

A close-up photograph of a flowering branch, likely a rose or similar species. The image features several large, white flowers with prominent yellow stamens and pink-tinted petals. Interspersed among the open flowers are numerous buds, some showing a mix of white and pink. The background is filled with vibrant green leaves, creating a lush, natural setting. The overall lighting is bright, highlighting the delicate textures of the petals and the sharp edges of the leaves.

Kärnan

Maj

Undrar du över något?

Har du förslag på aktiviteter, underhållning eller något annat, kom gärna in eller ring och ge förslag.

Aktivitetssamordnare	0416-27186
Enhetschef	0416-27190
Kök	0416-27188
Assistent	0416-27047

Restaurang Hjärtat

Med reservation för att eventuella ändringar kan ske
Lunchen serveras 12.00-13.30

Priser

Pensionär vardag	61 Kr
Pensionär helg	66 Kr

Alla seniorer i Sjöbo kommun är välkomna till oss på Kärnan.

Du är välkommen till våra lokaler där du kan träffa andra människor och känna gemenskap och trygghet på ett naturligt sätt. Vill du inte delta i våra underhållningar erbjuder vi ett av grupprummen att fortsätta diskussionen efter lunch. Vi har många aktiviteter att erbjuda som du kan läsa om i detta häfte. Kärnan har öppet till 19.

Varje vecka

Alla dagar Biljardträning (ej kl. 14.00-15.00 torsdagar)

Lördagar kl. 13.00 Olika kortspel

Söndagar kl. 13.00 Olika kortspel

Datorhjälp

Hos oss kan du få tips och hjälp med hur du använder en dator och surfa på internet. Ring eller kom in för att boka tid. Det finns två datorer tillgängliga när du vill.

Meny Vecka 18

Onsdag 1/5

Kalvstek med potatis och gräddsås sommarblandning gelé

Frukt i gelé med grädde

Torsdag 2/5

Kött och grönsakssoppa med bulle

Inlagdsill med potatis och ägg gräddfyl tomatklyftor

Risgrynskaka med sylt och grädde

Fredag 3/5

Skinklåda med grönsaksblandning

Köttgryta med potatis

Husets dessert

Lördag 4/5

Kaviar gratinerad torsk med potatis och ärtor

Sommarkräm med grädde

Söndag 5/5

Porterstek med potatis och gräddsås gelé brysselkål

Körsbärspaj med grädde

Aktiviteter Vecka 18

Onsdag 1/5

13.15 Fiaspel

Torsdag 2/5

10.15 Leo hjälper och visar hur en Ipad, mobil och dator används

14.30 Gudstjänst

13.00-17.00 Bridge

15.00-17.30 Herrbastu

Fredag 3/5

10.00 Vi möts och minns

12.45 Frågesport Vi läser frågorna högt

13.00 Bingo

15.00-17.30 Dambastu

Meny Vecka 19

Måndag 6/5

Rotmos med rimmad fläskbog senap

Grisfötter med potatismos

Hallonkräm med grädde

Tisdag 7/5

Fisk i senapsgrädde med potatis och morötter

Stek med potatis och gräddsås

Chokladpudding med vispgrädde

Onsdag 8/5

Italiensk köttfärsgratäng med brytböner

Korvgryta med potatis

Persika med grädde

Torsdag 9/5

Ärtsoppa med rökt fläsk senap

Potatismos med rimmad fläskbog senap

Pannkakor med sylt och grädde

Fredag 10/5

Kycklinglevergryta med potatis/ris broccoli lingonsylt

Köttgryta med potatis

Husets dessert

Lördag 11/5

Fisk under örttäckte med Kärnans hemlagad potatismos

Jordgubbskräm med grädde

Söndag 12/5

Slottsstek med potatis och herrgårdsgrönsaker gräddsås gelé

Päron med vispgrädde

Aktiviteter Vecka 19

Måndag 6/5

10.00 Promenad

15.00- 17.30 Herrbastu

Tisdag 7/5

09.30 Minibuss Fyledalen, Fars Hatt, Flyinge plantskola

fika på Smedjan

10.00 Bokade tider hos Leo som hjälper dig med Ipad, mobiltelefon

10.00 Porslinsmålning

13.15 Kortspelet 31

15.00- 17.30 Dambastu

Onsdag 8/5

09.30 Minibuss Fyledalen, Fars Hatt, Flyinge plantskola

fika på Smedjan

13.15 Fiaspel

Torsdag 9/5

10.15 Leo hjälper och visar hur en Ipad, mobil och dator används

15.00 Våfflor sista gången innan sommaren

13.00-17.00 Bridge

15.00-17.30 Herrbastu

Fredag 10/5

10.00 Vi möts och minns

12.45 Frågesport Vi läser frågorna högt

13.00 Bingo

15.00-17.30 Dambastu

Meny Vecka 20

Måndag 13/5

Baconlindad frukostkorv med stekt potatis och stekt ägg

Stekt blodkorv med lingonsylt

Aprikoskräm med grädde

Tisdag 14/5

Kutterströmming med potatismos och ärtor

Oxstek med potatis och brunsås

Citronfromage med vispgrädde

Onsdag 15/5

Persiljejärpar med potatis och brunsås lingonsylt bönor

Kökets val

Sommarkräm med grädde

Torsdag 16/5

Skånsk kålsoppa med frikadeller och smörgås

Köttgryta med potatis

Ostkaka med sylt och vispgrädde

Fredag 17/5

Pytt i panna med rödbetor stekt ägg

Vegetariskpytt

Husets dessert

Lördag 18/5

Rökt kalkon med potatisgratäng rostad lök majs och paprika

Körsbärskräm med grädde

Söndag 19/5

Kalops med potatis och rödbetor

Marängsviss

Aktiviteter Vecka 20

Måndag 13/5

10.00 Promenad

08.00 Sista dagen för anmälan till Stor buss utfärd och betalningsdag

Tisdag 4 juni åker vi till Fulltofta Naturum fm fika, lunch

12.00 Karidals dagcentral i Eslöv och Trumpetarbostället(nära

Röstånga) kl 13.45 ca 2 tim där med guidning, inträde och kaffe/kakor

Pris 360 kr buss med lift

13.00 Inneboule

15.00- 17.30 Herrbastu

Tisdag 14/5

10.00 Bokade tider hos Leo som hjälper dig med Ipad, mobiltelefon

13.15 Kortspelet 31

15.00- 17.30 Dambastu

Onsdag 15/5

13.15 Fiaspel

Torsdag 16/5

10.15 Leo hjälper och visar hur en Ipad, mobil och dator används

13.00-17.00 Bridge

15.00-17.30 Herrbastu

Fredag 17/5

10.00 Vi möts och minns

12.45 Frågesport Vi läser frågorna högt

13.00 Bingo

15.00-17.30 Dambastu

Meny Vecka 21

Måndag 20/5

Bruna bönor med stekt fläsk

Grönsaksstuvning med stekt falukorv och senap

Äppelkräm med grädde

Tisdag 21/5

Kokt torsk med potatis och senapssås och ärtor

Stek med potatis och gräddsås gelé

Fruktkompott med gräddmjölk

Onsdag 22/5

Baconbiffar med potatis och gräddsås vaxbönor lingonsylt

Korvgryta med potatis

Frukt cocktail med grädde

Torsdag 23/5

Hedvigsoppa (fläskfärs) hembakad bulle

Kökets alternativ

Tosca äpple med vanilj och kanelgrädde

Fredag 24/5

Kasslergratäng med ost och ananas potatis kall sås sallad

Pastasallad med kyckling och sweet chilisås bulle

Husets dessert

Lördag 25/5

Mandelfisk med potatis och citronsås ärtor

Ris ala Malta med sylt

Söndag 26/5

Plommonfläsk med potatis och brunsås bönor äpplemos

Cheesecake med bär

Aktiviteter Vecka 21

Måndag 20/5

09.30- 16.00 Raftarp

13.00 Kortbingo

15.00- 17.30 Herrbastu

Tisdag 21/5

09.30- 16.00 Raftarp

10.00 Bokade tider hos Leo som hjälper dig med Ipad, mobiltelefon

13.15 Kortspelet 31

15.00- 17.30 Dambastu

Onsdag 22/5

09.30- 16.00 Raftarp

13.15 Fiaspel

Torsdag 23/5

09.30- 16.00 Raftarp

10.15 Leo hjälper och visar hur en Ipad, mobil och dator används

13.00-17.00 Bridge

15.00-17.30 Herrbastu

Fredag 24/5

10.00 Vi möts och minns

12.45 Frågesport Vi läser frågorna högt

13.00 Bingo

15.00-17.30 Dambastu

Meny Vecka 22

Måndag 27/5

Korvstroganoff med potatis/ris och sommarblandning

Broccolisoppa med skinksmörgås

Mandariner med grädde

Tisdag 28/5

Gräddig torkfilé med tomat och potatismos morötter

Köttgryta med potatis

Brylépudding med karamellsås

Onsdag 29/5

Kålpudding med potatis och brunsås lingonsylt

Kökets val

Svartvinbärskräm med grädde

Torsdag 30/5

Snitsel med klyftpotatis och bearnaisesås bukettgrönsaker

Kokosrabarber med kanelgrädde

Fredag 31/5

Ugnstekt fläsk med katrinplommon med potatis och gräddsås

Färsrätt med potatis och lingonsylt

Husets dessert

Aktiviteter Vecka 22

Måndag 27/5

10.00 Promenad

13.00 Inne Boule

15.00- 17.30 Herrbastu

Tisdag 28/5

09.00 Kör vi till Sjöbo Kaffestuga med minibussen kör flera ggr. kl

10.00 äter vi ost/skinkbulle med kaffe Pris 70 kr Anmäl och betala

13.00 Kör jag till Ystad sandskog tar en fika nära havet Bara 6 platser i minibussen anmäl

10.00 Bokade tider hos Leo som hjälper dig med Ipad, mobiltelefon

13.15 Kortspelet 31

15.00- 17.30 Dambastu

Onsdag 29/5

09.30 Minibuss Fyledalen, Fars Hatt, Flyinge plantskola
fika på Smedjan

13.15 Fiaspel

Torsdag 30/5

Kristi himmelfärds dag

15.00-17.30 Herrbastu

Fredag 31/5

10.00 Vi möts och minns

12.45 Frågesport Vi läser frågorna högt

13.00 Bingo

15.00-17.30 Dambastu



Fixar-Lisa

Behöver Du hjälp med något hemma hos Dig? Fixar-Lisa hjälper dig som är äldre eller funktionshindrad. Servicen är helt gratis men ev. material bekostas av beställaren.

Telefon 0708-92 04 81