LYNGBY-TAARBÆK KOMMUNE

OKTOBER 2020

AKTIVITETSBLAD

PLEJECENTER VIRUMGÅRD

INDHOLDSFORTEGNELSE

Indholdsfortegnelse.....2
Efterårshilsen..... 3
Konkurrence.....4
Nyt fra terapeuterne.....5
Richard Ragnvald.....6
Sudoku.....8
Gårdkoncerter med Jens Jepsen.....9
Nyt fra musikterapeuterne.....10
Danzetten.....12
Quiz.....13
Efterårsdigt.....14
Halloween.....15
Danmarks underholdningsorkester.....16
Krydsord.....17
Cykelture.....18
Bliv frivillig cykelpilot.....19
Frivillighed.....20
Furesøen.....21
Portræt af Margaret.....22
Fælles cykeltur.....24
Fællessang..... 26
En tid i musikkens tegn.....27
Hygge i C-huset.....28
Intrio.....29
Huskedagen.....30
Virumgårds Venner.....31

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.

Printet hos Trykkeriet på Rådhuset i Lyngby-Taarbæk Kommune i fem varianter, i alt 800 eksemplarer. Oktober 2020.

Næste nummer udkommer december 2020

EFTERÅRSHILSEN

Virum 06.10.20

Kære læser

Lige nu sidder du med første udgaven af det nye magasin, som er afløseren for alle de små lokale husaviser, der indtil videre er blevet produceret på de enkelte plejecentre. En rigtig god måde til at få bredt viden ud til alle, som måtte læse dette blad. En stor tak til redaktionen.

Covid19 har i den grad sat dagsordenen her på Virumgård, hvilket jo har sat sine tydelige spor på de aktiviteter, der har kunnet tilbydes.
Men så har vi kunne så meget andet. Godt hjulpet af diverse hjælpepakker og aktivitetsteamets store indsats, har vi kunnet afholde de dejligste musikalske koncerter i gården.
Koncerter hvor de omkring boende også har kunnet deltage til alles fælles glæde. Der har været en fantastisk stemning.

Nu begynder den mørke tid og vi holder alle vejret, håber Covid-19 vil slippe sit tag og give mulighed for, at vi igen kan samles og nyde god musik, banko og samvær.

I skrivende stund vil jeg så også meddele, at jeg har valgt at overlade min plads på Virumgård plejecenter til nye kræfter. Jeg fratræder den 30.10.20.

Tak til alle for et godt samarbejde og for skønne stunder.
Jeg vil komme til at savne hver og én.

De varmeste efterårs hilsner fra

Ilse Salzmann

KONKURRENCE

Velkommen til det nye blad

Indtil foråret 2020 er der udkommet individuelle husaviser på de fem plejecentre og tre aktivitetscentre i Lyngby-Taarbæk kommune.

Fremover vil der udkomme et nyt fælles blad i 5 udgaver -
ét for hvert plejecenter og ét for aktivitetscentrene.
Bladet vil indholde en fælles del og en lokal del, hvor der vil blive givet information & historier fra de forskellige pleje- og aktivitetscentre.

Har du nogle ønsker eller idéer til indholdet til bladet, så kontakt os på mail eller tlf...

Aktivitetsbladet i dets nuværende form udkom første gang i maj 2020.
Dengang navngav vi bladet: ”Aktivitetsbladet.”
Men burde bladet hedde noget helt andet?

Det vil vi gerne høre jer om, så derfor udlover vi nedenstående navnekonkurrence.

Navnekonkurrence

VIND CHOKOLADE OG BLOMSTER

Har du et godt bud på, hvad dette blad skal hedde fremover? Så hører vi meget gerne fra dig. Vedkommende der finder det bedste navn, vinder en æske chokolade og en buket blomster.
Forslag kan afleveres i administrationen på plejecentrene eller sendes til mail: cecdo@ltk.dk

---

Navneforslag: _____
Navn: _____
Adresse: _____
Telefonnummer: _____

NYT FRA TERAPEUTERNE

Ekstra træningsaktiviteter i et år

Frem til næste sommer, har vi fået mulighed for at tilknytte fire fysio- og ergoterapeuter, så vi i alt er 9 deltidsansatte terapeuter tilknyttet de kommunale plejecentre. Det giver os mulighed for at tilbyde træningsaktiviteter både af fysisk, mental og social karakter.

I den kommende tid kommer vi rundt til alle jer, som også boede på plejehjem, da der var helt lukket ned for aktiviteter og besøg, og hører om I har lyst til at være med. Det er selvfølgelig helt frivilligt.
Vi har fordelt os, så der er én fysioterapeut og én ergoterapeut tilknyttet hvert plejecenter, men vi hjælper hinanden efter behov.

På plejecentrenes hjemmeside kan I læse mere om indsatsen, som er iværksat efter initiativ af Social og Sundhedsudvalget.

Herunder kan du se fysio- og ergoterapeuterne og hvilket plejecenter, de primært er tilknyttet.

Charlotte Baunehøj/DGLS

Maria Baunehøj/DGLS

Christina Baunehøj/ DGLS

Frederikke Virumgård

Nina Virumgård

Simone Bredebo

Gitte Solgården

Louise Solgården

Kicki Bredebo

RICHARD RAGNVALD

Tirsdag den 26. maj stod i musikkens tegn på byens seks plejecentre.

Solen skinnede fra en skyfri himmel & humøret var højt.
Dansktopsangeren Richard Ragnvald var inviteret til byen for at optræde.
I alt blev det til seks lyn-koncerter på plejecentrene.
Smilene var mange og beboerne var meget glade for musikken.

Koncerterne varede omkring 25 minutter, og der blev spillet de velkendte hits som ”Du er min øjesten”, ”En lille pige i flade sko” og selvfølgelig ”Kære lille mormor”.

DGLS

BREDEBO

SOLGÅRDEN

Koncerterne blev blandt andet nydt i plejecentrenes haver, i gårde & fra diverse altaner og terasser.

SUDOKU

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

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

GÅRDKONCERT MED JENS JEPSEN

Mere musik, hygge og fællessang. Sommeren har også budt på en turné med udendørs gårdkoncerter på alle kommunens plejecentre med musikeren Jens Jepsen.

DGLS

BREDEBO

BAUNEHØJ

SOLGÅRDEN

Vejret viste sine forskellige luner under turnéen og her på Virumgård, hvor Jens spillede både i gården og på broen, måtte beboerne krybe i læ og Jens få en parasol over hovedet for en stund, så han kunne spille videre trods en regnbyge.

VIRUMGÅRD

VIRUMGÅRD

NYT FRA MUSIKTERAPEUTERNE

Kære alle

Håber det går godt rundt omkring hos jer! Vi har sådan nydt vores fællessang udenfor med jer i haven eller på terrasserne, og er spændt på, hvad vi skal finde på nu, hvor efteråret sætter ind, og vi ikke kan mødes udenfor. Vi må se, om vi skal lidt rundt på stuerne og synge for jer i stedet. Ét eller andet finder vi helt sikkert på, og vi glæder os altid stort over at synge med jer.

Vi er gode til at skabe en festlig stemning sammen, og det bliver jo ekstra vigtigt her, hvor efterårsmørket og kulden så småt trænger sig på. Det handler verset i slutningen af denne lille hilsen om, at vi selv må finde lyset indeni, når der bliver mindre af det udenfor.

Men sikke en smuk og dejlig lun og mild sensommer, vi har haft. Det har virkelig været skønt. Håber også I har været ude og nyde det gode vejr i august og september! Vi er sikker på, vi nok skal få skabt mange gode stunder sammen dette efterår – også på trods af landshærgende virus.

Brug musikvognen
Husk nu endelig at musikvognen med alverdens forskellige genrer af indspillet musik fra dengang, I var unge, fortsat er tilgængelig for jer. Jeres pårørende er velkomne til at anvende udstyret, men ellers håber vi, I allerede har gjort jer erfaringer med at lytte til musik, I godt kan lide – også inde i jeres egne stuer, hvor I er velkomne til at ønske musikken ind.

Der er rigtig mange forskellige genrer at vælge imellem, såsom beroligende guitar musik, klassisk musik, The Beatles, 50'er musik, 60'er musik, jazz, tyrolermusik o.s.v. Der skulle være noget for enhver smag således, at I alle kan få lov at sidde og lytte til jeres yndlingsmusik.

Vi vil nu afrunde denne lille hilsen fra musikterapeuterne med dette fine og håbefulde efterårsvers skrevet til indvielsen af Båring (hvor Louise musikterapeut i øvrigt er født og opvokset) Højskole i 1959 – midt under Den Kolde Krig, som teksten også symbolsk refererer til:

Mørk er november og løvfaldet slut,
vandet begynder at fryse,
lyset fra solen og blomsterne brudt -
da må vort hjerte selv lyse.
Synge vil vi, legen er magt,
Mer' end beregning, forstand og foragt
værn mod det sorte og tomme.
Om der svæver dødeligt dræ,
vil vi dog elske - og plante et træ:
frugter kan uspået komme.

De bedste hilsner
fra musikterapeuterne

Ulla og Louise

DANZETTEN

I løbet af juni måned besøgte gårdmusikanterne Danzetten både plejecentrene Virumgård, Solgården, Bredebo og Baunehøj. Alle som deltog i Danzettens udendørs koncerter, kunne nyde danske klassikere og en dejlig eftermiddag i musikkens tegn.

Det er med tiden blevet til en fast tradition, at Danzetten kommer på musikalske besøg to gange årligt på byens fire store plejecentre.

Vi håber meget på, at vi kan byde Danzetten indenfor på plejecentrene til december og på den måde se frem til dejlige julemelodier & sange.

QUIZ

1. Hvor mange bud består Janteloven af?
__ 8 __ 10 __ 12

2. Hvilket af disse lande deltog ikke i 1. Verdenskrig?
__ Norge __ Tyskland __ Østrig

3. Hvad hed Svend Tveskægs far?
__ Knud den store __ Harald Blåtand __ Gorm den gamle __

4. Hvilket af disse fund fra oldtiden blev ikke fundet i Jylland?
__ Tollundmanden __ Solvognen __Guldhornene

5. Hvornår havde den første Olsenbanden film premiere?
__ 1968 __ 1970 __ 1972

6. Hvem leverede musikken til TV-serien Matador fra 1978?
__ Bent Fabricius-Bjerre __ Leif Kayser __ Herman D. Koppel

7. Hvilket land i verden har flest øer?
__ Indonesien __ Sverige __ Finland

8. Hvem blev Danmarks statsminister efter valget i 1979?
__ Poul Schlüter __ Jens Otto Krag __ Anker Jørgensen

9. Hvor længe har man været gift, når man kan fejre jernbryllup?
__ 60 __ 65 __ 70

10. Hvad hedder drengen, der ofte ender i et brændeskur i Lønneberg?
__ Orla __ Emil __ Peter

Se svarene på side 30

EFTERÅRSDIGT

Digt af Johannes Møllehave

Jeg elsker oktober og efterår,
med alle de farver træerne får
for siden at kaste farverne væk
og stå som tegnet med tusch og blæk
Hør skovenes efterårs hjerte banke:
Efterår, efterår eftertanke.

Cyklister i flokke når dagen gryer
med hænder på kølige cykelstyr,
hvor eftertanken er sval og skøn.
Kalenderens gavmilde efterløn
Pedaler trædes af alle kræfter.
Det er efterår: tid til at tænke efter.

Som egernet samler nød på nød
skal brændet stables til pejsens glød.
At sidde i ly og at sidde i læ
med duft af det brændende birketræ,
i ildskæret lyser øjnene blanke
efterår, efterår eftertanke.

Oktober som varsler vinteren ind.
Oktober med norden- og søndenvind
Oktober som pust fra et underbid.
Snart omstilles uret til vintertid.
Nu udskiftes skovenes garderober
Og træ-silhuetterne skriver: O K T O B E R.

Snart slutter tiden sin almanak.
Hvad er det der lyder som ordet tak?
Det er selve naturens aftenbøn
Naturen er kommet på efterløn.
Vinden kærtegner hestens manke.
Efterår, efterår eftertanke.

HALLOWEEN

Den 31. oktober er det Halloween. Halloween er oprindeligt en amerikansk mærkedag & skik, der bedst kan sammenlignes med den danske fastelavn. Omkring år 2000 kom Halloween til Danmark og med årene er Halloween blevet en fast årlig tradition i Danmark.

Særligt børn og barnlige sjæle har for alvor taget traditionen til sig og klæder sig uhyggeligt ud som blandt andet uhyrer, hekse, skeletter med mere. Børn går fra dør til dør og siger ”slik eller ballade” efter mørkets frembrud. Hvis ikke man giver børnene slik, truer de en med at blive udsat for narrestreger.

En af de mest kendte halloween-skikke er at udskære orange græskar med skræmmende ansigter og bruge dem som lygter. Tusindvis af græskær må hvert år lade livet og blive forvandlet til de flotteste og mest uhyggelige græskarlamper. Det anslås, at der sælges over 500.000 græskar i Danmark i forbindelse med Halloween.
Mange mennesker pynter uhyggeligt op både inde og ude og menuen står mange steder på uhyggelige, men velsmagende madretter.

Hvor stammer Halloween fra?
Oprindeligt var Halloween en keltisk skik, hvor man fejrede sommerens afslutning og at høsten var i hus. Festen symboliserede, at man nu gik den mørke tid i møde, og ifølge overtro var det denne ene aften muligt for de døde at færdes blandt de levende. Derfor klædte man sig uhyggeligt ud for at ligne de genopståede døde og narre dem, så de ikke ville hjemsøge de maskerede levende. Man skar lygter ud i roer og græskar, som kunne lyse og holde de døde væk.

På samme vis var der oprindeligt tradition for at sætte mad og lækre sager på de dødes grav denne aften for at lokke dem til at blive her, fremfor at hjemsøge de levende.
Det var altså starten på traditionen for at klæde sig uhyggeligt ud og bestikke de genopståede med lækkerier.

Senere tog kirken skikken til sig og tilegnede den alle helgener – heraf navnet ’All Hallows Eve’, der betyder allehelgensaften.

Kilde: www.alt.dk og faktalink.dk

DANMARKS UNDERHOLDNINGSORKESTER

I starten af august besøgte Danmarks Underholdningsorkester fem af kommunens plejecentre, hvor de med en strygekvartet, Mathias Grove på klaver og Frederikke Vedel som solist gav borgerne en kæmpe oplevelse med klassikere som 'Lyse nætter' af Alberte Winding, 'Gå med i Lunden' og 'Den Allersidste Dans' af Kai Normann Andersen og mange flere. Koncerterne blev sat i værk med støtte fra Slots- og Kulturstyrelsen samt Dansk Musikerforbund.

På Solgården skinnede skinnede solen fra en skyfri himmel og koncerten blev nydt fra haver, vinduer, altaner og tagterasser.

Jørgen og Mogens fra Solgården udtaler sig her om koncerten.

Selvom jeg er ældgammel og dødtræt og umulig at imponere, var jeg vågen hele tiden og dybt rørt. De spillede ualmindeligt flot, dejligt og rørende.

Sangerinden var fantastisk dygtig. Det var de alle sammen, siger plejehjemsbeboer Mogens Nom.

Det var en oplevelse ud over det sædvanlige. Som ung spillede jeg selv jazz på klaver, så derfor lagde jeg særligt mærke til pianisten. Han var virkelig god! Han spillede meget melodiøst.

Sangerinden var også fortræffelig ligesom strygerne. Det kunne ikke være bedre, siger Jørgen Ballhausen.

KRYDSORD

						KONTROL		GRINE	EN	FOR-NAVN	FODTØJ
						FAR-TØJ					
						ØRIK			FILM / POLITI-KORPS		
						2. UBE-KENDT		PADDE / BIB. NAVN			
★	JOBBET	ØSTRIG	NUM-MER	↓	ILD-STEDER	TOV / SANGER				GAMMEL AFGIFT	
KØKKEN-UD-STYR							BLOMST / TØR				
ANB.		BUSK / FOR-BUND							ENG. STEDORD / DRON-NING		
FYLD-ORD			TITEL / VARSEL					SPISE / UNION			GARN
FOD-TØJ				↓		VALUTA / RED-SKAB				POTE	
ITALIEN		BY / PERIODE					FUGL / BLONDE				
FUGLE					FISK / SAMLER						
KANT				↓ FAR-TØJ				FOR-NAVN / OVER-TAGE			VARME-KILDE
NEON			VINTER-LEJE / UNGE			PAS-SEDE / BIB. FORK.				SMALL / FRUGT	
TARA		TJENER / E-POST							FLOD / FILM-FIGUR		
FYRSTE-DØMME							SKRIG / FILM-FIGUR				
FØDE				↓ TON		CYKEL-UDSTYR / SKIB					NATI-ONER
			PRØVE / KURS					PULVER / STED-NAVN			
VIRK-SOMHED										KLOG	
SOO		LILLE VEJ / GRINEDE				TV-SERIE / STRAKS					
VAND-LØB				→ STED-ORD					GER-NING / KILO		
TALORD			DEFEKT				RED-SKAB				

CYKELTURE

Cyklerne har heldigvis ikke stået stille hen over sommeren – trods Corona. Der er blevet cyklet en del ture & turene er i den grad blevet nydt i fulde drag & mange beboere & cykelpiloter har fået vind i håret.

Er du pårørende og ønsker du at blive oplært i cyklerne, så du kan komme ud og cykle med dit familiemedlem (din pårørende), kontakt os da venligst pr. mail:

Den Gamle Lyngby Statsskole: Karin Andersen - kaan@ltk.dk
Solgården & Virumgård: Marianne F. Strandsbjerg - mastr@ltk.dk
Bredebo & Baunehøj: Cecilia Dolsø – cecdo@ltk.dk

Vi er også på udkig efter frivillige cykelpiloter, som har friske ben & lyst til at give en cykeltur til de ældre på plejecentrene og aktivitetscentrene. Du kan oprette en profil på www.cyklingudenalder.dk, så kontakter vi dig.

Du kan læse mere om Cykling uden alder på deres hjemmeside: https://cyklingudenalder.dk

Sommerens cykelture har budt på mange oplevelser i den smukke natur i nærområdet.

BLIV FRIVILLIG CYKELPILOT

OG GØR EN VERDEN TIL FORSKEL

LYNGBY-TAARBÆK KOMMUNE

Som cykelpilot giver du de ældre en mulighed for igen at opleve verden, få vind i håret og for at forblive en aktiv del af fællesskabet og nærmiljøet

Har du friske ben og lyst til at give en cykeltur igennem byen, til skov eller vand, så står der el-rickshaws klar til, at du snupper en tur med dine ældre medborgere, når det passer dig.

Sådan gør du:

Opret en profil på **www.cyklingudenalder.dk** så kontakter vi dig.

Du kan også sende en mail til: **frivillig-hos-aeldre@ltk.dk**

eller ring og hør mere på tlf: **20 22 68 13**

Vi glæder os til at hilse på dig

FRIVILLIGHED

Denne coronatid har også været en meget anderledes tid for de frivillige, som ikke har kunnet yde den frivillige indsats som de plejer, fordi der i flere måneder har været lukket ned for, at de frivillige kunne komme ind på plejecentrene. De frivillige har dog i denne periode kunnet deltage i og stå for udendørs fællessang, arrangementer, busture, cykelture mm.

Vi hylder de frivillige tilknyttet de fem kommunale plejecentre og aktivitetscentrene med et fælles socialt arrangement hvert år.
I år afholdte vi d. 3. september et udendørs arrangement med sensommerhygge i Frieboeshviles have, hvor der blev danset med afstand under de smukke træer til den meget tro og fantastiske kopi af Kim Larsen - René Heidmann.

FURESØEN

En af de frivillige cykelpiloter David tog dette skønne billede en tidlig morgen, hvor han kørte en af de ruter, han plejer at cykle med rickshawen. Furesøen er en del af den smukke natur, der ligger i nærområdet og hvis man snakker om Furesøen, er der flere fra den ældre generation, der mindes Furesøen som der, hvor de lærte deres børn at svømme.
Mon du også har nogle minder fra Furesøen?

Furesø, der er Danmarks dybeste sø og er en del af Mølleå-systemet, samt den største sø i dette system. Søen tilføres vand fra Mølleåen, som udspringer i afløbet fra Bastrup sø og løber gennem Farum sø, før den kommer ind i Furesø ved Fiskebæk og løber ud ved Frederiksdal, og videre til Lyngby sø og Bagsværd sø, før den efter 40 km ender i Øresund. Desuden tilføres vand til Furesø via en kanal fra Vejlesø.

Furesøen hed oprindeligt Fuursø, fra fuur, det gamle navn for træarten fyr. Skovfyrren var – sammen med birketræet – et af de første træer, som kom til Danmark efter istiden, og søen har derfor tidligere været omgivet af en ”urskov” af skovfyr.

Søens areal er på 940 ha (9.400.000 m²) og dermed Nordsjællands tredjestørste sø efter Arresø og Esrum Sø, med en største vanddybde på 37,7 meter. Der er om sommeren sejlads på søen med Baadfarten. Desuden findes sejlklub, roklub mv. – ligesom der er mulighed for at leje mindre både og kanoer. Langs Furesøens nordlige bred mellem Farum, gennem Bistrup og til Holte ligger et våd-, mose- og engområde, der kaldes Vaserne, hvor talrige tørvegrave fra 2. verdenskrig veksler med ellesumpe og danner et varieret landskab. Vaserne er kendt for sit rige fugleliv, bl.a. er her en bestand af nattergale. I hver sin ende af søen er der indrettet badestrande: Frederiksdal Fribad og Furesøbad.

Fra Wikipedia, den frie encyklopædi

PORTRÆT AF MARGARET

EN KVINDE MED RØDDER I TO LANDE, UTALLIGE SPROG PÅ TUNGEN OG EN REJSELYSTEN SJÆL

Første gang jeg møder Margaret, er jeg på besøg på den etage, hvor hun flyttede ind for lidt over et år siden. Under dette korte møde, når hun at fortælle om et spændende liv med mange rejser og et aktivt arbejdsliv. Jeg tænker straks, at andre også kunne have glæde af at høre denne historie og spørger derfor om hun kunne have lyst til at fortælle sin livshistorie til vores blad her. Det vil hun gerne og derfor bringer vi i dette nummer af aktivitetsbladet et portræt af Margaret Elizabeth Bevan Ward.

Skrevet af Louise Jørgensen Duus
Musikterapeut

EN KARRIERE SOM FREELANCE REJSESKRIBENT

Margaret er født og opvokset i Holte af en engelsk far og en dansk mor, og de talte dansk og engelsk i barndomshjemmet.

Efter endt realeksamen tager hun til England i et år, hvor hun lærer sproget. Herefter er hun to år i Paris som 'au pair', hvor hun lærer at tale fransk. Dernæst rejser hun et år til Rom, hvor hun lærer italiensk. Mens Margaret bor i Rom, begynder hun at skrive små artikler om hvordan det er at bo og rejse i udlandet. Hun skriver om landsbyer, museer, kirker og anbefaler små gode restauranter. De første trin i hendes karriere som freelance rejseskribent bliver således grundlagt i disse år. Efter Rom følger utallige rejser til mange forskellige lande, hvor hun fortsætter med at skrive rejseartikler til diverse blade og tidsskrifter - bl.a. Alt for Damerne, Motor, Hjemmet, m.fl. Hun skrev også to bøger til Politikens rejseserie "Turen går til…"

En af de rejser Margaret husker som noget ganske særligt, var hendes tur til Moskva, som hun og en veninde rejste til som nogle af de første turister. De var to kønne, unge piger, og de var flere gange lige ved at blive kidnappet. Men det skræmte hende ikke, og hun fortsatte med at rejse til Gotland, Gambia, Sydspanien, Frankrig, Belgien, Amerika og mange andre steder.

I starten rejste hun med sin veninde, men ellers fortæller hun med bestemt stemme, at hun altid rejste alene!!
Margaret lærte også at fotografere, og blev dermed endnu mere selvstændig i sit virke som rejseskribent

Hun var meget grundig i sit arbejde, og fortæller, at det var vigtigt for hende at læseren kunne mærke de steder hun besøgte og de mennesker, der boede dér.

EN STOR ROYAL OPGAVE

Da kronprinsesse Margrethe i sin tid blev forlovet med en fransk diplomat, Grev Henri, blev Margaret spurgt, af redaktøren fra Alt for Damerne, om hun ville tage til Frankrig og finde ud af, hvor den kommende prins Henrik kom fra, samt interviewe hans familie.
Kort efter var hun på vej til Frankrig.
Hun finder ud af, hvor forældrene til prins Henrik bor, får ringet dertil og lavet en aftale om at komme til familiens landsted næste dag. Hun bliver lukket ind af en nydelig dame, som henviser hende til at tale med Prins Henriks far. De taler sammen i flere timer og da middagen nærmer sig, bliver hun tilbudt at spise med. Her sad hun så til bords med prins Henriks forældre og hans flotte brødre, der vidst syntes Margaret var ret sød.

Undervejs i interviewet, der foregik over to dage, er der ting faren ikke kan svare på, hvorfor Margaret får en aftale med prins Henriks farmor.
Farmoren bor et lille stykke væk fra familien. Hun er en meget venlig dame, og de taler godt sammen. Til sidst i interviewet går farmoren hen til reolen og henter en stor bog om familiens historie. ”Værs’ god, den skal De ha’, for jeg kan mærke, De har en oprigtig interesse for vores familie og land”.
Margaret var naturligvis meget beæret over denne gave og har læst bogen mange gange siden.
For ca. 10 år siden er hun til et foredrag med Prins Henrik i København. Efter foredraget går hun hen og forærer ham bogen. Han takker mange gange og de taler sammen på fransk i ca. 15 minutter.
”Det kvarter glemmer jeg aldrig”, hvisker Margaret.

MARGARET OG HENRIK, MARGRETHE OG HENRIK

Margaret nåede også at møde en dejlig mand, der hed Henrik, som hun var sammen med i mange år. Vi taler om sammentræffet mellem deres navne Margaret og Henrik og Margrethe og Henrik. Margaret smiler lidt og siger: ”Dronningen fik sin Prins Henrik og jeg fik min.”

FÆLLES CYKELTUR

Vi har normalt en fælles cykel- og bustur forår og efterår, hvor vi samles fra kommunens fem plejecentre et sted i naturen.

Disse fælles ture har vi desværre ikke kunne gennemføre i år på grund af covid-19. I stedet for arrangerer vi i år én fælles cykeltur fra hvert af de fem plejecentre. Her samles frivillige cykelpiloter med cyklerne fra de forskellige centre på ét center og cykler en tur sammen.
D. 7. oktober gik turen med syv cykler med beboere fra Virumgård til Frederiksdal og videre langs Lyngby Sø og hjem gennem Sorgenfri Slotspark. Skøn tur i den smukke natur.

UDENDØRS FÆLLESSANG

I denne coronatid har vi været så heldige at foråret og sommeren har budt på mange dage med godt vejr.
I april måned indkøbte musikterapeuterne højtalere, mikrofoner og guitarer, så vi kunne opstarte udendørs fællessang på de fem kommunale plejecentre.
Musikterapeuterne Ulla og Louise lavede sanghæfter, som blev udleveret til alle afdelinger og de har stået for guitarspil og sang ledsaget af personale fra Aktivitet og Frivillighed og senere hen også med hjælp fra frivillige tilknyttet plejecentrene.
Indtil sommer var der fællessang i hver uge på plejecentrene på forskellige lokationer og efter sommeren, har vi sunget hver 14. dag så længe vejret har tilladt det. Det har været utrolig hyggeligt at synge sammen på denne måde og de frivillige har også nydt at kunne være med.

Nu hvor vi er gået ind i en koldere tid, flytter Louise fællessangen indenfor på afdelingerne. Hvornår Louise byder op til fællessang, kan I se på aktivitetskalenderen.

EN TID I MUSIKKENS TEGN

Denne sommer har virkelig været fuld af musikalske oplevelser, hvilket denne udgave af aktivitetsbladet også afspejler.

Det har været en gave at kunne bruge uderummet til at være sammen på afstand og i det fri omkring musikken både i den store gård foran caféen og på broen, som ligger så smukt ved søen.

Musikere har i denne tid kunnet søge støtte hos Dansk Musikerforbund og Slots- og Kulturstyrelsen til at afholde koncerter, hvilket også har resulteret i besøg af duoen Opsang og trioen Sangminder, som er repræsenteret på billederne ovenfor.

HYGGE I C-HUSET

Lørdag den 22/8-2020, blev danssætten skudt i gang i gildesalen i hus C for alle beboere.
Vi sang, dansede og hygget os i en time, hvor alle fik svinget træbenet og vi fik noget godt til ganen.

Det var en bragende succes og alle glæder sig til næste dans.
Der blev også snakket om, at der skulle trænes ben til næste danse aften,
så man rigtigt kan svinge damerne.

Se hvornår næste danseaften finder sted på opslagstavlen

Dansehilsner C-huset

På C.1.13 blev der holdt italiensk frokost, hvor der blev hygget med pizza, lækker dessert og bankospil.

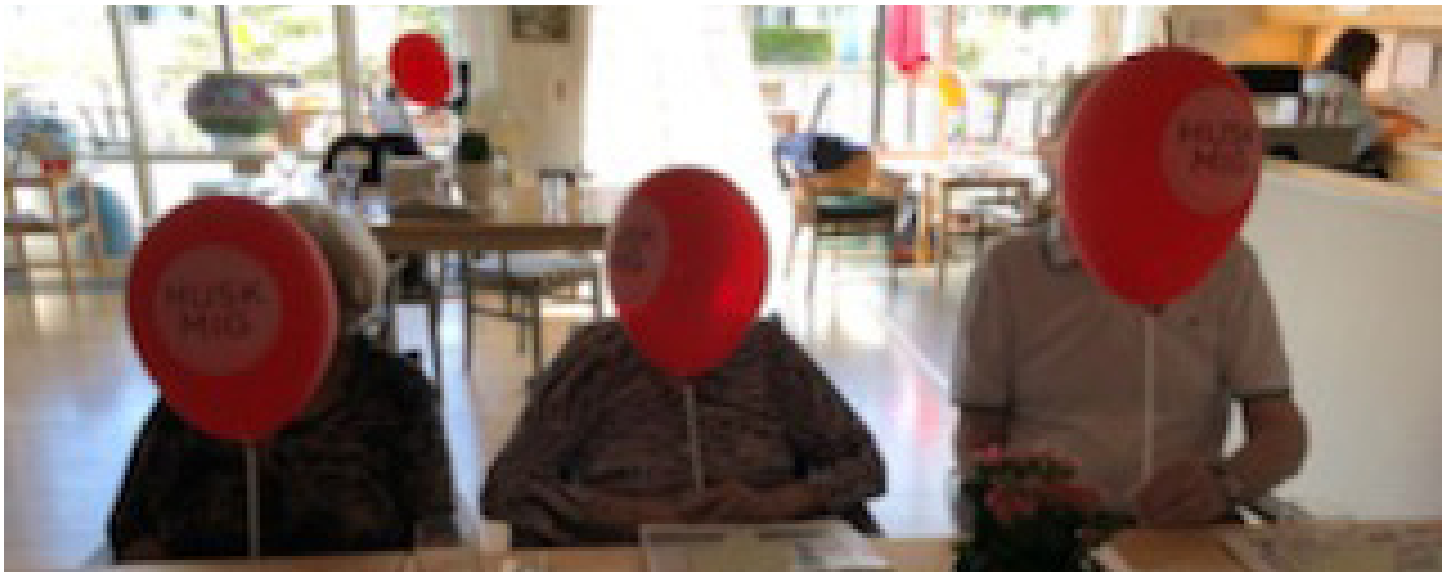
INTRIO

D. 7. september arrangerede datteren til Winnie, der bor på Virumgård en helt særlig underholdning i gården. Tre kvinder - Ann Farholt, Michelle Djarling og Lone Selmer der kalder sig Intrio havde en evne til både at sætte lattermusklen igang og betage med deres smukke stemmer.

Som en ekstra lille overraskelse stillede Winnies barnebarn, som står her på billedet sammen med Winnie, sig op og sang en solosang med en meget flot stemme.

HUSKEDAGEN

I forbindelse med den Internationale Alzheimerdag, hvor vi husker på dem som glemmer, blev der pyntet op ude på afdelingerne med huskeballoner og hygget med huskekager og kaffe.



Svar på quizzen s. 13

1. 10
2. 12
3. Gorm den gamle
4. Solvognen
5. 1968
6. Bent Fabricius-Bjerre
7. Sverige
8. Anker Jørgensen
9. 70
10. Emil

VIRUMGÅRDS VENNER

Efterårshilsen fra Støtteforeningen Virumgårds Venner

Kære alle beboere og pårørende

Vi i støtteforeningen er kede af, at vi i lang tid ikke har kunne give jer de gode oplevelser, vi så gerne vil.
Det er vores håb, at vi snart kan genoptage vores aktiviteter.
Indtil da ønsker vi alle et godt efterår, samt at I passer på jer selv og jeres kære.

På foreningens vegne
Bestyrelsen

Støtteforeningen
VIRUMGÅRDS
VENNER

Sommertid slutter søndag d. 25. oktober

Husk at stille uret 1 time tilbage

natten mellem den

24. og 25. oktober.

Konkurrence

FIND PÅ ET GODT NAVN TIL VORES GÅRD OG VIND CHOKOLADE

I denne coronatid har den store gård foran caféen ageret som musikscene for de mange koncerter, man også kan læse om i dette blad.
Men som beboer Grethe sagde en dag: ”Hvorfor har gården ikke et navn”?
Derfor denne konkurrence, hvor den, der finder på et godt navn til gården, vinder en æske chokolade. Skriv forslaget ned og aflever det på administrationskontoret.

Navneforslag: _____

Navn og lejlighed: _____

TAK FORDI DU LÆSTE MED

NÆSTE NUMMER UDKOMMER TIL DECEMBER