



LYNGBY-TAARBÆK
KOMMUNE

SEPTEMBER 2021

LYSGLIMT

AKTIVITETSBLAD FOR
PLEJECENTER VIRUMGÅRD



INDHOLDSFORTEGNELSE

Indholdsfortegnelse.....	2
Efterårshilsen.....	3
Nyansættelser på Virumgård.....	4
Gudstjeneste.....	5
Sommer på Virumgård.....	6
Cirkus Berdino.....	7
Is og musik.....	8
Frederikke Vedel.....	10
Fællessang.....	11
Efterårsquiz.....	12
Virumgårds Venner.....	14
Vedbæk Pigegarde.....	17
Efterårsdigt.....	18
Hjernegymnastik.....	19
Løsninger.....	20
Sudoku.....	21
Hjernegymnastik.....	22
Danseevent.....	23
Huskedagen.....	24
Telefonliste.....	25
Gå-fællesskab.....	26



Bladet er produceret af udvalgte medarbejdere og ledere tilknyttet byens fem kommunale plejecentre og tre aktivitetscentre.

Redaktion:

Marianne Frøjk Strandsbjerg, Cecilia Dolsø og Charlotte Herbert.

Har du idéer til kommede blade, gode historier, ris og ros etc. så kontakt os endelig på mail: aktivitetsbladet@ltk.dk eller tlf.nr. 30312877.

Printet hos Trykkeriet på Rådhuset i Lyngby-Taarbæk Kommune i fem varianter, i alt 850 eksemplarer. September 2021.

Du kan også finde Aktivitetsbladet på plejecentrets hjemmeside.

Næste blad udkommer december 2021. Deadline d. 10. november 2021.

EFTERÅRSHILSEN



Kære alle

Sommerferien er ved at være slut for de fleste, en sommer som har været fantastisk med varme og sol over det ganske land.

På Virumgård har vi haft en god sommer, hvor vi blandt andet hygget med EM og OL i fjernsynet. Vi har blandt andet haft grillfest i haven og fællessang med Louise på Henning Petersens Plads og i Atriumgården og små busture ud af huset.

I August havde vi en festlig dag med musik og sang fra Benjamin Aggerbæk og hyggelig isvogn fra Paradis is. Vejret var ikke helt med os denne dag, så vi trak indenfor i cafeén, men det gjorde bestemt ikke stemningen ringere. Mange sang med på de kendte numre Benjamin spillede på en lidt jazzet og meget iørefaldende måde.

Lige om lidt er det efterår og vi ser frem til mange hyggelige arrangementer store som små fra både Virumgård Venner, og egne medarbejdere.

Ligeledes hilser vi velkommen til vores nye præst Sofie Lindegård. Sofie har sin første gudstjeneste på Virumgård i oktober.

Vi nyder meget at Virumgård igen kan være et samlingspunkt for både egne beboere og omkringboende borgere. Og at vi sammen kan skabe gode stunder med musik, samvær og fællesskaber.

God sensommer
Bettina Hansen



NYANSÆTTELSE PÅ VIRUMGÅRD

NY AFDELINGSLEDER A-HUSET

Hej alle

Mit navn er Thomas Lamarche. Jeg er tiltrådt som ny afdelingsleder i hus A fra d. 1/7.

Jeg har været ansat i Lyngby Taarbæk Kommune siden 2006 - først som social og sundhedshjælper, og fra 2016 som social og sundhedsassistent.

Jeg har derfor en bred forståelse for de krav, der bliver stillet til medarbejderne, og vil derfor arbejde på at øge fagligheden. Det mener jeg er vigtigt, da det også bidrager til større arbejdsglæde, som i sidste ende kommer beboerne til gode.

Privat bor jeg med min kæreste på Amager, i min fritid bruger jeg meget tid på at være aktiv udendørs, det kan være på cykel, til bens eller på jagt. Jeg ser frem til at løfte opgaven som afdelingsleder, til glæde for personale og beboer. Man kan altid komme forbi mit kontor hvis man ønsker at snakke om, hvordan det står til.

Venlig hilsen

Thomas Lamarche

Afdelingsleder Hus A



NY TEKNISK SERVICEMEDARBEJDER

Hej alle

Jeg hedder Rene Wenzel.

Jeg er 52 år og bor i Rødovre

Jeg kommer fra bolig sektoren og har været driftsleder i 22 år.

Jeg har altid godt kunne tænke mig at arbejde på et plejehjem og så fik jeg muligheden og sagde ja med det samme og har ikke fortrudt et sekund.

Venlig hilsen

Rene Wenzel



GUDSTJENESTE

KOM MED TIL GUDSTJENESTE
DEN FØRSTE TORSDAG I HVER MÅNED

KL. 14.30 I CAFÉEN PÅ VIRUMGÅRD
MED PRÆSTEN

SOFIE LINDEGÅRD



D. 2. SEPTEMBER

D. 7. OKTOBER

D. 4. NOVEMBER

D. 2. DECEMBER



SOMMER PÅ VIRUMGÅRD

Den danske sommer er jo skøn og i disse sommermåneder nyder vi også at kunne bruge de udendørs arealer til at mødes til musikalske arrangementer.

Når vejret ikke er med os har vi heldigvis nogle gode indendørs lokaler, vi kan mødes i.



Alt dette kan du se stemningsbilleder fra her på de næste sider. Vi starter her med billeder fra besøg af Danzetten.



Traditionen tro besøgte de frivillige gårdmusikanter ved navn Danzetten plejecentrene Virumgård, Solgården, Bredebo og Baunehøj i juni måned. Den 17. juni var de på Virumgård, hvor der blev spillet danske sange, som der kunne synges med på fra sanghæfterne.



CIRKUS BERDINO

Vi måtte rykke indendørs pga. regnvejr den 21. juni, da Cirkus Berdino var på besøg. Virumgårds Venner stod for denne gode idé at prøve noget helt nyt med et cirkus og der var stor tilslutning og mange smil på læben. Udoover trylleri viste de 4 hunde og grisen Gurli også deres kunstner.



IS OG MUSIK

Sol og is er indbegrebet af sommer. Solen måtte vi dog undvære d. 17. august, men isen var der. Denne tirsdag var en særlig dag da Paradis is kom ud på Virumgård med en isvogn både i C-huset og i caféen. Her kunne alle komme op til isvognen og vælge den is, de havde lyst til.

Isen kunne nydes sammen med skøn musik af Benjamin Aggerbæk. Her kan du se stemningsbilleder fra C-huset.





Is og musik i caféen



FREDERIKKE VEDEL

Frederikke Vedel gæstede de fire kommunale plejecentre i slutningen af august sammen med pianisten Johann Gustav.

De var at høre på Virumgård d. 26. august og det var en meget rørende og smuk oplevelse.



FÆLLESSANG

Siden maj har vi sunget sammen hveranden tirsdag ude i Atriumgården og på Henning Petersens Plads sammen med musikterapeut Louise. Vi fortsætter så længe vejret tillader det. Her nogle skønne stemningsbilleder fra fællessang.



EFTERÅRSQUIZ

1. Fortsæt efterårssalmen: "Dybt hælder året i sin gang..."

- a) "... Alt visner og forgår".
- b) "... snart ødes eng og lund".
- c) "... og skoven falmer gul".

2. Hvorfor fejrer vi allehelgensdag første søndag i november?

- a) For at mindes de døde.
- b) For at holde dæmoner væk.
- c) For at fejre vinterens snarlige komme.



3. Frank Jæger har skrevet digtet "Det løvfald, som vi kom så alt for nær", som Tony Vejslev har sat musik til. På hvilken dansk ø boede Frank Jæger fra midten af 1950'erne?

- a) Samsø.
- b) Langeland.
- c) Bornholm.

4. Den 11. november fejres helgen Sankt Martin – på dansk kendt som Morten Bisp. Hvorfor markeres mortensdag netop denne dato?

- a) Det er Sankt Martins fødselsdag.
- b) Det var den dato, Sankt Martin blev helgenkåret.
- c) Det er Sankt Martins begravelsesdag.

5. Hvornår blev efterårsferien indført for danske skoleelever?

- a) I 1899, hvor det blev fastlagt, at børn skulle holde fri (kartoffelferie) i uge 42
- b) I 1921 i kølvandet på industrialiseringen, som havde ført til, at halvdelen af den danske befolkning nu boede i byerne.
- c) Med folkeskoleloven af 1975, hvor man også moderniserede den danske folkeskole og afskaffede realskolen efter 7. klasse.

6. Et af disse royale børn har fødselsdag i oktober, hvem?

- a) Prins Christian.
- b) Prins Felix.
- c) Prinsesse Isabella.



7. Hvilken af følgende FN-mærkedage ligger i oktober måned?

- a) International filosofidag.
- b) International antikorrupsionsdag.
- c) International pigedag.

8. "Nu falmer skoven trindt om land..." "Hvem har skrevet teksten til høstsalmen?"

- a) Thomas Kingo.
- b) N.F.S. Grundtvig.
- c) B.S. Ingemann.



9. Hvorfor skifter træernes blade farve i efteråret?

- a) Fordi luftens indhold af vand bliver mindre i efteråret, og den tørre luft får bladene til at skifte farve.
- b) Fordi der sker kemiske forandringer i bladene og bladene holder op med at producere det grønne stof klorofyl og de gule og orange farver træder frem i stedet for.
- c) Fordi den megen regn får vandindholdet i jorden til at stige. Derfor drukner de vitaminer, som træet skal bruge for at holde bladene grønne.

10. Når det er efterår i Danmark, er årstiden på New Zealand..

- a) Efterår.
- b) Sommer.
- c) Forår.



11. Hvad er den højeste temperatur, DMI nogensinde har målt i oktober måned?

- a) 26,9 grader.
- b) 23,4 grader.
- c) 29,8 grader.



12. I efteråret sætter de fleste planter frugt. Hvad kalder man et år, hvor der har været særligt mange agern?

- a) Et agernår.
- b) Et oldenår.
- c) Et nøddeår.



Find svarene på s. 20

NYT FRA VIRUMGÅRDS VENNER

Den 11. august holdt Støtteforeningen generalforsamling i Caféen på Virumgård Plejecenter med et pænt fremmøde på 37 medlemmer. På grund af corona-nedlukning i 2020 og foråret 2021 dækkede generalforsamlingen 2 år.

På dagsordenen var udover de sædvanlige punkter med beretning og regnskab, valg til bestyrelse og vedtagelse af nye vedtægter.

Johannes ønskede ikke at stille op til formand igen, men ville gerne fortsætte i bestyrelsen. Lis, Peter og Niels-Jørgen ønskede ikke at genopstille.

Den nye bestyrelse kom derfor til at se således ud:

Formand:	Hanne B. Hansen	valgt for 1 år
Næstformand:	Henning Petersen	valgt for 1 år
Kasserer:	Johannes Vedtofte	valgt for 2 år
Bestyrelsesmedlem:	Mira Petersen	valgt for 1 år
Bestyrelsesmedlem:	Torben Nielsen	valgt for 2 år
Bestyrelsesmedlem:	Hanne Frederiksen	valgt for 2 år
Suppleant:	Birgitte Pontoppidan	valgt for 1 år
Suppleant:	Finn Thomsen	valgt for 1 år

Som ny revisor blev valgt: Lisbeth Nobel

En stor tak til Johannes for de mange år som formand, og for, at han stadig vil være en del af bestyrelsen. Også en stor tak til Lis, Peter og Niels-Jørgen for deres store arbejde.

Kommende aktiviteter:

19. september	Koncert med Lotte Riisholt
17. oktober	Underholdning med Jeannet Ulrikkeholm
21. november	Koncert med Bertel Abildgaard
12. december	Julearrangement med Mindeperlerne

Derudover genoptager vi bankospil den 23. september, 21. oktober og den 18. november.

Indmeldelse i Støtteforeningen kan ske på mail: virumgaardsvener@gmail.com

Kontingent kr. 150,- og gaver kan indbetales på vores konto i Danske Bank:

konto 1551 0008735344

På foreningens vegne

Hanne B. Hansen, formand

VIRUMGÅRDS VENNER PRÆSENTERER:

Lotte Riisholt

Søndag den 19. september kl. 14.30
Caféen, Virumgård Plejecenter



En stor oplevelse med masser af kendte numre, som vi alle kan synge med på. Her er sange som "Lidt go´musik", "Gem et lille smil til det blir´gråvej", "Lykken kommer, lykken går" og mange flere. Glæd jer, det bliver en fest!

Virumgårds Venner er vært med servering af et lille glas og noget sødt

Arrangementet er gratis for alle.

Venlig hilsen Henning



De støtter Virumgårds Venner

danbolig

sorgenfri
optik

PUK^S
Hjemmehjælp



Virum Motor Co.
SKODA Volkswagen SEAT

Sarto
AkvarieService

VIRUMGÅRDS VENNER

PRÆSENTERER

JEANETT ULRIKKEHOLM

Søndag den 17. oktober kl. 14.30

Caféen, Virumgård plejecenter



Jeanett synger og spiller på lut, guitar og cello.

Vi får smukke danske sange af bl.a. Jeppe Aakjær, H.C. Andersen, Benny Andersen m.fl.

Der er fortællinger til alle sangene, så I får stof til eftertanke.

Kom glad og gå endnu gladere hjem.

Virumgaard's Venner er vært med et lille glas og noget sødt.

Arrangementet er gratis for alle.

Venlig hilsen Mira



VEDBÆK PIGEGARDE

I mange år har der i kommunen været arrangeret en seniorfestival, men i år er denne afløst af senioraktiviteter hen over sommeren og efteråret. Her arrangerer lokale foreninger, organisationer, frivillige og kulturelle organisationer i samarbejde med Lyngby-Taarbæk Kommune forskellige aktiviteter.

Som en del af senioraktiviteterne har alle plejecentrene i Lyngby Taarbæk Kommune fået besøg af Vedbæk Pigegarde hen over to weekender i august planlagt af plejecentrenes venneforeninger og kommunen. Her ses billeder fra d. 28. august, da de besøgte Virumgård.



EFTERÅRSDIGT

Frank Jægers digt fra 1948 beskriver en spadseretur i efterårets løvfald i Nordsjælland.

DET LØVFALD, SOM VI KOM SÅ ALTFOR NÆR

1 Det løvfald, som vi kom så altfor nær,
bedrog os med de ting, vi havde kær:
Den strenge, hvide sol. En sløret regn.
Et gult forundringssmil i Nyrup Hegn.

2 Hvor kom vi altfor nær på alle ting.
Det løvfald lod os se en sjælden ring:
Der stod en hest med samme hvide hår,
som vore arme unger engang får.

3 Din lille, varme hånd sad fast i min,
og der kom blæsten rendende med sin.
I vejens våde, blanke asfalta
drev mange flere blade end vi så.

4 Esbønderup. Det hvide hospital.
En fjern og ukendt hanes søndagsgal.
Dit blik fik gule marker med sig hjem.
Nu ejer du en længsel efter dem.

HJERNEGYMNASTIK

★	SLÆGT- NING	HÆR	TON	STRAKS	MALM	BE- SKÆRE	SIDST	★	TARIF	UDBRUD	GØRE STIV
TRÆNING								PROCES			
								TV-TYPE			
MÆRKE			OMRÅDE								
			PROGRAM								
STYR				MAGERT						LITER	
				OVER- SIGT						PLAGE	
1000		GÅ UD						SPOT			
		LEVN						SKRÆMME			
BY					KEND.- BOGST.				PATINA		
					STEDORD				ANKOMME		
NOPRET			IDAG			FUGL					
			IDET			VIRKE- LIGE					
★	TANKER						MÅLERE				TÆPPE- TYPE
	BUNKER						DANMARK				
TALE					FLOD					BELGIEN	
					BRYDER					SKRÅNING	
DRIK			SPIL					HASTE			
			BUSKADS					MUSIK- STIL			
BLAD				STRØM			LUKSUS				
				HÆLDE			NEDBØR				
KILO		REDSKAB								BYTE	
		FOR- ENING								TONE	
FARTØJ						SNYDE					
						FOSFOR					
MUSE								TONER			

LØSNINGER

Svar på efterårsquizen på side 12 og 13

1. B "... snart ødes eng og lund".
2. A For at mindes de døde.
3. B Langeland.
4. C Det er Sankt Martins begravelsesdag.
5. A I 1899, hvor det blev fastlagt, at børn skulle holde fri (kartoffelferie) i uge 42
6. A Prins Christian.
7. C International pigedag.
8. B N.F.S. Grundtvig.
9. B Fordi der sker kemiske forandringer i bladene og bladene holder op med at producere det grønne stof klorofyl og de gule og orange farver træder frem i stedet for.
10. C Forår
11. A 26,9 grader.
12. B Et oldenår.

SUDUKO

	5			8		4		9
4	7	9	5	2	1		6	3
3			9	6				7
2								4
7			2	4		9		
9		4	1	3	7	2		
				5	8	3		
	3	2					7	5
	4	6		7		1	9	8

2		6	1			3	9	
	8		3	5		2		
9		3	7				1	
4							8	3
		5	2	3	8	7	4	1
7		8				6	5	
	4		6	1	3		2	9
8						1	3	6
		1		9		5	7	4

		4		1				5
	7		2	4	9	8	1	3
		8	6	7		2	9	
5	8		7	9		4		
4			5				3	
7	6	2	4	8			5	9
		7					6	2
	2							1
3	4		9	6	2	5	8	

1		6	9	5	3	7		
	9	7			4		5	6
				8	7	2		1
	1		3		8			
9	3	5	4	7	6		1	
	6		2	1	5			3
	5			3				9
6						1	3	5
	7		5	6	1			8

HJERNEGYMNASTIK

Find 25 navne på danske statsministre.

Der er ét ord på hver linje. Ordene er placeret blandt tilfældige bogstaver.

Indsæt det manglende bogstav i det tomme felt.

1.	Ø	E	U	B	E	R	N	T	S	E		Q	R	Å	E	K	T	N	Q	P	K
2.	N	H	O	L	S	T	E	I	N	H		L	S	T	E	I	N	B	O	R	G
3.	T	W	U	F	R	V	S	L	S	Z		H	L	E	A	P	M	M	A	L	N
4.	F	J	X	Z	E	B	X	A	N	D		Æ	T	J	I	R	U	G	U	R	R
5.	X	R	X	Q	X	O	K	V	H	A		S	E	N	U	W	N	W	H	B	V
6.	R	E	E	D	T	Z	T	H	O	T		W	Å	V	H	O	Ø	Æ	F	Y	I
7.	R	Z	K	R	I	S	T	E	N	S		N	D	I	P	B	P	P	H	N	D
8.	T	A	G	R	X	Å	U	F	R	I		S	L	H	M	S	F	H	Z	H	U
9.	Q	S	Z	F	H	C	H	Y	E	M		L	T	K	E	W	O	Z	Z	L	E
10.	D	B	B	Q	S	U	Ø	R	S	T		D	Æ	O	L	G	J	Å	Y	X	U
11.	F	Q	V	K	Y	Q	T	M	Y	K		M	P	M	A	N	N	D	P	N	W
12.	N	B	A	U	N	S	G	A	A	R		H	O	Q	L	Å	X	Å	J	K	E
13.	R	T	A	U	M	X	L	E	R	I		S	E	N	J	Å	N	D	Æ	T	Z
14.	U	U	Ø	Ø	Å	R	X	Y	T	R		T	W	I	T	T	F	Ø	P	I	Q
15.	N	C	F	J	D	J	Ø	R	G	E		S	E	N	U	L	K	I	Å	H	J
16.	J	Å	H	O	L	S	T	E	I	N		E	D	R	E	B	O	R	G	K	Å
17.	U	V	W	Y	T	D	Z	H	A	L		I	C	A	Y	O	P	I	K	N	Q
18.	H	R	F	W	M	Å	C	F	O	G		R	A	S	M	U	S	S	E	N	U
19.	D	F	Æ	J	M	Q	T	S	G	H		I	E	B	E	K	P	U	K	F	J
20.	N	N	I	J	S	C	A	V	E	N		U	S	S	T	E	F	Å	Ø	H	Z
21.	H	I	H	X	X	A	J	A	S	C		L	Ü	T	E	R	O	X	S	Y	N
22.	W	J	O	I	L	Z	V	B	I	S		H	E	S	T	E	D	Z	X	C	N
23.	E	A	U	J	K	E	R	Z	Æ	F		I	I	S	V	X	Å	L	Æ	B	T
24.	R	Y	W	L	Ø	L	D	F	O	L		O	N	N	E	S	B	E	C	H	Y
25.	B	H	B	J	N	E	E	R	G	A		R	D	Ø	C	H	Q	N	V	M	I

ANDRÆ, BAUNSGAARD, BERNTSEN, ERIKSEN, FOGHRASMUSSEN, FONNESBECH, FRIIS, FRIJS, HALL, HANSEN, HOLSTEINHOLOSTEINBORG, HOLSTEINLEDREBORG, JØRGENSEN, KAMPMANN, KRISTENSEN, LIEBE, MOLTKE, NEERGAARD, REEDTZTHOTT, ROTWITT, SCAVENIUS, SCHLÜTER, SEHESTED, ZAHLE, ØRSTED

DANSEEVENT

KOM OG DANS MED ELISABETH DALSGAARD

TORSDAG D. 16 SEPTEMBER
KL. 13.30-14.30

HENNING PETERSENS PLADS

Under mottoerne "Byd livet op til dans" og "Dans som lykkepille" rejser Elisabeth rundt med foredrag, undervisning og events i hele verden og for alle målgrupper.



Som en del af senioraktiviteterne i Lyngby-Taarbæk Kommune byder vi i september måned op til dans med Elisabeth Dalsgaard på alle plejecentrene i kommunen. Elisabeth vil byde op til dans og livsglæde, hvor den gode musik og stemning vil være i højsædet. Der tages udgangspunkt i den enkelte beboers behov og forudsætninger og med indgangsvinklen "lidt er bedre end ingenting" vil Elisabeth med sin inspirerende undervisning og energi byde ALLE op til dans og forsøge at få alle til at yde deres bedste og nyde musikken og samværet.

VI GLÆDER OS TIL AT DANSE SAMMEN

HUSKEDAGEN

Hvert år i september sætter Alzheimerforeningen fokus på demens med landsindsamlingen Huskedagen. På Huskedagen er hundredvis af frivillige på gaden landet over for at samle penge ind, fordi de gerne vil skabe gode vilkår for mennesker med demens og deres pårørende og være med til at bidrage til, at mennesker med demens og deres pårørende får et godt liv med demens.

Huskedagen fejres altid på den nærmeste lørdag til den Internationale Alzheimerdag, og i år er det lørdag d. 25. september.

Hvad går pengene til?

40-45 mennesker rammes hver dag af demens i Danmark, og over 400.000 danskere har demens tæt inde på livet – enten fordi de selv har en demenssygdom, eller fordi de er nære pårørende til en person med demens.

Pengene fra landsindsamlingen går til Alzheimerforeningens arbejde med at sprede viden om sygdommen i hele landet, for at bekæmpe demenssygdomme og at forbedre vilkårene for mennesker med demens og deres pårørende. Alzheimerforeningen støtter forskning i Alzheimers sygdom og demenssygdomme. De støtter og hjælper mennesker med en demenssygdom og deres pårørende med rådgivning, uddannelse og aflastning.

www.huskedagen.dk



TELEFONLISTE



NYTTIGE TELEFONNUMRE

Kontakt	Navn/Tlf. tid	Telefonnumre
Hovednummer	Plejecenter Virumgård	45 28 51 00
Plejecenterleder	Bettina Helle Hansen	45 28 51 02
Afdelingsleder afd. A	Thomas Lamarche	45 28 51 21
Afdelingsleder afd. B	Lene Slot	45 28 51 31
Afdelingsleder afd. C	Marianne Bøtcher	45 28 51 41
Køkken	Lenda Hjort	45 28 51 81
Café	Heidi Mouritzen	23 81 48 26
Frivilligkoordinatorer	Heidi Mouritzen	23 81 48 26
Aktivitet og frivillighedsterapeut	Marianne Strandsbjerg	30 31 28 77
Tandlæge	Tirsdag 08.00 – 15.00	21 53 06 21
Frisør	Karin Rasmussen	40 14 70 55



GÅ-FÆLLESSKAB



Under nedlukningen af vores samfund har mange af os siddet mere ned, end vi plejer. For mange ældre mennesker har det betydet, at de ikke kan gå så langt længere og at balancen er svækket. For rigtig mange har det værste dog været isolationen fra andre mennesker.

Den 19. maj mødtes en lille håndfuld mennesker ved springvandet foran Virumgård for at gå en tur. Siden har vi mødtes hver onsdag og gået tur.

GÅ-FÆLLESSKAB

DU ER OGSÅ VELKOMMEN
- for dig der bor i Virumgårds lokalområde

Vi går sammen

ONSDAGE kl. 13.00

Mød op ved springvandet foran Virumgård
Vi glæder os til at tage imod dig

**Har du spørgsmål kan du ringe til Dorte,
der er brobygger, på telefon nr. 2491 5192**

KOM OG MØD ANDRE, DER BOR I DIT NABOLAG

Nye deltagere har sluttet sig til os siden.
Når vi spørger deltagerne om,
hvad der er vigtigt at fortælle
om vores gåture siger de:

*"Vi er et gå-fællesskab for almindelige mennesker,
- hvor der er hensyn til forskellige behov.
Vi går med et passende tempo."*

*"Det er værd at understrege, at det er et hyggeligt fællesskab. Vi får nye
venskaber".*

"Det er en unik mulighed for at følge naturens gang året rundt".

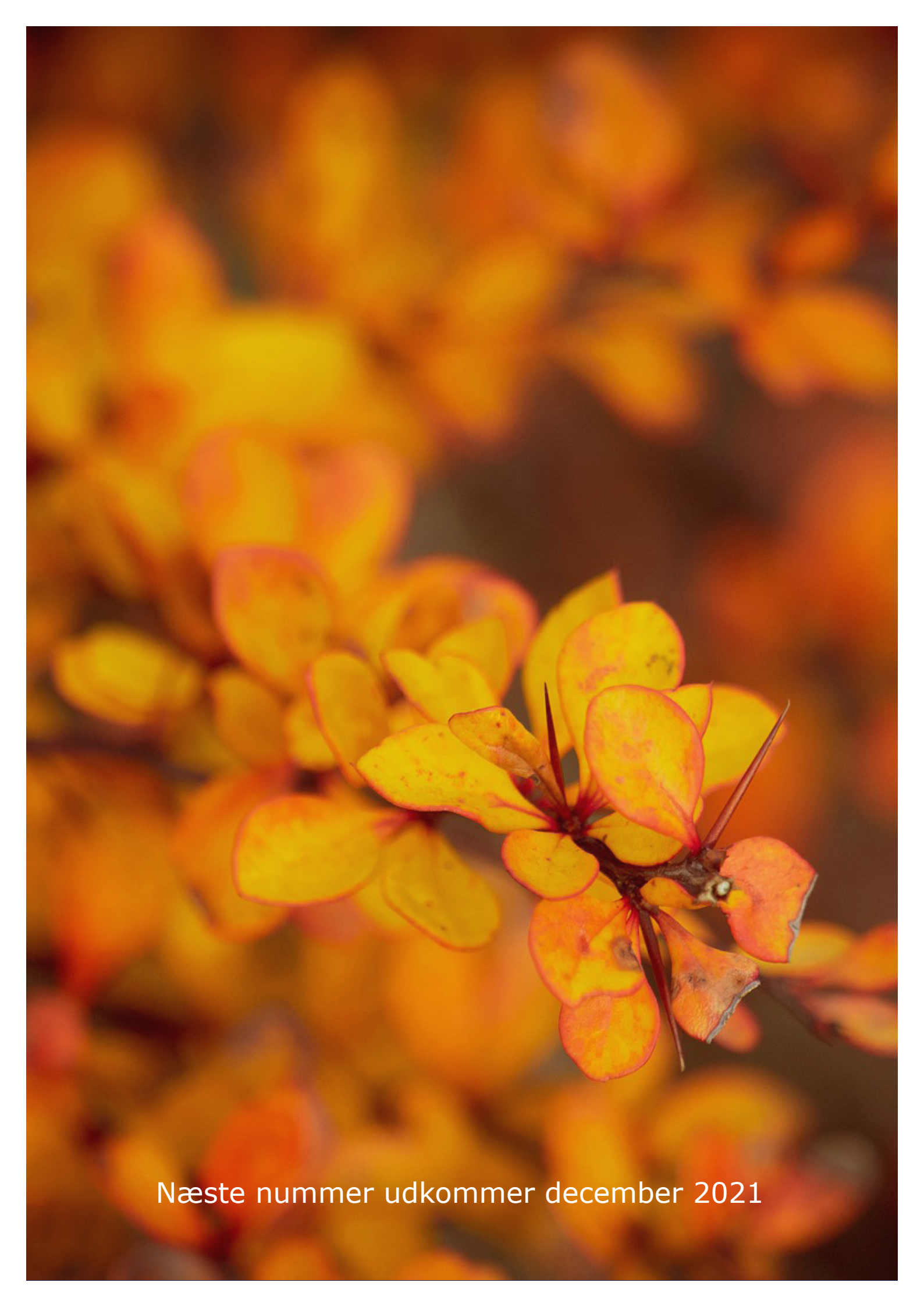
Sidst men ikke mindst sagde en deltager med spøg i stemmen:

"...og så er der fri bar – vi får en tår vand og en snak efter gåturen."

Gå-fællesskabet skaber muligheden for at komme ud og gå – og det skaber netop mulighed for at gøre det i et fællesskab, hvor man også kan få mødt og snakket med andre mennesker.

Vi hører også, at det er rart, at det er på det samme tidspunkt hver uge – så man ved der er nogen, der venter på, at man kommer.





Næste nummer udkommer december 2021