



LYNGBY-TAARBÆK
KOMMUNE

MARTS 2022

3. årgang Nr. 1

LYSGLIMT

AKTIVITETSBLAD FOR
PLEJECENTER VIRUMGÅRD



INDHOLDSFORTEGNELSE

Indholdsfortegnelse.....	2
Forårshilsen.....	3
Hilsen fra redaktionen.....	4
Dans på Virumgård.....	5
Henning Petersens Plads.....	6
Glæd dig til.....	7
Virumgårds Venner.....	8
Gudstjeneste.....	10
Hilsen fra præsten.....	11
Dronningens nytårstale.....	12
Kan du huske for 50 års siden.....	14
H.M. Dronningens 50 års jubilæum.....	16
Dansktop quiz.....	18
Sophienholm.....	20
Gæt et ordsprog.....	22
Sudoku.....	23
Kom med på cykeltur.....	24
Gækkebreve.....	25
Løsninger.....	26
Krydsord.....	27
Løsninger.....	26
Krydsord.....	27
Kom og køb på Virumgård.....	30
Sommertid.....	30
Information.....	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, Aktivitet og Frivillighed.

Har du idéer til kommende 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 marts 2022.

Du kan også finde Aktivitetsbladet på plejecentrets hjemmeside.

Næste blad udkommer juni 2022. Deadline d. 3. maj 2022.



FORÅRSHILSEN

Kære alle

"Det høje smittetal i Lyngby-Taarbæk og de omkringliggende kommuner betyder, at der desværre også er mange medarbejdere på kommunens plejecentre og i hjemmeplejen, der er testet positive for COVID-19. "

Sådan starter pressemeddelelsen fra Lyngby-Taarbæks kommune, hvor Sofia Osmani rækker ud efter de pårørendes hjælp, pressemeddelelsen afslutter med

"Hvis du/I har mulighed for at bruge lidt ekstra tid til besøg, så vil det også være en stor hjælp for medarbejderne, som i den givne situation er tidspressede og derfor har mindre tid til den lille omsorgssnak og lignende".

I forlængelse af denne pressemeddelelse, kan jeg sige at vi for nuværende også er påvirket på Virumgård. Vi har haft enkelte beboere smittede, grundet tredje vaccinstik og den forholdsvis milde variant, er ingen dog blevet alvorligt syge og det er jo fantastisk.

Der hvor det er svært er på personalesituationen, hvor vi som bekendt er underlagt strenge isolationsregler og dette med personalemangel til følge.

Forhåbentlig lysner det snart og det ser vi frem til, men jeg vil gerne benytte lejligheden til at takke alle pårørende som har givet en hånd med i dagligdagen. Det er guld værd for alle.

En stor tak skal også lyde til vores frivillige på Plejecentret, som vinteren igennem har gået ture, lavet hyggestunder eller hjulpet ved arrangementer. Uden jeres hjælp ville hverdagen være lidt mere trist.

Men hvad så når epidemien er ovre, er alt så godt igen. Tjo men selvom, når vi forhåbentlig snart er tilbage i fuldt fremmøde, så vil hverdagen stadig være stram for personalet i afdelingerne.

Derfor vil fokus i 2022 blandt meget andet, være hvordan jeres fortsatte bidrag i hverdagen kan gøre en forskel og hvordan vi i fællesskab kan skabe en meningsfuld og værdig hverdag for vores beboere på Virumgård.

Godt og forhåbentlig snart Coronafrit nyt år til alle.

Bettina Helle Hansen
Plejecenterleder



HILSEN FRA REDAKTIONEN

Kære læsere

Vi er allerede i fuld gang med 2022 og vinteren er officielt slut. Foråret har meldt sin ankomst, dagene bliver lysere og det pibler op af jorden med forårsblomster.

Du sidder netop nu og læser i 8. udgave af Aktivitetsbladet Lyslimt. Ideen til bladet kom tilbage i foråret 2020 under den første Coronanedlukning. Første blad udkom i maj 2020. Det blev derefter besluttet, at Aktivitetsbladet skulle erstatte de lokale Husaviser på plejecentrene og Aktivitetscentre og udkomme 4 gange om året.

Vi udskrev en konkurrence om navn til bladet, hvor Lysglimt blev valgt og det har bladet heddet siden marts 2021.

Vi håber, at alle læsere også oplever at bladet giver "lys-glimt" i livet i form af gode stunder, minder, hygge og et smil på læben.

Indlæg til Aktivitetsbladet Lysglimt efterlyses

Redaktionen er altid på udkig efter indlæg til bladet.

Har du mon en god eller måske sjov historie i ærmet, som du gerne vil fortælle? En oplevelse som du gerne vil dele, et digt eller noget helt andet?

Indlæg fra jer er med til at gøre Aktivitetsbladet Lysglimt levende. Så tøv ikke med at kontakte os. Vi hjælper gerne med at få skrevet din historie.

Redaktionen forbeholder sig ret til at udvælge det endelige indhold til bladet. Vi glæder os til at høre fra dig.

Vi ønsker jer alle et dejligt forår og god læselyst med dette blad.



Mange forårshilsner fra Cecilia, Marianne & Charlotte



Cecilia



Marianne



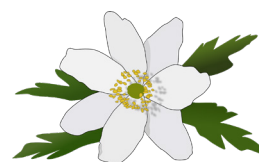
Charlotte

DANS PÅ VIRUMGÅRD

KOM OG DANS MED ELISABETH DALSGAARD

**TORSDAG D. 31 MARTS
KL. 10.30-11.30**

**I FESTSALEN
I C-HUSET**



*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.*



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.

HENNING PETERSENS PLADS

Det er en stolt Henning Petersen, I ser her foran det nye skilt ude på pladsen foran Virumgård. Tirsdag d. 21. december blev skiltet til pladsen afsløret og navngivelsen fejret.

Skiltets afsløring blev efterfulgt af en tale af Niels Jørgen, som har fundet på navnet til pladsen, Bettina Plejecenterleder og af Henning selv. Indvielsen blev afsluttet med et par julesange med Louise musikterapeut og en skål.



GLÆD JER TIL

Foråret er på vej. Det spirer og pibler frem med liv alle vegne og vi går mod lysere og lunere tider, hvor vi forhåbentlig kan begynde at bruge vores skønne haver til at mødes.

Glæd jer til et forår fuld af dejlige oplevelser på Virumgård.



Vi er i fuld gang med at planlægge forårets arrangementer og aktiviteter. Hold øje med aktivitetstavlerne og aktivitetskalenderne, hvor vi løbende melder kommende aktiviteter og arrangementer ud.

Du kan blandt andet se frem til:

Koncert

med Louise Dubiel
i caféen

Tirsdag d. 22. marts
kl. 14.00-14.45

Dans

med Elisabeth Dalsgaard
i festsalen i C-huset

Torsdag d. 31. marts
kl. 10.30-11.30

Koncert

med Revyens Genklang
præstenteret af
Virumgårds Venner

Søndag d. 20. marts
kl. 14.30 i caféen

Banko

med

Virumgårds Venner i
caféen den 3. torsdag i
måneden kl. 14.30

Udendørs fællessang

med musikterapeut
Louise når vejret bliver
lidt varmere



VIRUMGÅRDS VENNER

Efter en december 2021, som var præget af nedlukning og corona, og hvor vores julekoncert med Mindeperlerne måtte aflyses, er Støtteforeningen kommet godt fra start på året 2022.



Vi lagde ud søndag den 16. januar med et velbesøgt arrangement med god traditionel jazz, hvor 6 veloplagte herrer fra All Starz Jazzband blæste de sidste rester af julestøv ud af Caféen.

Det er nok ikke sidste gang, vi hører noget til dem.

I februar har vi tradition for banko som underholdning i Søndagscaféen, og dette år er ingen undtagelse. Da Peter er trådt ud af bestyrelsen, blev banko i år ledet af Torben og med Johannes til at tjekke numre.

Vores bankospil 3. torsdag i måneden er meget populært, både hos beboerne på plejecentret og hos de omkringboende, hvor hverken regn, blæst eller sne, kan mærkes på tilslutningen.

Nu glæder vi os til foråret og til at underholde med:

Søndagscafé den 20. marts, 24. april og den 22. maj

Torsdagsbanko den 3. torsdag i måneden

I år kan vi forhåbentlig holde vores generalforsamling til normal tid, som er onsdag den 6. april.

Hvis man vil støtte op om foreningens arbejde til glæde for beboere og brugere på Plejecenter Virumgård, kan man blive medlem enten ved at sende en mail til: virumgaardsvener@gmail.com eller aflevere en blanket på kontoret.

Kontingentet er kr. 150,-, som kan indbetales på vores konto i Danske Bank: reg. nr.: 1551, kontonr.: 0008735344

På foreningens vegne

Hanne B. Hansen
Formand

VIRUMGÅRDS VENNER PRÆSENTERER:

Revyens Genklang

Søndag den 20. marts kl. 14.30
Caféen, Virumgård Plejecenter
Henning Petersens Plads



Revyens Genklang består af Birgitte Antonius på sang og John Skou på klaver og som fortæller.

Vi skal høre nogle af de revysange, som har betydet mest for den danske revy gennem tiden. Viser som blev sunget af bl.a. Liva Weel, Dirch Passer, Elga Olga, Preben Uglebjerg, Marguerite Viby og mange flere. Det bliver en fest!!

Mød glad op og gå endnu gladere hjem!

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



KONCERT MED LOKALE SANGE

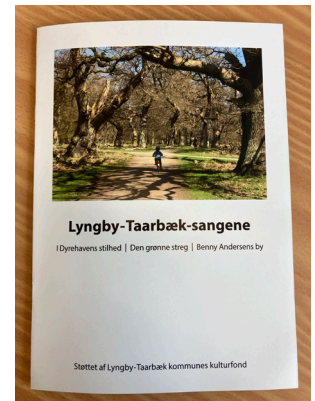
For to år siden blev et projekt sat i søen støttet af Lyngby-Taarbæk kommunes kulturfond.

Alle i Lyngby-Taarbæk kommune kunne bidrage med tanker, tekster, ord om Lyngby-Taarbæk. 114 forslag blev sendt ind fra børn og voksne og ud fra det skrev og komponerede Martin Jantzen, Lone Selmer, Søren Bundgaard og Lasse Aagaard 3 sange om Lyngby Taarbæk.

I DYREHAVENS STILHED

DEN GRØNNE STREG

BENNY ANDERSENS BY



Dyrehaven er en central del af folks bevidsthed om Lyngby-Taarbæk. Over 70 af de tilsendte bidrag handlede om Dyrehaven. Derfor skulle Dyrehaven have sin egen sang.

"Den grønne streg" skulle handle om resten af Lyngby Taarbæk og her var forslagene mange og de måtte derfor tage udgangspunkt i de ting, som var nævnt flest gange: Midtbyen, Rådhuset, Frederiksdal, Brede (værk) og Taarbæk (havn).

Den tredje sang "Benny Andersens by" tager udgangspunkt i de mange forslag fra alle børnene. Det som optog børnene mest var deres venner, deres skole, deres familie og deres fritidsklubber.

Mandag d. 28. februar kom Martin Jantzen sammen med Mikkel Sonne i caféen og i festsalen og præsenterede sangene. Det var to meget hyggelige koncerter med god musik.



HILSEN FRA PRÆSTEN

**Præsten Sofie Lindegaard
sender en hilsen til jer alle
med denne bøn**



Gud, vi beder for dem, der ikke orker mere
og for dem, der har fået ren besked.

Vi beder for dem, der ligger i en seng
og ikke selv kan stå op.

Og for dem, der forsøger at kalde kærlighed tilbage.

Vi beder for dem, der mangler vidner til deres liv.

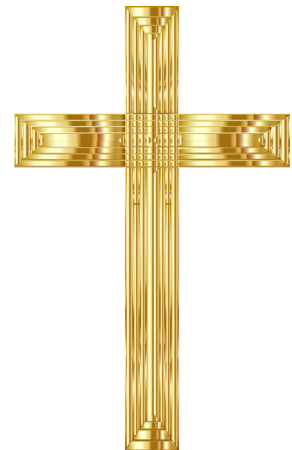
Og for dem, der luner sig ved minderne
der, hvor sjælen bliver varm.

Lad og ligge i din favn
der, hvor smerten ikke gør ondt
der, hvor du tager hånd om os.

Tak fordi du går med hele vejen.

Tak for livet vi har fået i går, i dag og lige nu.

Vær med os helt om på den anden side af livet
og fortæl os, at himlen er fuld af engle.



Amen

**KOM TIL GUDSTJENESTE DEN FØRSTE TORSDAG I HVER MÅNED
MED SOFIE LINDEGAARD I CAFÉEN KL. 14.00**



DRONNINGENS NYTÅRSTALE

Vi er allerede godt på vej i det nye år. Et år, hvor corona desværre stadig er en del af vores hverdag.

Men vi håber alle på, at der ligesom med foråret venter os lysere tider, hvad angår corona.

Dronningens nytårstale omhandlede blandt andet også corona.

Her et uddrag fra Dronningens nytårstale 2021:

I aften er den sidste aften i det gamle år.

Vi kalder den – Nytårsaften.

Det er det nye år, vi fejrer.

Samtidig med at vi ser tilbage, udtrykker vi håb og forventning til et helt nyt år.

Coronaen har sat sit præg på tilværelsen de seneste to år, og de har været drøje at komme igennem. De har budt på mange udfordringer, som vi alle har måttet vænne os til i stort som i småt.

I løbet af 2021 kunne vi lempe restriktionerne, og vi syntes, at dagligdagen nærmede sig det normale; men ak, endnu engang har coronaen bidt sig fast, og denne gang i en endnu mere smitsom udgave. Myndighederne har på ny været nødsaget til at træffe en række beslutninger, som på mange måder kan føles ubehagelige, og som påvirker vores dagligdag. Mange må igen yde en ekstra indsats. Det gælder ikke mindst dem, som hjælper med at opspore og begrænse smitte, og dem, som behandler de syge, og som igen må løbe ekstra stærkt for at overkomme det hele. Selvom det er besværligt, at vi nu igen må leve med restriktioner i vores dagligdag, så tror jeg dog, at der er bred forståelse for, at det er nødvendigt. Vi står overfor en fælles udfordring, og vi må alle tage ansvar for, at vores samfund kommer trygt gennem pandemien.

Sådan startede Dronningens nytårstale 2021. I talen kom Dronningen blandt andet også ind på sport, Afghanistan og klimaet, men også omkring at være menneske og medmenneskelighed:



Da jeg var barn, lærte vi, at vi var omkring fire millioner indbyggere i Danmark. Nu er vi tæt på seks millioner.

Som land og som folk skal vi finde en fælles retning, men ikke for at gå i takt. Det har aldrig ligget for os her til lands. Én spurter afsted over stok og sten, en anden foretrækker at slentre gennem landskabet; men der er nogle, for hvem vejen slet ikke er jævn.

Det gælder i høj grad for dem, der må slås med et handicap.

Hos nogle er det nemt at se, som hvis man sidder i kørestol. Hos andre er lidelsen usynlig. Det kan være en psykisk sygdom, kroniske smerter eller noget helt tredje.

Fælles for alle, der må leve med et handicap, er, at det gør tilværelsen mere besværlig, og at man ikke altid bliver mødt med forståelse og respekt – måske tværtimod.

Nogle mennesker med handicap bliver ligefrem diskrimineret, måske også mødt med hån og drilleri. Det kan skyldes tankeløshed og uvidenhed; men uanset hvad, så er det forkert, og det burde vi holde os for gode til! Vi skal give os tid, ikke blot for at hjælpe, men også for at lære af hinanden. Det burde ikke være svært at behandle enhver med respekt.

Vi skal møde vore medmennesker med åbenhed. Andres livshistorie kan gøre os klogere. At spejle sit liv i de andres kan være tankevækkende og inspirerende. Man lærer sig selv at kende i mødet med andre.

Når man er ung, stræber man efter anerkendelse; man vil så gerne have opmærksomhed, blive set – helst være enestående – ligesom de andre! Men at være menneske er i høj grad at stå ved sig selv, at lære sig selv at kende. Det er der udvikling i – nok til et helt liv!

Uddrag fra Dronningens nytårstale 2021



KAN DU HUSKE 50 ÅR TILBAGE

Dronningen kom også omkring sit eget jubilæum i sin nytårstale:

Meget snart i det nye år kan vi fejre mit 50-års regeringsjubilæum. Det kommer ikke til at foregå, som vi havde forestillet os. Dertil har coronaen været for sejlivet en modstander. Men den får ikke lov til at bestemme – fejringen kommer, når tiden er inde – senere på året. Jeg har svært ved at fatte, hvor de mange år er blevet af. Jeg synes, at de er gået så hurtigt.

Uddrag af Dronningens nytårstale 2021

Mon du også sidder og tænker over, hvor de sidste 50 år er blevet af, hvis du var født for 50 år siden og synes du også, at tiden er gået hurtigt.

D. 14. januar 1972 døde Kong Frederik IX og hans datter Margrethe udråbes til ny dansk regent dagen efter som den første kvinde siden 1400-tallet.



Kan du huske, hvilke store begivenheder, der ellers fandt sted for 50 år siden i 1972?

Her kan du få opfrisket hukommelsen:

30. januar: Bloody Sunday i Nordirland

14 demonstranter bliver dræbt i byen Derry i Nordirland, hvor de blev beskyttet af soldater fra den britiske hær. 13 døde umiddelbart efter og 1 døde senere af sine kvæstelser. Begivenheden førte til en optrapning af konflikten mellem katolikker og protestanter i Nordirland.

21. februar: USAs præsident, Richard Nixon, besøger Kina

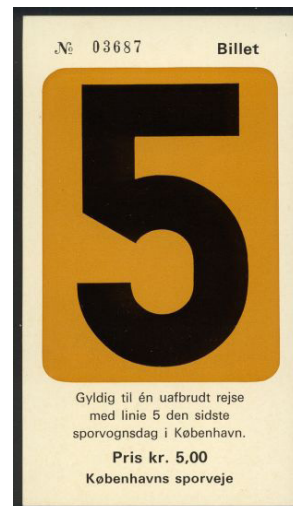
Nixon møder, som den første amerikanske leder, formand Mao Zedong. Besøget betragtes som en af periodens store diplomatiske og fredsskabende bedrifter, eftersom forholdet mellem de to lande indtil da var iskoldt. Den republikanske Richard Nixon var kendt som stærk antikommunist og overraskede alle med sin kinarejse.

I amerikansk politik er Nixon in China i dag blevet en fast talemåde om en uventet og ukarakteristisk handling af en politiker.



22. april: Den sidste danske sporvogn, linje 5 i København, kører den sidste tur

Driften med sporvogne ophørte d. 22. april, hvor linje 5 kørte sin sidste tur. Man kunne den dag købe en særlig billet til uafbrudt rejse, og sporvognen var stuvende fuld.



Dermed var sporvognsdriften afviklet efter 109 år, og busserne tog over.

22. august: Mogens Glistrup stifter Fremskridtspartiet

Ved valget året efter får Glistrup og hans parti 28 mandater i Folketinget.

1. september: Roskilde Universitetscenter (RUC) åbner

Universitetet har socialdemokraten Erling Olsen som rektor. Universitetet er tilrettelagt efter en helt anden, mere praktisk og tværfaglig model end de eksisterende danske universiteter i København, Aarhus og Odense.

Fremskridtspartiet erklærer RUC krig og anbefaler i et senere lovforslag, at universitetet lukkes og omdannes til motel.

5. september: Terror ved De Olympiske Lege i München

Den palæstinensiske bevægelse Sorte September dræber 11 israelske atleter. Episoden begynder som en gidseltagning, men i en mislykket befrielsesaktion omkommer alle gidsler samt fem gidseltagere og en tysker.

2. oktober: Et flertal stemmer for Danmarks tilslutning til EF

63,4 procent af vælgerne stemte ja til dansk medlemskab af EF og Danmark blev medlem af EF fra d. 1. januar 1973.

11. december: Apollo 17 lander på månen.

Det er den sjette og sidste månelanding i Apollo-programmet, og siden har der ikke været mennesker på månen. NASA har nu en plan om at vende tilbage til Månen i 2024.

H.M. DRONNINGENS 50-ÅRS REGERINGSJUBILÆUM

En række af de begivenheder, der skulle have markeret Hendes Majestæt Dronningens 50-års Regeringsjubilæum i midten af januar 2022, gennemføres i stedet den 10. og 11. september 2022.

H.M. Dronningen blev den 14. januar 2022 overrasket af den nærmeste familie med en hemmeligholdt middag i Christian VII's Palæ på Amalienborg. Som noget helt særligt var der dækket op med Flora Danica-stellet, der er det mest kostbare, danske spisestel. Sidste gang stellet var i brug i Kongehuset var ved Dronning Ingrid's 80-års fødselsdag i 1990.



Forud for middagen, som Kronprinsparret var værter for og som foregik i Taffelsalen i Christian VII's Palæ på Amalienborg, blev der taget et officielt billede af den kongelige familie i palæets grønne salon.



Foto: Steen Brogaard

Kongehuset har haft endnu en 50 års fejring i år. Kronprinsesse Mary fyldte 50 år d. 5. februar 2022.

Som noget nyt har offentligheden for første gang fået adgang til en stor del af Kongehusets private billedsamling.

Det sker i forbindelse med, at H.M. Dronningens Håndbibliotek netop har lanceret en online database med over 10.000 billeder som der nu er der fri adgang til i den nye database på hjemmesiden:



Foto: Hasse Nielsen



<https://kgl-fotosamling.kongernessamling.dk/>

DANSKTOP QUIZ

Begrebet "dansktop" er blevet anvendt som genrebegreb siden oprettelsen af Dansktoppen på P1 med Jørn Hjørtung i 1968. Her blev 15 melodier spillet og en jury bestående af 300 lyttere stemte om, hvilke 10 sange, der skulle have en placering på Dansktoppen.

Hvor meget ved du om Dansktoppen?



Det kan du teste her i denne quiz:

1. Det var en mandlig solist, der blev den første til at ligge nr. 1 på Dansktoppen i 1968. Hvem var det?

- A. Keld Heick
- B. Johnny Reimar
- C. Bjørn Tidmand

2. Dorte Kollo fik i 1974 et stort hit om en sød student. Hvor var han fra?

- A. Uppsala
- B. Holstebro
- C. Skanderborg

3. Da Kirsten og Søren stillede op i den europæiske Grand Prix-finale i 1984, var det under et engelsksproget navn. Hvilket?

- A. Hot Eyes
- B. Hop Lips
- C. Hot Butter

4. Hvilken gruppe var John Mogensen medlem af, inden han blev solist?

- A. The Clifters
- B. Four Jacks
- C. Blue Boys

5. John Mogensens sang "Der er noget galt i Danmark" fik en politiker til at indsyngne en svarplade i protest. Hvem var det?

- A. Anker Jørgensen
- B. Erhard Jakobsen
- C. Kresten Poulsgaard

6. Birthe Kjær slog i 1968 igennem med hittet 'Arrivederci Franz', der gik direkte ind på førstepladsen på Dansktoppen. Men hvad lavede hun inden da?

- A. Hun var damefrisør
- B. Hun var elev i sparekassen
- C. Hun stod i parfumeafdelingen i Salling

7. Brødrene Olsen vandt dansk og europæisk Melodi Grand Prix med "Smuk som et stjernesud". Hvad hedder den engelske udgave?

- A. Fly on the wings of love
- B. Starlight
- C. Wish upon a star

8. I 1981 vandt Tommy Seebach Melodi Grand Prix med sangen "Krøller eller ej" i duet med en kvindelig sanger. Hvem?

- A. Debbie Cameron
- B. Anne Karin Broberg
- C. Lecia Jönsson

9. Katy Bødtger havde stor succes med en slager, hvor der midt i sangen høres sætningen "Og kulørte lamper". Hvad hedder denne sang?

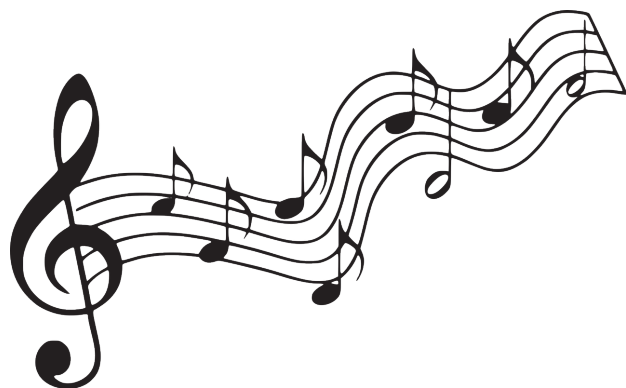
- A. Så går vi til enkebal
- B. Vi tar på ferie
- C. Fest i gaden

10. Det danske danseband Kandis fik sit gennembrud i 1993.

Hvad hedder hittet?

- A. Hver en lille ting
- B. Du kan regne med mig
- C. En lille ring af guld

Se løsningen s. 28



SOPHIENHOLM

”At rejse er at leve” var den kendte digter og forfatter H.C Andersens motto. Ingen tvivl om, at det er skønt at rejse ud og opleve fjerne kyster, men det er også noget ganske særligt, at tage på opdagelse i ens egen by og ”baghave”. For Kongens Lyngby er fuld af smukke steder, som er et besøg værd.

Et af byens mange smukke steder må være Sophienholm. Stedet som har udsigt ud over Bagsværd sø og har skoven i baghaven. Bygningen er bevaringsværdig og fredet.



Sophienholms oprindelige bygning er opført tilbage i 1768 af generaldirektør i postvæsenet Theodorus Holm. Han blev senere adlet under navnet Holmskiold. Han opkaldte bygningen efter sin hustru Sophie Magdalene Holm.

I 1790 blev Constantin Brun ejer af Sophienholm. Han var en dansk storkøbsmand. Sophienholms nuværende klassicistiske udseende kan vi takke ham for. Han lod i begyndelse af 1800-tallet hovedbygningen ombygge og den tilhørende park nyanlægge i engelsk landskabsstil. Til jobbet hyrede han den franske arkitekt Jean Jacques Ramée, som blandt andet også har opført Frederikslund i Holte samt Hellerupgård og Øregård i Hellerup.

Sin egentlige blomstringstid fik Sophienholm fra omkring 1810. Constantin Brun og hans hustru, digterinden Friederike Brun, inviterede om sommeren forfattere til at komme og tage ophold på Sophienholm.

Her mødtes forfattere som Baggesen, Oehlenschläger og Johan Ludvig Heiberg med andre af guldalderens store kunstnere, komponister og digtere fra ind- og udland. Friederike Brun er den person, der tydeligst har sat sit præg på Sophienholms historie. Det er ikke mindst hendes fortjeneste, at Sophienholm i dag betragtes som en af de fornemste repræsentanter for dansk salonliv i det 19. århundrede.

Efter familien Brun kom Sophienholm i andres eje. I perioden 1883-1963 var Sophienholm i familien Allers besiddelse og i 1963 overtog Lyngby-Taarbæk Kommune ejendommen og ved overtagelsen blev Sophienholm renoveret.

Hovedbygningen benyttes i dag til kunstudstillinger året rundt. Man kan besøge stedets hyggelige café eller gå en tur i haven, som er meget smuk med sine mange buske, træer og blomster. Rundt om på grunden kan opleves smukke kunstværker af forskellige slags. Blandt andet multikunstneren Leif Sylvesters keramiskulptur med navnet "Donna Grey" og Ib Spangs Olsens jernskulptur "Livstræet", som forestiller 4 mænd, 4 kvinder og 4 børn.

Hvis man har lyst til en lille sejltur på vandet er det muligt at stige på Baadfarten i sommerhalvåret. Ingen tvivl om, at Sophienholm er et yndet udflugtssted for mange og efter et besøg kan det næsten føles som om, at man har været på en lille rejse både i tid og sted.



GÆT ET ORDSPROG

GÆT RESTEN AF ORDSPROGET. SE LØSNINGEN S. 26

1. Øvelse gør
2. Æblet falder ikke langt fra
3. Hvo intet vover intet
4. Intet er så ringe, at
5. Sælg ikke skindet, før
6. Tro kan flytte
7. Den der ler sidst
8. Hop ikke over hvor
9. Den der kommer først til mølle
10. Man skal ikke kaste med sten, når man selv
11. Én fugl i hånden er bedre end
12. Tomme tønder
13. Tab og vind med
14. Brændt barn
15. Når katten er ude, danser
16. Hellere lille og vågen end
17. Mange bække små
18. Hastværk er
19. Uden mad og drikke

SUDOKU

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

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

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

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

KOM MED PÅ CYKELTUR

Nu nærmer foråret sig og selvom de frivillige cykelpiloter cykler året rundt, er det nu dejligt, når solen også kan give lidt varme til turen.

Sig til personalet, hvis du ønsker at komme med på en cykeltur i rickshawen. Det er frivillige cykelpiloter, der træder i pedalerne, imens du sidder foran og kan nyde turen. Du kan selv komme med et ønske om, hvor turen skal gå hen. Ellers kender cykelpiloterne nogle gode ruter, hvor den smukke natur i nærområdet kan opleves.

Du kan også spørge én du kender eller en pårørende, om de kunne tænke sig at blive oplært som cykelpilot, så I kan cykle en tur sammen. De kan melde sig ind i på www.cyklingudenalder.dk eller kontakte til den lokale tovholder Marianne Frøjk Strandsbjerg på mail: mastr@ltk.dk eller tlf. 3031 2877



Her billeder fra cykelture fra de 4 årstider.



GÆKKEBREVE

At sende gækkebreve er en gammel forårstradition, der har været kendt i Danmark siden 1600-tallet. Mon du har sendt gækkebreve og har fulgt de uofficielle regler, som ifølge gamle traditioner er følgende:

- *Gækkebrevet skal indeholde en vintergæk for at være gyldigt.*
- *Gækkebrevet skal indeholde en gåde, der leder til afsenderen.*
- *Gåden skal skrives på vers/rim.*
- *Gækkebrevet skal være et udklip.*
- *Modtageren har kun 3 gæt.*
- *Modtageren skal gætte afsenderen inden påske eller inden 5 dage.*



Her nogle eksempler på vers/rim, man kunne skrive i gækkebrevet:

En dag jeg fandt en vintergæk,
men samme dag mit navn blev væk.
Nu må du bruge din forstand,
og se om du det gætte kan.

En vintergæk,
en sommernar,
en fugl foruden vinger,
en lille ven som har dig kær
en kærlig hilsen bringer.
Mit navn det står med prikker,
pas på, det ikke stikker.

Se, vintergækken hvid og skær
fortæller dig, at vår er nær,
og snart skal kulden svinde.
Vi påske med det første får,
og æg jeg kræver af dig når,
mit navn du ej kan finde

Gæk Gæk Gæk
Mit Navn er blevet væk
Mit navn det står med prikker
Pas på det ikke stikker

Nu sender jeg et lille brev,
og du skal gætte hvem det skrev.
I brevet er en vintergæk,
den må du ikke kaste væk.
Og jeg skal have et påskeæg,
hvis ikke du kan gætte,
hvem der har skrevet dette.

Gæk gæk gæk.
Mon du fatter,
hvem der satte
disse klatter?



LØSNINGER

LØSNINGER TIL GÆT ET ORDSPROG S. 22

1. Øvelse gør mester
2. Æblet falder ikke langt fra stammen
3. Hvo intet vover intet vinder
4. Intet er så ringe, at det ikke er godt for noget
5. Sælg ikke skindet, før bjørnen er skudt
6. Tro kan flytte bjerge
7. Den der ler sidst, ler bedst
8. Hop ikke over hvor gærdet er lavest
9. Den der kommer først til mølle, får først malet
10. Man skal ikke kaste med sten, når man selv bor i et glashus
11. Én fugl i hånden er bedre end ti på taget
12. Tomme tønder buldrer mest
13. Tab og vind med samme sind
14. Brændt barn skyr ilden
15. Når katten er ude, danser musene på bordet
16. Hellere lille og vågen end stor og doven
17. Mange bække små gør en stor å
18. Hastværk er lastværk
19. Uden mad og drikke duer helten ikke

KRYDSORD

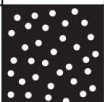
★	LOKA- LER	MÅLERE	950	INPUT	KILO	FRA	SLÅR	VED	MÅNED	GLADE	BY	LITER	BUSK	ƒ N P R K
SLIK														
BUTIKS- KÆDE					SLUT- SPIL ILD- STED							STRAKS TRAK SAMMEN		
GRINE			BLADE TONE			SØ- MANDEN RAMME								
500		MANGE FOR- FATTER							FOR- NAVN GL. KA- RAKTER				BIL- UDSTYR	
FOR- NAVN				STØR- RELSE LUGE				SKÆRM- PLANTE EKS- STAT			▶			
SPANSK TIL- SAGN			PENGE- MAND X				ORGANI- SATION SPREDE					550 RET- NING		LØFTER
SPIDS					STOF BINDE- ORD				BLANDE EN I YORK					
URAN		FOR- NAVN SVAR				MOD- STAND UDBRUD						ORDRE TRÆ		
IKKE			STJERNE					TOG						
LØB					ER- HVERVE					STIVER				

		LØVE- MAD	SMYKKE	POT- POURRI		
	KEDELIG					
	LUGE				RED- SKABER	
PLADE						TO ENS
ØVE- STYKKER						
FISK						
	TONER					
		GRIBE				

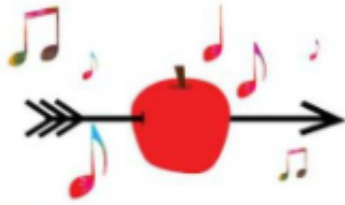
LØSNINGER

LØSNINGER TIL DANSKTOP QUIZ S. 18 OG 19

1. A. Keld Heick
2. B. Holstebro
3. A. Hot Eyes
4. C. Blue Boys
5. B. Erhard Jakobsen
6. B. Hun var elev i sparekassen
7. A. Fly on the wings of love
8. A. Debbie Cameron
9. A. Så går vi til enkebal
10. C. En lille ring af guld

I HVILKEN VAMPYR-FILMSERIE KAN MAN SE ROBERT PATTINSON I ROLLEN SOM EDWARD CULLEN?				TAND	LØRDAG & SØNDAG	STED-ORD	HVI-LEDE	HELT	GRAM			HÆLDER	
													
						SPISTE HOVED-STAD							
	TØ	FRI-STED	KÆR-TEGNE TO ENS										
							GRINE DYR			VENLIG RETNING			
			EMNE VOKSE					KAMP  -L					
SPILLET							VIRKE					VÆGT-FØRK.	
TON		FRELSTE GRAM								DUKKE-DRENG FØR F			
BANDE-LEDER								DRYPPE					

KRYDSORD



Hvem skrev operaen
Wilhelm Tell?



MEDIUM 299	FRUG- TER	GRUND- STOF	TOV GRYR		BØN- FALDE		BRYDE	?	STOLT- HED	AGE- DE
VÅR										
HEST							DEL AF RIGET			
							FORNAVN			
MELO- DI				FALDER AF- KRÆFTE						
FOR- MODEDE						GUD LEJ- DER			SOL- DAT	
500		ØJNE			LISTE					
KLOG		PRYD			HELE					
→			TRÆT SKUE- SPILLER				NUMMER KURS			BART
STRE- GEN										
→					PEP LOYAL			KURS SMÅ- SOVE		
BAGE- MIDLET		TIL- NAVN HASTE								
FAR- TØJ						VISNE SMERTE				
ENERGI			BYTTE				LANG- SOM FEM			
SKAL- DYR					FAR- TØJ					

KOM OG KØB PÅ VIRUMGÅRD

APRIL

**MANDAG D. 4. APRIL
JANE BRUUN TØJSALG**

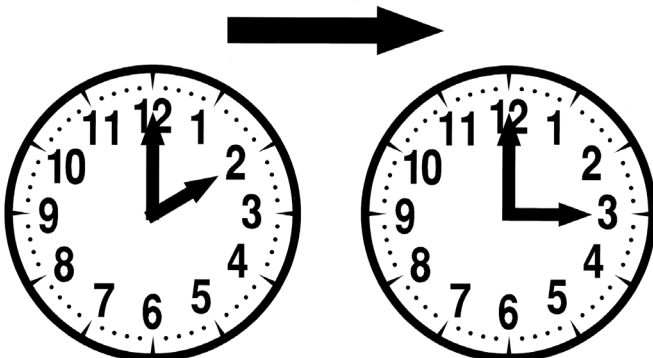
**FREDAG D. 29. APRIL
TØJ LOTTE**

MAJ

**MANDAG D. 16. MAJ
JYSK TØJSALG**

SOMMERTID

Sommertiden starter natten mellem d. 26. og 27. marts 2022.
Så husk at stille urene en time frem.



INFORMATION

NYT OM TELEFONNUMRE



Da kommunen har valgt at nedlægge alle decentrale lokalnumre, kan man ikke mere ringe direkte til afdelingerne.

Man skal i stedet bruge vores hovednummer

45 28 51 00

og trykke sig igennem menuerne

CAFÉEN på Virumgård



Åbningstider

Alle ugens dage
Kl. 11.30-13.00

Kontakt
Tlf. 21 38 42 63

FRISØR

Karin Rasmussen

Tlf. 40 14 70 55



TANDPLEJEN

Kontakt

Tlf. 21 53 06 21



VIRUMGÅRDS VENNER

Hanne B. Hansen
virumgaardsvenner@gmail.com

Tlf. 30 56 17 05



Støtteforeningen
**VIRUMGÅRDS
VENNER**

**Næste nummer udkommer
juni 2022**

