



LYNGBY-TAARBÆK  
KOMMUNE

**JUNI 2026**

7. årgang Nr. 5

# *LYSGLIMT*

AKTIVITETSBLAD FOR  
**VIRUMGÅRD PLEJEHJEM**



# INDHOLDSFORTEGNELSE

Indholdsfortegnelse.....	2
Information.....	3
Sommerhilsen.....	4
Hockeykamp.....	5
Banko.....	6
Søndagsunderholdning.....	7
Klaverkoncert.....	8
Boblberg.....	9
Mini-ol.....	10
Tøjsalg.....	12
Danzetten.....	13
Sankt hans.....	14
Fællessang og dans.....	15
Erindringsdans.....	16
Fællessang i Den gamle have.....	17
Aktivitetskalender.....	18

Redaktion: Betina Sanggaard og Marianne Frøjk Strandsbjerg.

Kontakt redaktionen på: [aktivitetsbladet@ltk.dk](mailto:aktivitetsbladet@ltk.dk) eller tlf.nr. 30312877.

Oplag: 125 eksemplarer. Trykt på Virumgårds kopimaskine.

Du kan også finde Aktivitetsbladet på plejecentrets hjemmeside.

Næste blad udkommer juli 2026.

Deadline d. 15. juni 2026.



# INFORMATION

## **GLÆD DIG TIL I JUNI:**

**Tirsdag d. 2. juni:** Hockeykamp

**Tirsdag d. 9. juni:** Hockeykamp

**Torsdag d. 11. juni:** Banko

**Søndag d. 14. juni:** Søndagsunderholdning

**Mandag d. 15. juni:** Klaverkoncert

**Tirsdag d. 16. juni:** Mini-OL

**Fredag d. 19. juni:** Tøjsalg

**Mandag d. 22. juni:** Danzetten

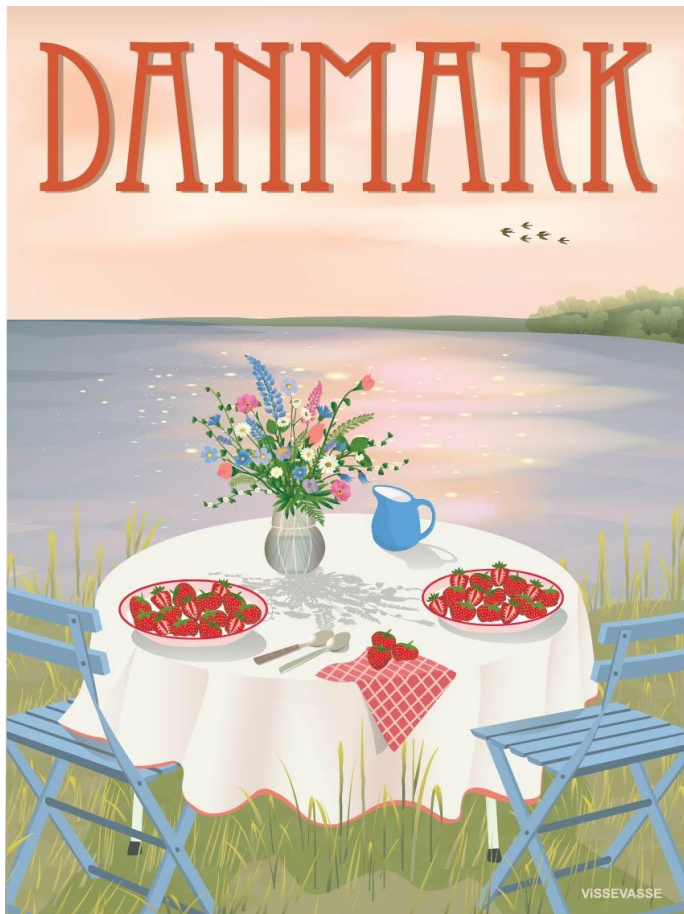
**Tirsdag d. 23. juni:** Sankt hans

**Torsdag d. 25. juni:** Banko

**Tirsdag d. 30. juni:** Fællessang og dans

## **GLÆD DIG TIL I JULI:**

**Tirsdag d. 7. juli:** Koncert med Dennis



*Kære beboere og personale på Virumgård Plejehjem samt øvrige læsere af Lysglimt*

*Bestyrelsen i Støtteforeningen Virumgårds Venner vil gerne sige tak for et dejligt forår og den store opbakning, vi får, til vores arrangementer.*

*I juli måned holder vi sommerferie, men vi kommer friske og glade igen med underholdning den 9. august og banko den 13. og 27. august.*

*Jeg vil på bestyrelsens vegne ønske alle en god sommer.*

*Med venlig hilsen  
Hanne B. Hansen  
Formand*



# HOCKEYKAMP

NU NÆRMER DAGEN SIG FOR MINI-OL 2026, SOM ER TIRSDAG D. 16. JUNI. DETTE ER EN GOD ANLEDNING TIL AT FÅ ØVET SINE SKUD I HOCKEY.

**DERFOR STILLES BANDERNE OP OG VI KÆMPE OM SEJREN**

**HVEM  
VINDER**

**TIRSDAG D. 2. JUNI**  
**I AKTIVITETSRUMMET A.1.**  
**KL. 10.45-11.30**

**TIRSDAG D. 9. JUNI**  
**I FESTSALEN I C-HUSET**  
**KL. 10.45-11.30**

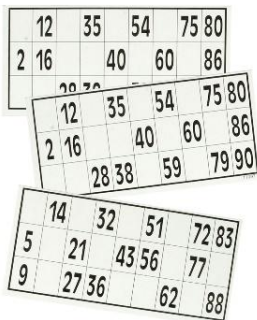




# Banko i juni

## Torsdag den 11. og 25. kl. 14.00 i Caféen

Der bliver spillet 4 spil med gevinst på



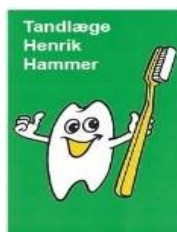
1 række  
2 rækker  
Fuld plade

Ved fuld plade er der sidegevinster

1 plade koster 15,-

Vi håber, du har lyst til at være med  
til en hyggelig eftermiddag.

Sponsorer



Virum Motor Co.



Tømmerhandler  
Johannes Fogs





**Virumgårds Venner præsenterer**

## **Trio Orføvs**

**Søndag den 14. juni kl. 14**

**Caféen, Virumgård Plejecenter**



Trio Orføvs spiller folkemusik, cajun, swing og også gerne lidt at synge med på f.eks. fra de glade 60'ere eller et par Kim Larsen sange.

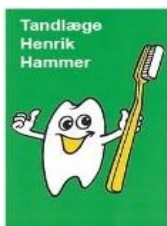
Sprogligt kommer de også lidt rundt, ikke bare i dansk og engelsk folke- og swingmusik, men også i fransk, svensk og tysk.

Musikerne har deres oprindelser i bands, som i 70'erne og 80'erne spillede rundt omkring i bl.a. folkemusikklubber og til gadefester.

**Støtteforeningen byder på et glas og lidt sødt i pausen.**

**Kom glad, og gå endnu gladere hjem.**

Sponsorer



**Virum Motor Co.**

ŠKODA Volkswagen SEAT

**Tømmerhandler  
Johannes Fogs**



# **KLAVERKONCERT MED ELEVER FRA MUSIK- OG BILLEDSKOLEN**

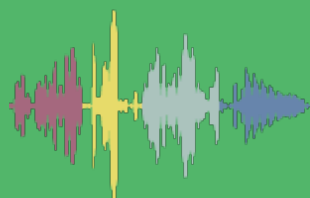
**MANDAG D. 15. JUNI**

**KL. 10.45-11.15**

**I FESTSALEN I C-HUSET**



Denne formiddag kan du høre klaverelever fra Lyngby-Taarbæk Musik- og Billedskole spille musik på flyglet i festsalen.



**MUSIK- og BILLEDSKOLEN**  
Lyngby-Taarbæk Kommune

**VELKOMMEN TIL VIRUMGÅRDS  
GRUPPER PÅ**

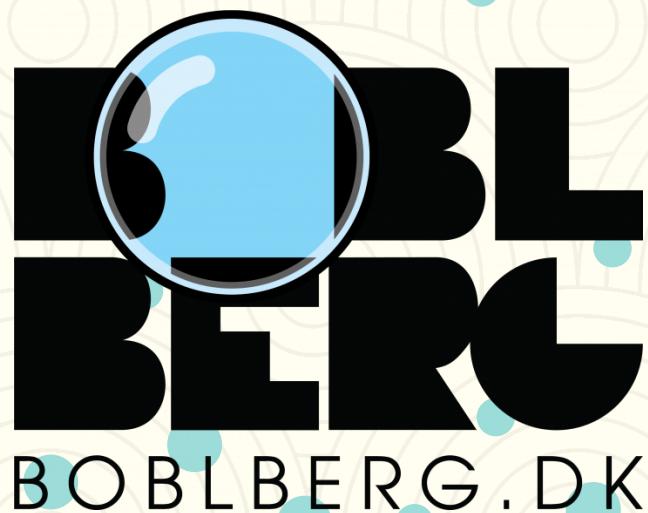
# **BOBLBERG**

Opret dig gratis på [Boblberg.dk](http://Boblberg.dk).  
Hvis du er pårørende så skriv efter dit navn,  
hvem du er pårørende til

Tryk på "Grupper" i menuen og søg på Virumgård i "Alle"  
"Anmod om adgang" til de grupper, der er relevante for dig og  
afvent administratorens godkendelse

I grupperne kan du se billeder fra afdelingerne og fælles  
aktiviteter og arrangementer

**FOR MERE INFO GÅ TIL  
[BOBLBERG.DK](http://BOBLBERG.DK)**



# MINI OL PÅ VIRUMGÅRD



**TIRSDAG D. 16. JUNI**



**KL. 10.30-12.00**

**BEBOERE, BØRNENE FRA 3. B. PÅ HUMMELTOFTESKOLEN FRIVILLIGE OG PERSONALE MØDES PÅ HENNING PETERSENS PLADS FOR AT KONKURRERE OM OL-GULDET MELLEM DE 4 HOLD:**

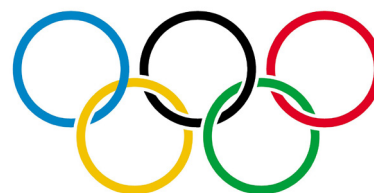
**A-STUEN, A 1.SAL, B-HUSET OG C-HUSET**

**Vi starter med en fælles opvarmning kl. 10.30, inden konkurrencen går i gang. Kl. 11.45 samles vi igen og kårer vinderen. Der er fire discipliner, hvor vi dyster mod hinanden. Det hold, der vinder, modtager vandrepokalen og der er medaljer til alle deltagere.**

**Hvis du ikke har lyst til at deltage i disciplinerne, har vi også brug for et heppekor.**

## **DE FIRE DISCIPLINER:**

- BASKET
- HOCKEY
- GULVDART
- MÅLSPARK



**I TILFÆLDE AF REGNVEJR KOMMER EN NY PLAN FOR DAGEN**

# MINI OL PÅ VIRUMGÅRD

TIRSDAG D. 16. JUNI KL. 10.30-12.00

## PRAKTISK INFO

### PROGRAM:

KL. 10.30 Vi mødes på Henning Petersens Plads, beboere, frivillige, personale og børn fra 3.b. Hvert hold har deres farve på og fremfører deres kampråb.

Kl. 10.40 Fælles opvarmning

Kl. 10.45 Holdene sendes ud til de 4 discipliner på pladsen

Kl. 11.45 Kåring af vinderen og uddeling af medaljer

### NÆRMERE INFO:

- Hvert hus stiller med et hold af 8-10 personer. Resten er meget velkomne til at kigge på og heppe på deres hold.
- 
- Børnene fra 3.b. Hummeltofteskolen, deltager sammen med beboerne og fordeles på de 4 hold. De har forberedt et kampråb til deres hold.
- Vi dyster med 4 hold, som iklæder sig deres OL farve. A.1. er rød, A.st. er gul, C er blå og B grøn. Marianne udleverer holdenes farvebånd til aktivitetsressourcepersonerne.
- 
- Vinderholdet får overrakt vandrepokalen
- 
- Alle deltagere får en medalje om halsen
- 
- Der vil være slush-ice og soft-ice

# Tøj Lotte

FREDAG D. 19/6

KL. 10.00 – 13.00

---



## DAMETØJ

Bluser

Strik

Bukser

Kjoler

Nattøj

Undertøj

## HERRETØJ

Polo bluser

Strik

Bukser

Betaling:

Dankort

Mobilepay

Kontant

Regning



KOM OG SYNG MED

GÅRDMUSIKANTERNE

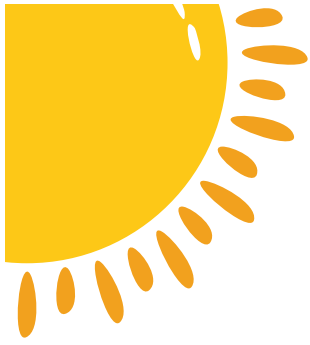
DANZETTEN

MANDAG D. 22. JUNI

KL. 13.30-14.15

I FESTSALEN I C-HUSET





# SANKT HANS

FÆLLESSANG OG GRILL

TIRSDAG D. 23. JUNI

Vi fejrer Sankt Hans på Virumgård med midsommersange sammen med Ana Maria

**Kl. 10.30–11.00 i festsalen i C-huset**

**Kl. 11.15–11.45 i Atriumgården**

Køkkenet tænder op for grillen og serverer mad fra grillen til frokost. Der serveres derfor kold mad til aftensmad denne dag





# Udendørs

## FÆLLESSANG OG DANS

*Vi satser på godt vejr og inviterer til fællessang med Ana Maria og erindringsdans*

**TIRSDAG D. 30. JUNI**

**KL. 10.45-11.30**

I ATRIUMGÅRDEN



# ERINDRINGSDANS

---

**TIRSDAG D. 30. JUNI**

**KL. 13.30-14.15**

**I FESTSALEN I C-HUSET**



Kom og vær med til en hyggelig oplevelse med kendt musik i højtaleren og mulighed for at blive budt op til dans



Foreningen Fællessang i Parken  
Præsenterer

# Fællessang i Den Gamle Have 2026

Gratis adgang

Den fantastiske pianist  
er som altid Knud Rasmussen.  
Disse kunstnere synger for  
og du får et sanghæfte.  
Så er der fællessang



## AKTIVITETSKALENDER JUNI 2026

Virumgård		A-huset	B-huset	C.st.	C.1.
Mandag	01-jun			<b>Gåhold med Monika</b> Kl. 13.30-14.30	<b>Gåhold med Monika</b> Kl. 13.30-14.30
Tirsdag	02-jun	<b>Hockeykamp</b> Kl. 10.45-11.30 i aktivitetsrummet	<b>Hockeykamp</b> Kl. 10.45-11.30 i aktivitetsrummet	<b>Fællessang v/ Ana Maria</b> Kl. 11.00-11.30 C.st.13	<b>Fællessang v/ Ana Maria</b> Kl. 11.00-11.30 C.st.13
Onsdag	03-jun	<b>Fællessang v/Christian</b> Kl. 11.00-11.45 A.1.gul <b>Stolegymnastik v/Ulla</b> Kl. 14.00-14.40 i caféen	<b>Fællessang v/Christian</b> Kl. 10.00-10.45 B.st. <b>Stolegymnastik v/Ulla</b> Kl. 14.00-14.40 i caféen	<b>Bustur v/ Dorthe</b> <b>Stolegymnastik v/Ulla</b> Kl. 14.00-14.40 i caféen	<b>Bustur v/ Dorthe</b> <b>Stolegymnastik v/Ulla</b> Kl. 14.00-14.40 i caféen
Torsdag	04-jun				
Fredag	05-jun				
Lørdag	06-jun				
Søndag	07-jun				
Mandag	08-jun			<b>Gåhold med Monika</b> Kl. 13.30-14.30	<b>Gåhold med Monika</b> Kl. 13.30-14.30
Tirsdag	09-jun	<b>Rockklub v/ Ana Maria</b> Kl. 13.30-14.00 A.st.	<b>Fællessang v/ Ana Maria</b> Kl. 11.00-11.30 B.st	<b>Hockeykamp</b> Kl. 10.45-11.30 i festsalen	<b>Hockeykamp</b> Kl. 10.45-11.30 i festsalen
Onsdag	10-jun	<b>Stolegymnastik v/Ulla</b> Kl. 14.00-14.40 i caféen	<b>Bustur med Carsten</b> <b>Kl. 10.00</b> <b>Stolegymnastik v/Ulla</b> Kl. 14.00-14.40 i caféen	<b>Stolegymnastik v/Ulla</b> Kl. 14.00-14.40 i caféen	<b>Stolegymnastik v/Ulla</b> Kl. 14.00-14.40 i caféen
Torsdag	11-jun	<b>Banko v/ Virumgårds Venner</b> Kl. 14.00 i caféen	<b>Banko v/ Virumgårds Venner</b> Kl. 14.00 i caféen	<b>Banko v/ Virumgårds Venner</b> Kl. 14.00 i caféen	<b>Banko v/ Virumgårds Venner</b> Kl. 14.00 i caféen
Fredag	12-jun				
Lørdag	13-jun				
Søndag	14-jun	<b>Virumgårds Venner præsenterer</b> Trio Orføvs Kl. 14.00 i caféen	<b>Virumgårds Venner præsenterer</b> Trio Orføvs Kl. 14.00 i caféen	<b>Virumgårds Venner præsenterer</b> Trio Orføvs Kl. 14.00 i caféen	<b>Virumgårds Venner præsenterer</b> Trio Orføvs Kl. 14.00 i caféen
Mandag	15-jun	<b>Musikskolens elever spiller i</b> festsalen kl. 10.45-11.15	<b>Musikskolens elever spiller i</b> festsalen kl. 10.45-11.15	<b>Musikskolens elever spiller i</b> festsalen kl. 10.45-11.15 <b>Gåhold med Monika</b> Kl. 13.30-14.30	<b>Musikskolens elever spiller i</b> festsalen kl. 10.45-11.15 <b>Gåhold med Monika</b> Kl. 13.30-14.30
Tirsdag	16-jun	<b>Mini-OL</b> Kl. 10.30-12.00 Henning Petersens Plads	<b>Mini-OL</b> Kl. 10.30-12.00 Henning Petersens Plads	<b>Mini-OL</b> Kl. 10.30-12.00 Henning Petersens Plads	<b>Mini-OL</b> Kl. 10.30-12.00 Henning Petersens Plads

## AKTIVITETSKALENDER JUNI 2026

Virumgård		A-huset	B-huset	C.st.	C.1.
Onsdag	17-jun	<b>Fællessang v/Christian</b> Kl. 11.00-11.45 A.1.gul  <b>Stolegymnastik v/Ulla</b> Kl. 14.00-14.40 i caféen	<b>Fællessang v/Christian</b> Kl. 10.00-10.45 B.st.  <b>Stolegymnastik v/Ulla</b> Kl. 14.00-14.40 i caféen	<b>Stolegymnastik v/Ulla</b> Kl. 14.00-14.40 i caféen	<b>Stolegymnastik v/Ulla</b> Kl. 14.00-14.40 i caféen
Torsdag	18-jun			<b>Fællessang v/ Ana Maria</b> Kl. 11.00-11.30 C.st.13	<b>Fællessang v/ Ana Maria</b> Kl. 11.00-11.30 C.st.13
Fredag	19-jun	<b>Tøjsalg</b> Kl, 10.00-13.00 i forhallen	<b>Tøjsalg</b> Kl, 10.00-13.00 i forhallen	<b>Tøjsalg</b> Kl, 10.00-13.00 i forhallen	<b>Tøjsalg</b> Kl, 10.00-13.00 i forhallen
Lørdag	20-jun				
Søndag	21-jun				
Mandag	22-jun	<b>Danzetten</b> Kl. 13.30-14.15 i festsalen i C-huset	<b>Danzetten</b> Kl. 13.30-14.15 i festsalen i C-huset	<b>Danzetten</b> Kl. 13.30-14.15 i festsalen i C-huset	<b>Danzetten</b> Kl. 13.30-14.15 i festsalen i C-huset
Tirsdag	23-jun	<b>Udendørs fællessang</b> <b>Sankt hans v/Ana Maria</b> 11.15-11.45 i Atriumgården  <b>Køkkenet griller til frokost</b>  <b>Rockklub v/Ana Maria</b> Kl. 13.30-14.00 A.st.	<b>Udendørs fællessang</b> <b>Sankt hans v/Ana Maria</b> 11.15-11.45 i Atriumgården  <b>Køkkenet griller til frokost</b>	<b>Fællessang</b> <b>Sankt Hans v/Ana Maria</b> 10.30-11.00 i festsalen  <b>Køkkenet griller til frokost</b>	<b>Fællessang</b> <b>Sankt Hans v/Ana Maria</b> 10.30-11.00 i festsalen  <b>Køkkenet griller til frokost</b>
Onsdag	24-jun	<b>Stolegymnastik v/Ulla</b> Kl. 14.00-14.40 i caféen	<b>Stolegymnastik v/Ulla</b> Kl. 14.00-14.40 i caféen	<b>Banko v/ Dorthe</b> Kl. 13.30-15.00 i festsalen  <b>Stolegymnastik v/Ulla</b> Kl. 14.00-14.40 i caféen	<b>Banko v/ Dorthe</b> Kl. 13.30-15.00 i festsalen  <b>Stolegymnastik v/Ulla</b> Kl. 14.00-14.40 i caféen
Torsdag	25-jun	<b>Banko v/ Virumgårds Venner</b> Kl. 14.00 i caféen	<b>Banko v/ Virumgårds Venner</b> Kl. 14.00 i caféen	<b>Banko v/ Virumgårds Venner</b> Kl. 14.00 i caféen	<b>Banko v/ Virumgårds Venner</b> Kl. 14.00 i caféen
Fredag	26-jun				
Lørdag	27-jun				
Søndag	28-jun				
Mandag	29-jun			<b>Gåhold med Monika</b> Kl. 13.30-14.30	<b>Gåhold med Monika</b> Kl. 13.30-14.30
Tirsdag	30-jun	<b>Udendørs fællessang og dans</b> 10.45-11.30 i Atriumgården	<b>Udendørs fællessang og dans</b> 10.45-11.30 i Atriumgården	<b>Erindringsdans</b> Kl. 13.30-14.15 i festsalen	<b>Erindringsdans</b> Kl. 13.30-14.15 i festsalen

**Næste nummer udkommer juli 2026**

