



LYNGBY-TAARBÆK  
KOMMUNE

**MAJ 2025**

6. årgang Nr. 4

# *LYSGLIMT*

AKTIVITETSBLAD FOR  
**PLEJECENTER VIRUMGÅRD**



# INDHOLDSFORTEGNELSE

|                                |    |
|--------------------------------|----|
| Indholdsfortegnelse.....       | 2  |
| Information.....               | 3  |
| Gudstjeneste.....              | 4  |
| Danmarks befrielse.....        | 5  |
| Mad fra Bunden.....            | 6  |
| Udendørs fællessang.....       | 7  |
| Banko.....                     | 8  |
| Søndagsunderholdning.....      | 9  |
| Koncert med Mads Westfall..... | 10 |
| Danzetten.....                 | 11 |
| Aktivitetskalender.....        | 12 |
| Boblberg.....                  | 14 |
| Nyttig information.....        | 15 |

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 juni 2025.

Deadline d. 15. maj 2025.



# INFORMATION

## GLÆD DIG TIL I MAJ:

**Torsdag d. 1. maj:** Gudstjeneste

**Mandag d. 5. maj:** Vi markerer Danmarks befrielse

**Tirsdag d. 6. maj:** Udendørs fællessang

**Onsdag d. 7. maj:** Tøjsalg

**Torsdag d. 8. maj:** Banko

**Søndag d. 11. maj:** Søndagsunderholdning

**Tirsdag d. 13. maj:** Koncert med Mads Westfall

**Tirsdag d. 20. maj:** Fællessang med Danzetten

**Torsdag d. 22. maj:** Banko



## GLÆD DIG TIL I JUNI:

**Torsdag d. 5. juni:** Gudstjeneste

**Torsdag d. 12. juni:** Banko

**Søndag d. 15. juni:** Søndagsunderholdning

**Tirsdag d. 17. juni:** Mini-OL

**Torsdag d. 26. juni:** Banko



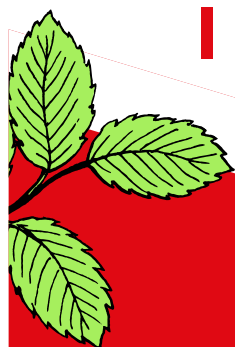
# GUDSTJENESTE

UNDER ÅBEN HIMMEL

TORSDAG D. 1. MAJ

KL. 14.00

I ATRIUMGÅRDEN I A-HUSET



Vi skal have en hyggelig og festlig eftermiddag sammen med præsten Sofie og organisten Anne-Kari fra Sorgenfri Kirke. Der vil være prædiken, sang, nadver og 3 unge herrer kommer på besøg og spiller for os.

Efter gudstjenesten får vi en snak over en kop kaffe, småkager og chips

# **Vi markerer 80-året for Danmarks Befrielse**

## **1945-2025**

**Mandag d. 5. maj  
Kl. 10.45-11.30  
i aktivitetslokalet på A.1.**

Vi hører radiomeddelelsen fra d. 4. maj 1945,  
synger sammen med Ana Maria, laver en lille quiz og  
hører, hvis nogen har lyst til at fortælle om deres egne  
oplevelser under befrielsen.

## MAD FRA BUNDEN

Den Kommunale Madservice tilbereder maden til beboerne på kommunens plejecentre. Alle dagens måltider på Virumgård bliver tilberedt i Virumgårds eget køkken ud fra konceptet Mad fra Bunden. Maden tilberedes med fokus på smag, sæson, konsistens og farvesammensætning og med udgangspunkt i årstidens råvarer.

I Atriumgården i A-huset findes forskellige højbede med diverse friske krydderurter, som køkkenet nyder at kunne plukke af til beboernes mad. Der er bl.a. purløg, løvstikke, timian, salvie, rosmarin, mynte, oregano. Tag gerne forbi Atriumgården og se om du kan genkende de forskellige krydderurter. Her er kokken Michael ude og plukke løvstikke til dagens nye dampede kartofler.





# Udendørs FÆLLESSANG

*Sammen med  
Ana Maria & Henriette  
musikterapeuter*

**TIRSDAG D. 6. MAJ  
KL. 13.00-13.30**

**HENNING PETERSENS PLADS**

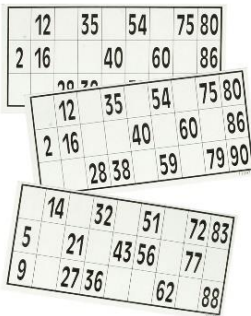




# Banko i maj

Torsdag den 8. og 22.  
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.





**Kom til en hyggelig søndag eftermiddag med**

**Lise Nees**

**Søndag den 11. maj kl. 14.00**

**Caféen, Virumgård Plejecenter**

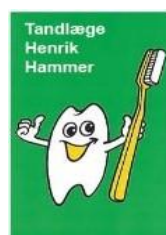


Lise Nees er uddannet i klassisk sang på Det Fynske Musikkonservatorium og i musicalsang i New York. Hun har sunget både i Danmarks Radios Koncertkor og Den Jyske Operas Kor.

Lise er bl.a. kendt for sine hovedroller i bl.a. "Les Misérables", "The Sound of Music", "Tordenskiold" og "Hans Christian Andersen" på de københavnske storscener.

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

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





GLÆD DIG TIL KONCERT MED



# Mads Westfall



TIRSDAG D. 13. MAJ  
KL. 13.30-14.15  
I CAFÉEN

DE GODE SANGE STÅR I KØ, NÅR MADS WESTFALL  
GÅR PÅ SCENEN MED SIN FLOTTE SANGSTEMME,  
SIN GUITAR OG SIT HUMORISTISKE  
OG NÆRVÆRENDE VÆSEN



KOM OG SYNG MED

# GÅRDMUSIKANTERNE DANZETTEN

TIRSDAG D. 20. MAJ

KL. 13.30-14.15

I CAFÉEN



| AKTIVITETSKALENDER MAJ 2025 |        |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Virumgård                   |        | A-huset                                                                                                                                                                                                                              | B-huset                                                                                                                                                                                      | C.st.                                                                                                                                                                             | C.1.                                                                                                                                                                              |
| Torsdag                     | 01-maj | <b>Gudstjeneste<br/>v/Sofie Lindegaard</b><br>Kl. 14.00 i Atriumgården                                                                                                                                                               | <b>Gudstjeneste<br/>v/Sofie Lindegaard</b><br>Kl. 14.00 i Atriumgården                                                                                                                       | <b>Gudstjeneste<br/>v/Sofie Lindegaard</b><br>Kl. 14.00 i Atriumgården                                                                                                            | <b>Gudstjeneste<br/>v/Sofie Lindegaard</b><br>Kl. 14.00 i Atriumgården                                                                                                            |
| Fredag                      | 02-maj |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                   |
| Lørdag                      | 03-maj |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                   |
| Søndag                      | 04-maj | <b>Danmarks befrielse</b><br>Husk at sætte lys i vinduerne og<br>bruge det udleverede<br>befrielseshæfte som taleemne                                                                                                                | <b>Danmarks befrielse</b><br>Husk at sætte lys i vinduerne og<br>bruge det udleverede<br>befrielseshæfte som taleemne                                                                        | <b>Danmarks befrielse</b><br>Husk at sætte lys i vinduerne og<br>bruge det udleverede<br>befrielseshæfte som taleemne                                                             | <b>Danmarks befrielse</b><br>Husk at sætte lys i vinduerne og<br>bruge det udleverede<br>befrielseshæfte som taleemne                                                             |
| Mandag                      | 05-maj | <b>Vi markerer 80 års jubilæum for<br/>Danmarks befrielse</b><br>Kl. 10.45-11.30 i aktivitetslokalet                                                                                                                                 | <b>Vi markerer 80 års jubilæum for<br/>Danmarks befrielse</b><br>Kl. 10.45-11.30 i aktivitetslokalet                                                                                         | <b>Vi markerer 80 års jubilæum for<br/>Danmarks befrielse</b><br>Kl. 10.45-11.30 i aktivitetslokalet                                                                              | <b>Vi markerer 80 års jubilæum for<br/>Danmarks befrielse</b><br>Kl. 10.45-11.30 i aktivitetslokalet                                                                              |
| Tirsdag                     | 06-maj | <b>Bustur med Hans</b><br>Kl. 10.30-12.00<br><br><b>Udendørs fællessang<br/>v/ Ana Maria og Henriette</b><br>Kl. 13.00-13.30<br>Henning Petersens Plads<br><br><b>Rockklub v/ Ana Maria og<br/>Henriette</b><br>Kl. 13.45-14.30 A.st | <b>Cykeltur med David</b><br>Kl. 10.30 for B-huset<br>Aftal nærmere med Karina<br><br><b>Udendørs fællessang<br/>v/ Ana Maria og Henriette</b><br>Kl. 13.00-13.30<br>Henning Petersens Plads | <b>Udendørs fællessang<br/>v/ Ana Maria og Henriette</b><br>Kl. 13.00-13.30<br>Henning Petersens Plads                                                                            | <b>Udendørs fællessang<br/>v/ Ana Maria og Henriette</b><br>Kl. 13.00-13.30<br>Henning Petersens Plads                                                                            |
| Onsdag                      | 07-maj | <b>Jysk Tøjsalg</b><br>Kl. 10.00-14.00 i forhallen<br><br><b>Stolegymnastik v/Ulla</b><br>Kl. 14.00-14.40 i caféen                                                                                                                   | <b>Jysk Tøjsalg</b><br>Kl. 10.00-14.00 i forhallen<br><br><b>Stolegymnastik v/Ulla</b><br>Kl. 14.00-14.40 i caféen                                                                           | <b>Jysk Tøjsalg</b><br>Kl. 10.00-14.00 i forhallen<br><br><b>Stolegymnastik v/Dorthe</b><br>Kl. 13.30 i festsalen<br><br><b>Stolegymnastik v/Ulla</b><br>Kl. 14.00-14.40 i caféen | <b>Jysk Tøjsalg</b><br>Kl. 10.00-14.00 i forhallen<br><br><b>Stolegymnastik v/Dorthe</b><br>Kl. 13.30 i festsalen<br><br><b>Stolegymnastik v/Ulla</b><br>Kl. 14.00-14.40 i caféen |
| Torsdag                     | 08-maj | <b>Banko v/ Virumgårds Venner</b><br>Kl. 14.00 i caféen                                                                                                                                                                              | <b>Fællessang v/Ana Maria og<br/>Henriette</b><br>Kl. 11.15-11.45 B.1.<br><br><b>Banko v/ Virumgårds Venner</b><br>Kl. 14.00 i caféen                                                        | <b>Banko v/ Virumgårds Venner</b><br>Kl. 14.00 i caféen                                                                                                                           | <b>Banko v/ Virumgårds Venner</b><br>Kl. 14.00 i caféen                                                                                                                           |
| Fredag                      | 09-maj |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                   |
| Lørdag                      | 10-maj |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                   |
| Søndag                      | 11-maj | <b>Virumgårds Venner inviterer<br/>til søndagsunderholdning</b><br>Lise Nees<br>Kl. 14.00 i caféen                                                                                                                                   | <b>Virumgårds Venner inviterer<br/>til søndagsunderholdning</b><br>Lise Nees<br>Kl. 14.00 i caféen                                                                                           | <b>Virumgårds Venner inviterer<br/>til søndagsunderholdning</b><br>Lise Nees<br>Kl. 14.00 i caféen                                                                                | <b>Virumgårds Venner inviterer<br/>til søndagsunderholdning</b><br>Lise Nees<br>Kl. 14.00 i caféen                                                                                |
| Mandag                      | 12-maj |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                   |
| Tirsdag                     | 13-maj | <b>Cykeltur med David</b><br>Kl. 10.30 for A.st.<br>Aftal nærmere med Allan<br><br><b>Koncert med Mads Westfall</b><br>Kl. 13.30-14.15 i caféen                                                                                      | <b>Koncert med Mads Westfall</b><br>Kl. 13.30-14.15 i caféen                                                                                                                                 | <b>Bustur med Hans</b><br>Kl. 10.30-12.00<br><br><b>Koncert med Mads Westfall</b><br>Kl. 13.30-14.15 i caféen                                                                     | <b>Bustur med Hans</b><br>Kl. 10.30-12.00<br><br><b>Koncert med Mads Westfall</b><br>Kl. 13.30-14.15 i caféen                                                                     |

| AKTIVITETSKALENDER MAJ 2025 |        |                                                                                                                     |                                                                                                                            |                                                                                                                            |                                                                                                                            |
|-----------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Virumgård                   |        | A-huset                                                                                                             | B-huset                                                                                                                    | C.st.                                                                                                                      | C.1.                                                                                                                       |
| Onsdag                      | 14-maj | <b>Stolegymnastik v/Ulla</b><br>Kl. 14.00-14.40 i caféen                                                            | <b>Stolegymnastik v/Ulla</b><br>Kl. 14.00-14.40 i caféen                                                                   | <b>Stolegymnastik v/Dorthe</b><br>Kl. 13.30 i festsalen<br><br><b>Stolegymnastik v/Ulla</b><br>Kl. 14.00-14.40 i caféen    | <b>Stolegymnastik v/Dorthe</b><br>Kl. 13.30 i festsalen<br><br><b>Stolegymnastik v/Ulla</b><br>Kl. 14.00-14.40 i caféen    |
| Torsdag                     | 15-maj | <b>Fællessang v/ Henriette</b><br>Kl. 13.00-13.30 A.st.                                                             |                                                                                                                            |                                                                                                                            |                                                                                                                            |
| Fredag                      | 16-maj |                                                                                                                     |                                                                                                                            |                                                                                                                            |                                                                                                                            |
| Lørdag                      | 17-maj |                                                                                                                     |                                                                                                                            |                                                                                                                            |                                                                                                                            |
| Søndag                      | 18-maj |                                                                                                                     |                                                                                                                            |                                                                                                                            |                                                                                                                            |
| Mandag                      | 19-maj |                                                                                                                     |                                                                                                                            |                                                                                                                            |                                                                                                                            |
| Tirsdag                     | 20-maj | <b>Fællessang med Danzetten</b><br>Kl. 13.30-14.15 i caféen                                                         | <b>Fællessang v/ Henriette</b><br>Kl. 11.00-11.30 B.st.<br><br><b>Fællessang med Danzetten</b><br>Kl. 13.30-14.15 i caféen | <b>Bustur med Hans</b><br>Kl. 10.30-12.00<br><br><b>Fællessang med Danzetten</b><br>Kl. 13.30-14.15 i caféen               | <b>Bustur med Hans</b><br>Kl. 10.30-12.00<br><br><b>Fællessang med Danzetten</b><br>Kl. 13.30-14.15 i caféen               |
| Onsdag                      | 21-maj | <b>Stolegymnastik v/Ulla</b><br>Kl. 14.00-14.40 i caféen                                                            | <b>Stolegymnastik v/Ulla</b><br>Kl. 14.00-14.40 i caféen                                                                   | <b>Stolegymnastik v/Dorthe</b><br>Kl. 13.30 i festsalen<br><br><b>Stolegymnastik v/Ulla</b><br>Kl. 14.00-14.40 i caféen    | <b>Stolegymnastik v/Dorthe</b><br>Kl. 13.30 i festsalen<br><br><b>Stolegymnastik v/Ulla</b><br>Kl. 14.00-14.40 i caféen    |
| Torsdag                     | 22-maj | <b>Rockklub v/ Henriette</b><br>Kl. 13.00-13.45 A.st<br><br><b>Banko v/ Virumgårds Venner</b><br>Kl. 14.00 i caféen | <b>Banko v/ Virumgårds Venner</b><br>Kl. 14.00 i caféen                                                                    | <b>Fællessang v/ Henriette</b><br>Kl. 14.00-14.30 festsalen<br><br><b>Banko v/ Virumgårds Venner</b><br>Kl. 14.00 i caféen | <b>Fællessang v/ Henriette</b><br>Kl. 14.00-14.30 festsalen<br><br><b>Banko v/ Virumgårds Venner</b><br>Kl. 14.00 i caféen |
| Fredag                      | 23-maj |                                                                                                                     |                                                                                                                            |                                                                                                                            |                                                                                                                            |
| Lørdag                      | 24-maj |                                                                                                                     |                                                                                                                            |                                                                                                                            |                                                                                                                            |
| Søndag                      | 25-maj |                                                                                                                     |                                                                                                                            |                                                                                                                            |                                                                                                                            |
| Mandag                      | 26-maj |                                                                                                                     |                                                                                                                            |                                                                                                                            |                                                                                                                            |
| Tirsdag                     | 27-maj | <b>Fællessang v/ Henriette</b><br>Kl. 11.00-11.30 A.1.                                                              | <b>Bustur med Hans</b><br>Kl. 10.30-12.00                                                                                  |                                                                                                                            | <b>Cykeltur med David</b><br>Kl. 10.30<br>Aftal nærmere med Dorthe                                                         |
| Onsdag                      | 28-maj | <b>Stolegymnastik v/Ulla</b><br>Kl. 14.00-14.40 i caféen                                                            | <b>Stolegymnastik v/Ulla</b><br>Kl. 14.00-14.40 i caféen                                                                   | <b>Stolegymnastik v/Dorthe</b><br>Kl. 13.30 i festsalen<br><br><b>Stolegymnastik v/Ulla</b><br>Kl. 14.00-14.40 i caféen    | <b>Stolegymnastik v/Dorthe</b><br>Kl. 13.30 i festsalen<br><br><b>Stolegymnastik v/Ulla</b><br>Kl. 14.00-14.40 i caféen    |
| Torsdag                     | 29-maj | <b>Kr. himmelfartsdag</b>                                                                                           | <b>Kr. himmelfartsdag</b>                                                                                                  | <b>Kr. himmelfartsdag</b>                                                                                                  | <b>Kr. himmelfartsdag</b>                                                                                                  |
| Fredag                      | 30-maj |                                                                                                                     |                                                                                                                            |                                                                                                                            |                                                                                                                            |
| Lørdag                      | 31-maj |                                                                                                                     |                                                                                                                            |                                                                                                                            |                                                                                                                            |

**VELKOMMEN TIL VIRUMGÅRDS  
GRUPPER PÅ**

# **BOBLBERG**

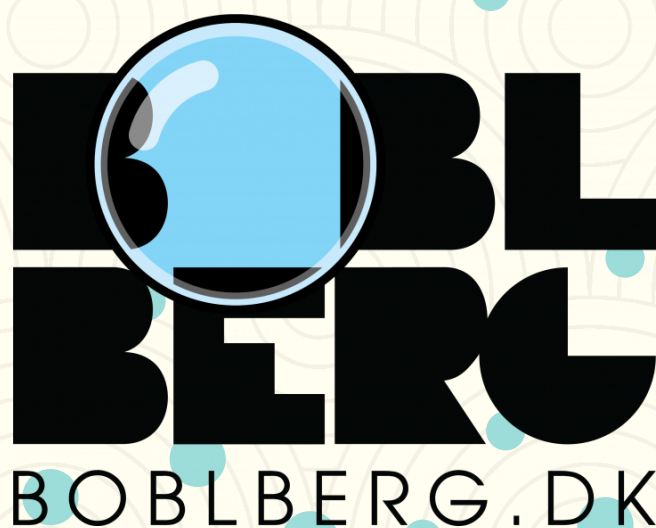
Opret dig gratis på Boblberg.dk.

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**



# NYTTIG INFORMATION

## CAFÉENS NYE ÅBNINGSTIDER

Caféen på Virumgård har igen åbent alle ugens dage  
kl. 11.30-13.00.

Sidste servering for spisende gæster er kl. 12.30.

Hvis du ønsker at booke caféen til et arrangement, skal du  
henvende dig til Jannie Basse på kontoret på  
Tlf. 45 28 51 00

Husk at følge med på Virumgårds hjemmeside

**[www.virumgaard.ltk.dk](http://www.virumgaard.ltk.dk)**

Her kan du bl.a. finde Lysglimt, menuplaner,  
nyheder og mange andre nyttige informationer.



### FRISØR

Karin Rasmussen

Tlf. 40 14 70 55



### TANDPLEJEN

Kontakt

mail:  
[omsorgstand@ltk.dk](mailto:omsorgstand@ltk.dk)



### VIRUMGÅRDS VENNER

Hanne B. Hansen  
[virumgaardsvenner@gmail.com](mailto:virumgaardsvenner@gmail.com)

Tlf. 30 56 17 05



**Næste nummer udkommer juni 2025**

