



LYNGBY-TAARBÆK
KOMMUNE

SEPTEMBER 2026

7. årgang Nr. 7

LYSGLIMT
AKTIVITETSBLAD FOR
VIRUMGÅRD PLEJEHJEM

INDHOLDSFORTEGNELSE

Indholdsfortegnelse.....	2
Information.....	3
Ny vaskeordning.....	4
Koncert med Kaj.....	5
Gudstjeneste.....	6
Jysk Tøjsalg.....	7
Banko.....	8
Søndagsunderholdning.....	9
Syng med Søren.....	10
Jubilæumsfest.....	11
Efterårskoncert.....	12
Bliv cykelpilot.....	13
Aktivitetskalender.....	14

Redaktion: Betina Sanggaard og Marianne Frøjk Strandsbjerg.

Kontakt redaktionen på: aktivitetsbladet@ltk.dk eller tlf.nr. 30312877.

Oplag: 125 eksemplarer. Trykt på Virumgårds kopimaskine.

Du kan også finde Aktivitetsbladet på plejehjemmets hjemmeside.

Næste blad udkommer oktober 2026.

Deadline d. 15. september 2026



INFORMATION

GLÆD DIG TIL I SEPTEMBER:

Tirsdag d. 1. september: Koncert med Kaj

Torsdag d. 3. september: Gudstjeneste

Onsdag d. 9. september: Jysk Tøjsalg

Torsdag d. 10. september: Banko

Søndag d. 13. september: Søndagsunderholdning

Tirsdag d. 15. september: Syng med Søren

Torsdag d. 24. september: Banko

Fredag d. 25. september: Jubilæumsfest

Mandag d. 28. september: Efterårskoncert

GLÆD DIG TIL I OKTOBER:

Torsdag d. 1. oktober: Gudstjeneste

Torsdag d. 8. oktober: Banko

Søndag d. 11. oktober: Søndagsunderholdning

Torsdag d. 22. oktober: Banko

Tirsdag d. 27. oktober: Besøg fra Hummeltofteskolen

NY VASKEORDNING

Fra den 1. oktober får Virumgård en ny vaskeordning.

Fremover vil virksomheden Textilia stå for vask af beboernes personlige tøj, og plejehjemmets medarbejdere vil derfor ikke længere varetage denne opgave.

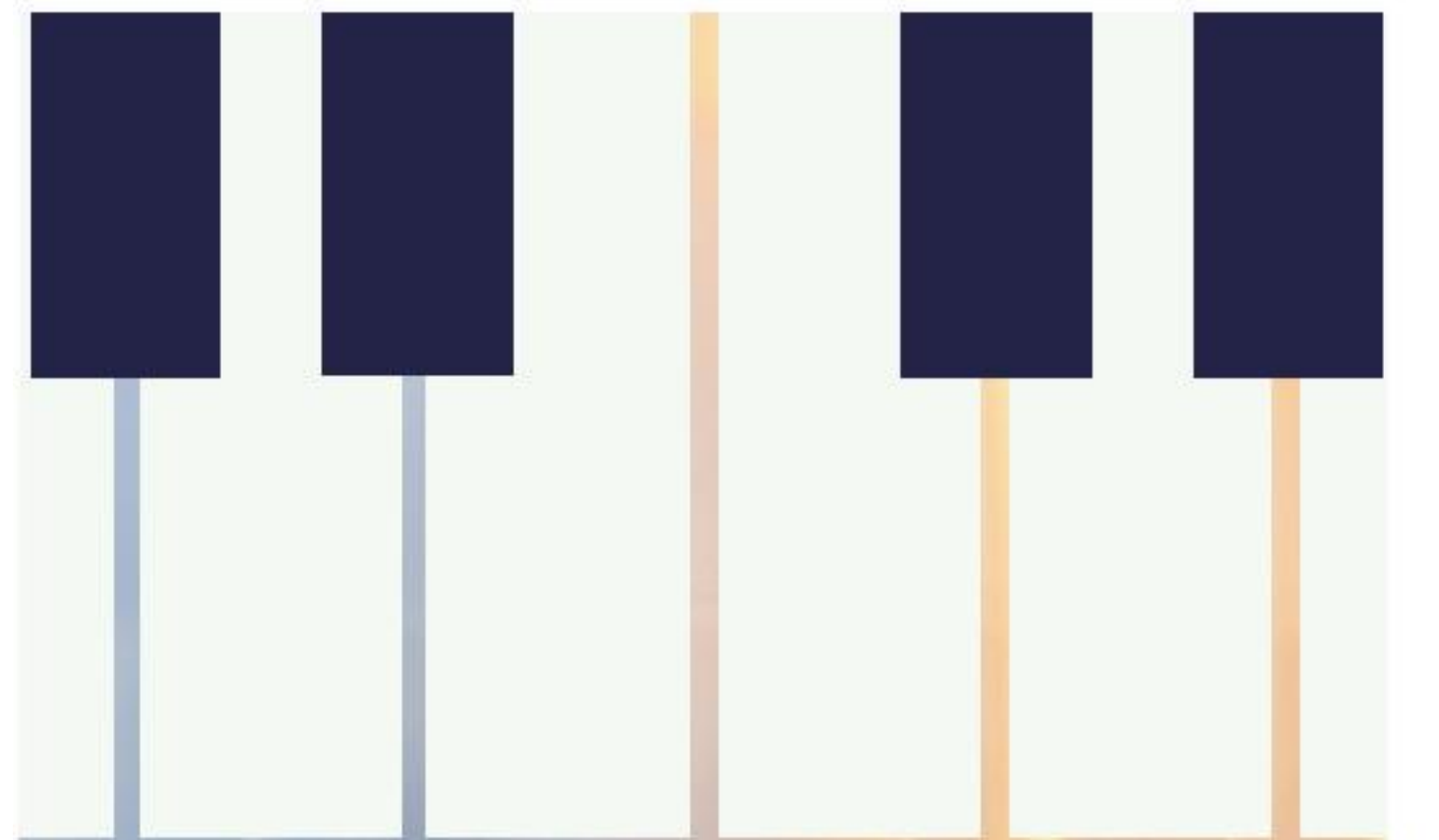
Baggrunden for ændringen er, at medarbejderne på Virumgård dermed får mere tid til pleje, omsorg og samvær med beboerne. Samtidig sikrer den professionelle håndtering af tøjet en ensartet og høj kvalitet i vasken.

Hvis man som pårørende foretrækker selv at vaske sin nærtståendes tøj, er dette fortsat muligt.

Den nye ordning omfatter almindelig vask af tøj, som tåler tørretumbling. Der vil desuden være mulighed for at tilkøbe ekstra ydelser, herunder vask af dyner og puder, tæpper og gardiner, håndvask af særligt tøj, rensning samt stryging.

Der vil komme yderligere information ud omkring den nye vaskeordning i et informationsbrev til alle beboere i starten af september måned.



The top of the poster features a stylized representation of piano keys. There are four dark blue rectangular keys and three light cream-colored rectangular keys, arranged in a row. Below the keys are vertical lines of varying colors (blue, orange, and cream) that extend down to the main text area.

FÆLLESSANG OG KLAVERKONCERT

Lyt og syng med på de kendte danske værker fra filmen mød mig på Cassiopeia, Sommer i Tyrol og Vagabonderne på Bakkegaarden.

KLAVERKONCERT

V/Kaj Richard Caspersen

Tirsdag d. 1. september
Kl. 13.30-14.30 i caféen

Velkommen til **GUDSTJENESTE**

**TORSDAG D. 3. SEPTEMBER
KL. 14.30 I CAFÉEN
PÅ VIRUMGÅRD**

Nu kan du igen komme til
gudstjeneste på
Virumgård Plejehjem
hos en af præsterne fra
Sorgenfri Kirke.

Du er meget velkommen
til at blive til en snak
over en kop kaffe
efter gudstjenesten



OBS!! Tiden er ændret til kl. 14.30

JYSK TØJSALG

Lars Rasmussen, tlf.: 40 44 91 64

Besøger

VIRUMGÅRD

Onsdag d. 9. September

Kl. 10.00 - 14.00

Tøj til unge og ældre

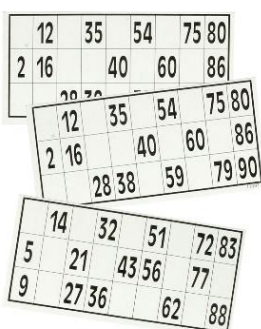
Kort, MobilePay og kontanter modtages.



Banko i september

Torsdag den 10. og 24.
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 Fond**



MALERFIRMAET

Nielsen & Justesen

40 14 91 07 - 21 79 70 83

Anno 1984

Sarto
AkvarieService

Tandlæge
Henrik
Hammer





**Søndagsunderholdning med
Gademusikanterne – Musik Mod Cancer
Søndag den 13. september kl. 14.00
Caféen, Virumgård Plejehjem**

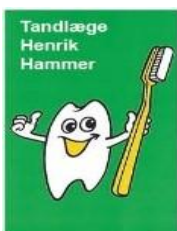


Gademusikanterne er 3 glade gutter, som underholder, hvor der er hjerterum med fortolkninger af danske og udenlandske pop- og rocksange, så alle kan synge med, og hvor deres honorar går ubeskåret til Knæk Cancer

I pausen byder Foreningen på et glas portvin og lidt sødt.

Kom glad, og gå endnu gladere hjem.

Sponsorer



MALERFIRMAET
Nielsen & Justesen
40 14 91 07 - 21 79 70 83
Anno 1984

**Tømmerhandler
Johannes Fogs Fond**

Virum Motor Co.





SYNG MED

Søren Ipland

TIRSDAG D. 15. SEPTEMBER



KL. 14.00-15.00

I FESTSALEN

Søren spiller musik fra en tid som måske kan være gemt lidt væk, men heldigvis ikke glemt. Han spiller sange som de fleste kender og genkender og som vi har tilfælles i den danske pop sangskat.

Til koncerten bliver der også spillet og sunget numre som handler om den årstid vi er i gang med og måske kommer der også en sang eller to af nyere dato, bare fordi den er god.

Koncerten bliver spillet og sunget af Søren men man er meget velkommen til at synge med på alle de strofer man kan huske, og ind imellem numrene bliver der nok også plads til en lille historie eller to.



**Efter koncerten
er der højtlesning med
Lillan Albeck kl. 15.00-15.15**

**Koncerten er sponsoreret
af Demensfællesskabet i LTK**

Jubilæumsfest

VIRUMGÅRD PLEJEHJEM

40

Fredag d. 25. september

Kl. 12.30-16.00

På Henning Petersens Plads

Kære beboere, pårørende, frivillige og caféens gæster

Vi glæder os til at fejre Virumgårds 40-års jubilæum med en hyggelig og festlig eftermiddag fredag d. 25. september.

Beboerne spiser en god frokost på afdelingerne inden festen. Fra kl. 12.30-16.00 inviterer vi alle til fest i teltet på pladsen foran caféen. Der bliver hyggelig stemning med musik og dans fra kl. 13.00 - 14.30. Undervejs serverer vi kaffe, kage, soft ice, slush ice, fadøl, vin og sodavand.

Du er meget velkommen til at deltage i det omfang, der passer dig.

*Pårørende bedes tilmelde sig hos personalet senest tirsdag d. 15. september.
Det er gratis at deltage.*

**Vi glæder os til at fejre dagen
sammen med jer !**





Efterårskoncert

Med musikterapeuterne i Lyngby-Taarbæk kommune,
Ulla Lau Hyldgård, Louise Duus og Ana Maria Herrera

Vi glæder os til at spille for jer på

VIRUMGÅRD PLEJEHJEM

MANDAG D. 28.SEP

KL. 13:30-14:15 (I CAFÉEN)



CYKLING UDEN ALDER

ALLE KAN BLIVE CYKELPILOT

Piloter er både seniorer, studerende, personale, familie og venner til nogen, der trænger til vind i håret. Ung eller gammel - det vigtigste er lysten til at cykle og få en masse gode oplevelser!

Som cykelpilot giver du de ældre en unik oplevelse ud i nærområdet igennem byen, til skov, vand
- mulighederne er mange.

Du giver de ældre mulighed for at komme ud og få vind i håret, opleve byen og naturen på nært hold fra cykelstien og giver dem lyst og mulighed for at fortælle deres livshistorie, måske i de omgivelser, hvor de har levet deres liv.

Vores el-rickshaws står klar til en tur her på
Plejecenter Virumgård.

Ønsker du at blive pilot, så
henvend dig venligst til
nedenstående.

CYKLING
UDEN
ALDER



VI GIVER DIG DEN FORNØDNE
UNDERVISNING I CYKLEN SÅ
DU FØLER DIG TRYK

MARIANNE
FRØJK STRANDBJERG

Mobil: 30 31 28 77

Mail: mastr@ltk.dk

AKTIVITETSKALENDER SEPTEMBER 2026

Virumgård		A-huset	B-huset	C.st.	C.1.
Tirsdag	01-sep	Bustur med Hans for A-huset Kl. 10.30-12.00 Fællessang og klaverkoncert Kl. 13.30-14.30 i caféen	Fællessang og klaverkoncert Kl. 13.30-14.30 i caféen	Fællessang v/ Ana Maria Kl. 10.45-11.15 C.st.13 Fællessang og klaverkoncert Kl. 13.30-14.30 i caféen	Fællessang v/ Ana Maria Kl. 10.45-11.15 C.st.13 Fællessang og klaverkoncert Kl. 13.30-14.30 i caféen
Onsdag	02-sep	Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen
Torsdag	03-sep	Gudstjeneste Kl. 14.30 i caféen	Gudstjeneste Kl. 14.30 i caféen	Gudstjeneste Kl. 14.30 i caféen	Gudstjeneste Kl. 14.30 i caféen
Fredag	04-sep				
Lørdag	05-sep				
Søndag	06-sep				
Mandag	07-sep				
Tirsdag	08-sep	Rockklubben på tur til Solgården Kl. 13.00-14.30	Fællessang v/ Ana Maria Kl. 11.00-11.30 B.1		
Onsdag	09-sep	Jysk Tøjsalg Kl. 10.00-14.00 i forhallen Fællessang v/Christian Kl. 11.00-11.45 A.1.gul Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Jysk Tøjsalg Kl. 10.00-14.00 i forhallen Fællessang v/Christian Kl. 10.00-10.45 B.st. Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Jysk Tøjsalg Kl. 10.00-14.00 i forhallen Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Jysk Tøjsalg Kl. 10.00-14.00 i forhallen Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen
Torsdag	10-sep	Banko v/ Virumgårds Venner Kl. 14.00 i caféen	Banko v/ Virumgårds Venner Kl. 14.00 i caféen	Banko v/ Virumgårds Venner Kl. 14.00 i caféen	Banko v/ Virumgårds Venner Kl. 14.00 i caféen
Fredag	11-sep				
Lørdag	12-sep				
Søndag	13-sep	Virumgårds Venner præsenterer Gademusikanterne Kl. 14.00 i caféen	Virumgårds Venner præsenterer Gademusikanterne Kl. 14.00 i caféen	Virumgårds Venner præsenterer Gademusikanterne Kl. 14.00 i caféen	Virumgårds Venner præsenterer Gademusikanterne Kl. 14.00 i caféen
Mandag	14-sep				
Tirsdag	15-sep	Fællessang v/ Ana Maria Kl. 10.45-11.15 A.st. Koncert med Søren på guitar Kl. 14.00-15.00 i festsalen	Bustur med Hans for B-huset Kl. 10.30-12.00 Koncert med Søren på guitar Kl. 14.00-15.00 i festsalen	Koncert med Søren på guitar Kl. 14.00-15.00 i festsalen	Koncert med Søren på guitar Kl. 14.00-15.00 i festsalen

AKTIVITETSKALENDER SEPTEMBER 2026

Virumgård		A-huset	B-huset	C.st.	C.1.
Onsdag	16-sep	Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen
Torsdag	17-sep			Fællessang v/ Ana Maria Kl. 10.45-11.15 C.st.13	Fællessang v/ Ana Maria Kl. 10.45-11.15 C.st.13
Fredag	18-sep				
Lørdag	19-sep				
Søndag	20-sep				
Mandag	21-sep				
Tirsdag	22-sep	Rockklub v/Ana Maria Kl. 13.30-14.00 A.st.	Fællessang v/ Ana Maria Kl. 11.00-11.30 B.st.		
Onsdag	23-sep	Fællessang v/Christian Kl. 11.00-11.45 A.1.gul Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Fællessang v/Christian Kl. 10.00-10.45 B.st. Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen
Torsdag	24-sep	Banko v/ Virumgårds Venner Kl. 14.00 i caféen	Banko v/ Virumgårds Venner Kl. 14.00 i caféen	Banko v/ Virumgårds Venner Kl. 14.00 i caféen	Banko v/ Virumgårds Venner Kl. 14.00 i caféen
Fredag	25-sep	Virumgårds jubilæumsfest Kl. 12.30-16.00 Henning Petersens Plads	Virumgårds jubilæumsfest Kl. 12.30-16.00 Henning Petersens Plads	Virumgårds jubilæumsfest Kl. 12.30-16.00 Henning Petersens Plads	Virumgårds jubilæumsfest Kl. 12.30-16.00 Henning Petersens Plads
Lørdag	26-sep				
Søndag	27-sep				
Mandag	28-sep	Efterårskoncert med musikterapeuterne Kl. 13.30-14.15 i caféen	Efterårskoncert med musikterapeuterne Kl. 13.30-14.15 i caféen	Efterårskoncert med musikterapeuterne Kl. 13.30-14.15 i caféen	Efterårskoncert med musikterapeuterne Kl. 13.30-14.15 i caféen
Tirsdag	29-sep	Fællessang v/ Ana Maria Kl. 10.45-11.15 A.1		Bustur med Hans for C-huset Kl. 10.30-12.00	Bustur med Hans for C-huset Kl. 10.30-12.00
Onsdag	30-sep	Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen

A close-up photograph of several purple daisy flowers with bright yellow centers. The flowers are in various stages of bloom, with some in sharp focus and others blurred in the background. The petals are numerous and thin, radiating from the center. The background is a dark, out-of-focus green.

Næste nummer udkommer oktober 2026