.00 - 13.00.

Teknisk service: Kontortid mandag, onsdag og fredag kl. 12.00–12.30 i kontoret ved siden af aktivitetscentret, tlf. 72 68 26 14. Ved behov for kontakt uden for kontortiden kan Michael Bay kontaktes via mail mbay@rudersdal.dk eller via en seddel i postkassen.

- Vaskeri: Findes i blok D mod haven. Kan benyttes alle dage kl. 08.00-19.00.
- Vinduespolering: Kan bestilles hos vinduespudser.
- Aviser og flasker: Aviser og flasker må ikke kastes ned i nedfaldsskakten, men lægges i grønne containere under trappen. Stort affald kan anbringes ved containeren, som findes i garagen nær blok B.
- Gadedøre: Alle yderdøre lukkes automatisk kl. 19.00 hele året.
- Fodring af fugle: Opmærksomheden henledes på, at det er forbudt at fodre fugle, da det tiltrækker rotter, mus og ræve.
- Alarm: I alle lejligheder findes et alarmsystem. Ved akut opstået sygdom kan hjælp tilkaldes ved tryk på alarmknappen, eller ved et træk i alarmsnoren. Udenfor normal arbejdstid går alarmerne til personalet på plejeafdelingen.

Birkerød, januar 2018