



LYNGBY-TAARBÆK
KOMMUNE

MARTS 2026

7. årgang Nr. 2

LYSGLIMT

AKTIVITETSBLAD FOR
VIRUMGÅRD PLEJEHJEM



INDHOLDSFORTEGNELSE

Indholdsfortegnelse.....	2
Information.....	3
Gudstjeneste.....	4
Søndagsunderholdning.....	5
Koncert med Frederik.....	6
Erindringsdans.....	7
Brevafstemning.....	8
Påskeklip.....	9
Banko.....	10
Generalforsamling.....	11
Påskefrokost.....	12
Tøjsalg.....	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 plejecentrets hjemmeside.

Næste blad udkommer april 2026.

Deadline d. 15. marts 2026.



INFORMATION

GLÆD DIG TIL I MARTS:

Torsdag d. 5. marts: Gudstjeneste

Søndag d. 8. marts: Søndagsunderholdning

Tirsdag d. 10. marts: Koncert med Frederik Cornelius

Onsdag d. 11. marts: Tøjsalg Classic Wear

Torsdag d. 12. marts: Banko

Tirsdag d. 17. marts: Erindringsdans

Onsdag d. 18. marts: Brevafstemning

Torsdag d. 19. marts: Påskeklip

Onsdag d. 25. marts: Erindringsdans

Torsdag d. 26. marts: Banko

Torsdag d. 26. marts: Generalforsamling Virumgårds Venner

Mandag d. 30. marts: Tøj Lotte

GLÆD DIG TIL I APRIL:

Torsdag d. 9. april: Påskefrokost

Søndag d. 12. april: Søndagsunderholdning

Torsdag d. 16. april: Banko

Tirsdag d. 21. april: Foredrag om Grønland

Torsdag d. 30. april: Banko





VELKOMMEN TIL GUDSTJENESTE

TORSDAG ✦ D. 5. MARTS ✦ KL. 14.00
I CAFÉEN

Kom og hør præsten Sofie Lindegaard
fra Sorgenfri Kirke og bliv til
en snak over en kop kaffe
efter gudstjenesten





**Få en hyggelig eftermiddag sammen med
Martin og Mikkel
Søndag den 8. marts kl. 14.00
Caféen, Virumgård Plejehjem**

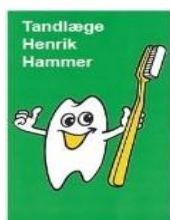


Efter en kold februar kan vi begynde at glæde os til et forhåbentlig dejligt forår i hjertevarmt selskab med Martin og Mikkel, hvor der bliver mulighed for at høre og synge med på mange kendte sange.

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

Kom glad, og gå endnu gladere hjem.

Sponsorer



Virum Motor Co.



**Tømmerhandler
Johannes Fogs Fond**

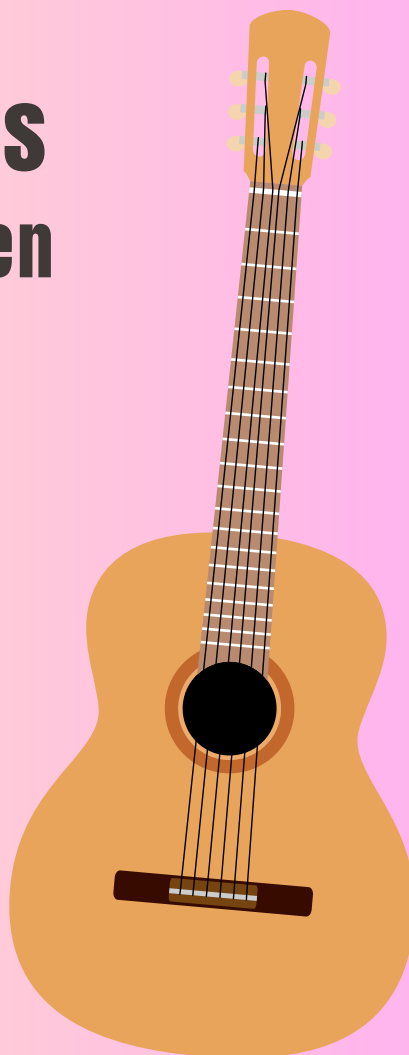


Koncert

Frederik Cornelius

Et glædeligt gensyng med Frederik som præsenterer en koncert fyldt med en rig, klar og ungdommelig swing stemme til gamle og nye klassikere

**Tirsdag d. 10. marts
Kl. 10.45-11.30 i festsalen
i C-huset**



ERINDRINGSDANS

TIRSDAG D. 17. MARTS

KL. 11.00–12.00

I AKTIVITETSLOKALET A.1.

ONSDAG D. 25. MARTS

KL. 13.30–14.30

I FESTSALEN I C-HUSET



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

Brevafstemning til Folketingsvalg

Det vil være muligt for beboere på Virumgård samt borgere i ældre- og beskyttede boliger, som er tilknyttet institutionen, at brevafstemme på Virumgård Plejehjem

onsdag den 18. marts 2026, ca. kl. 9.30 – kl. 15.00, dog afbrudt af frokost.

Valget vil blive afholdt på plejehjemslederens kontor i Hus A, stuen.

Valgkort (hvis det er modtaget) eller sundhedskort skal medbringes som legitimation.

Har man som beboer ikke mulighed for at møde op, skal dette meddeles til kontoret, så vil de tilforordnede komme rundt i afdelingerne efterfølgende.

*Med venlig hilsen
Administrationen*

The background of the poster is a vibrant green field filled with stylized yellow and green leaves. Scattered throughout are several colorful Easter eggs with various patterns: orange polka dots, pink polka dots, blue and white wavy lines, pink and yellow stripes, purple polka dots, and blue and white stripes. A large, light pink oval is centered on the page, containing the main text.

KOM OG VÆR MED TIL

PÅSKE KLIP

**I caféen på
Plejecenter Virumgård**

TORSDAG

19. MARTS

KL. 10.00-
11.45

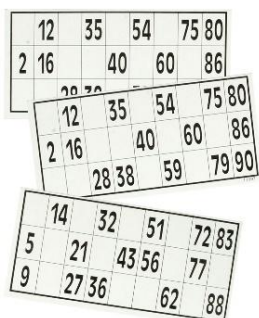
VI KLIPPER PÅSKEPYNT, SÅR
KARSE OG SYNGER MED 3.B
FRA HUMMELTOFTESKOLEN.
KOM OG VÆR MED TIL EN
HYGGELIG FORMIDDAG
SAMMEN MED
BØRNENE



Banko i marts

Torsdag den 12. og 26.
kl. 14.00 i Caféen

Der bliver spillet 4 spil med gevinst på



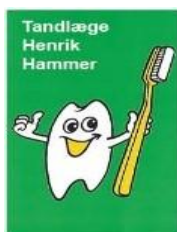
1 række
2 rækker
Fuld plade

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



Hermed indbydelse til ordinær

GENERALFORSAMLING

Torsdag den 26. marts 2026, kl. 17:00 i Caféen på Virumgård.

DAGSORDEN:

1. Valg af dirigent.
2. Bestyrelsens beretning v/ formanden.
3. Forelæggelse af det reviderede regnskab for 2025.
4. Indkomne forslag.

Forslag fra medlemmerne skal være formanden i hænde senest 11. marts 2026.

5. Fastsættelse af kontingent for 2027.
6. Valg i henhold til §4 i Vedtægterne.

- **Valg af formand (2 år)**
Hanne B. Hansen Genopstiller
- **Valg af 2 bestyrelsesmedlemmer (2 år)**
Følgende medlemmer er på valg:
Mira Petersen Genopstiller ikke
Annika Sprange Genopstiller
- **Valg af 2 suppleanter (1 år)**
Birgitte Pontoppidan Genopstiller ikke
Hanne Frederiksen Genopstiller
- **Valg af 1 revisor (1 år)**
Inger Lützhøft Genopstiller

7. Eventuelt.

Bestyrelsen opfordrer interesserede til at melde sig til ledige poster, gerne pårørende.

På bestyrelsens vegne Hanne B. Hansen (formand).

Efter generalforsamlingen byder foreningen på et let traktament.

Kontingent på kr. 200,- for året 2026 kan betales til kassereren på generalforsamlingen, eller ved overførsel til bankkonto: 1551 0008735344 eller på MobilePay: 0622HL

Nye medlemmer meget velkomne!

Indmeldelse kan ske på Støtteforeningens indmeldelseskupon eller på mail: virumgaardsvenner@gmail.com.

**KOM OG KØB NYT TØJ TIL
GARDEROBEN I FORHALLEN
PÅ VIRUMGÅRD**

Classic Wear.DK

Vi kommer: *onsdag d.11.marts.2026*

Fra: *KL.10:00-13:00*

Tøj Lotte

MANDAG D.30/3

KL 10.00 -13.00





Påskefrokost

TORSDAG D. 9. APRIL
KL. 11.30-14.00

Vi samles på afdelingerne til frokost
for at fejre påsken i hyggeligt samvær
og med dejlig mad fra køkkenet.

Hver beboer kan max. invitere
1 pårørende. Pris 135 kr. som
afregnes gennem beboerens
konto. Ingen kontanter.

Tilmelding til afdelingen senest
tirsdag d. 24. marts

Glædelig påske

AKTIVITETSKALENDER MARTS 2026

Virumgård		A-huset	B-huset	C.st.	C.1.
Søndag	01-mar				
Mandag	02-mar			Gåhold med Monika Kl. 13.30-14.30	Gåhold med Monika Kl. 13.30-14.30
Tirsdag	03-mar				
Onsdag	04-mar	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	05-mar	Gudstjeneste v/Sofie Lindegaard Kl. 14.00 i caféen	Gudstjeneste v/Sofie Lindegaard Kl. 14.00 i caféen	Gudstjeneste v/Sofie Lindegaard Kl. 14.00 i caféen	Gudstjeneste v/Sofie Lindegaard Kl. 14.00 i caféen
Fredag	06-mar	Rockklub v/ Louise Kl. 15.00 i A.st.	Fællessang v/ Louise musikerapeut Kl. 11.00-11.30 B.st.	Fællessang ved Louise musikerapeut Kl. 13.30-14.00 i festsalen	Fællessang ved Louise musikerapeut Kl. 13.30-14.00 i festsalen
Lørdag	07-mar				
Søndag	08-mar	Virumgårds Venner inviterer til søndagsunderholdning med Martin og Mikkel Kl. 14.00 i caféen	Virumgårds Venner inviterer til søndagsunderholdning med Martin og Mikkel Kl. 14.00 i caféen	Virumgårds Venner inviterer til søndagsunderholdning med Martin og Mikkel Kl. 14.00 i caféen	Virumgårds Venner inviterer til søndagsunderholdning med Martin og Mikkel Kl. 14.00 i caféen
Mandag	09-mar			Gåhold med Monika Kl. 13.30-14.30	Gåhold med Monika Kl. 13.30-14.30
Tirsdag	10-mar	Koncert med Frederik Cornelius Kl. 10.45-11.30 i festsalen C-huset	Koncert med Frederik Cornelius Kl. 10.45-11.30 i festsalen C-huset	Koncert med Frederik Cornelius Kl. 10.45-11.30 i festsalen C-huset	Koncert med Frederik Cornelius Kl. 10.45-11.30 i festsalen C-huset
Onsdag	11-mar	Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Banko v/ Dorthe Kl. 13.30-15.00 i festsalen Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Banko v/ Dorthe Kl. 13.30-15.00 i festsalen Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen
Torsdag	12-mar	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	13-mar				
Lørdag	14-mar				
Søndag	15-mar				
Mandag	16-mar			Gåhold med Monika Kl. 13.30-14.30	Gåhold med Monika Kl. 13.30-14.30

AKTIVITETSKALENDER MARTS 2026

Virumgård		A-huset	B-huset	C.st.	C.1.
Tirsdag	17-mar	Erindringsdans Kl. 11.00-12.00 i aktivitetsrummet A.1.	Erindringsdans Kl. 11.00-12.00 i aktivitetsrummet A.1.		
Onsdag	18-mar	Brevafstemning Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Brevafstemning Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Brevafstemning Stolegymnastik v/ Dorthe Kl. 13.30-14.15 i festsalen Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Brevafstemning Stolegymnastik v/ Dorthe Kl. 13.30-14.15 i festsalen Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen
Torsdag	19-mar	Påskeklip med børn fra Hummeltofteskolen Kl. 10.00-11.30 i caféen	Påskeklip med børn fra Hummeltofteskolen Kl. 10.00-11.30 i caféen	Påskeklip med børn fra Hummeltofteskolen Kl. 10.00-11.30 i caféen	Påskeklip med børn fra Hummeltofteskolen Kl. 10.00-11.30 i caféen
Fredag	20-mar	Fællessang v/ Louise musikterapeut Kl. 13.30-14.00 A.1 Rockklub v/ Louise Kl. 15.00 i A.st.	Fællessang v/ Louise musikterapeut Kl. 11.00-11.30 B.1.		
Lørdag	21-mar				
Søndag	22-mar				
Mandag	23-mar			Gåhold med Monika Kl. 13.30-14.30	Gåhold med Monika Kl. 13.30-14.30
Tirsdag	24-mar	Valgdag	Valgdag	Valgdag	Valgdag
Onsdag	25-mar	Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Erindringsdans Kl. 13.30-14.30 i festsalen Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Erindringsdans Kl. 13.30-14.30 i festsalen Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen
Torsdag	26-mar	Banko v/ Virumgårds Venner Kl. 14.00 i caféen Generalforsamling Virumgårds Venner Kl. 17.00 i caféen	Banko v/ Virumgårds Venner Kl. 14.00 i caféen Generalforsamling Virumgårds Venner Kl. 17.00 i caféen	Banko v/ Virumgårds Venner Kl. 14.00 i caféen Generalforsamling Virumgårds Venner Kl. 17.00 i caféen	Banko v/ Virumgårds Venner Kl. 14.00 i caféen Generalforsamling Virumgårds Venner Kl. 17.00 i caféen
Fredag	27-mar				
Lørdag	28-mar				
Søndag	29-mar				
Mandag	30-mar			Gåhold med Monika Kl. 13.30-14.30	Gåhold med Monika Kl. 13.30-14.30
Tirsdag	31-mar				

Næste nummer udkommer april 2026

