



LYNGBY-TAARBÆK
KOMMUNE

JUNI 2025

6. årgang Nr. 5

LYSGLIMT

AKTIVITETSBLAD FOR
PLEJECENTER VIRUMGÅRD



INDHOLDSFORTEGNELSE

Indholdsfortegnelse.....	2
Information.....	3
Hilsen fra præsten.....	4
Udendørs fællessang.....	5
Pårørendeaften.....	6
Boblberg.....	7
Sommerhilsen fra Virumgårds Venner.....	8
Banko.....	9
Søndagsunderholdning.....	10
Mini-OL.....	11
Sankt Hans.....	12
Sangskatte og vildkatte.....	13
Velkommen til ny musikterapeut.....	14
Stolegymnastik.....	15
Aktivitetskalender.....	16
Søndagsunderholdning i august.....	18
Banko i august.....	19

**Rigtig god
sommer ønskes til alle**

**Næste Lysglimt udkommer
til september**



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 september 2025. Deadline d. 15. august 2025.

INFORMATION

GLÆD DIG TIL I JUNI:

OBS! Gudstjeneste i juni/juli og august er aflyst.
Næste gudstjeneste er torsdag d. 4. september

Torsdag d. 12. juni: Udendørs fællessang

Torsdag d. 12. juni: Banko

Torsdag d. 12. juni: Pårørendeaften

Søndag d. 15. juni: Søndagsunderholdning

Tirsdag d. 17. juni: Mini-OL

Mandag d. 23. juni: Sankt Hans

Onsdag d. 25. juni: Sangskatte og vildkatte

Torsdag d. 26. juni: Banko

GLÆD DIG TIL I AUGUST:

Søndag d. 10. august: Søndagsunderholdning

Torsdag d. 14. august: Banko

Torsdag d. 28. august: Banko



SOFIE MÅ DESVÆRRE AFLYSE

GUDSTJENESTEN

I JUNI, JULI OG AUGUST

NÆSTE GUDSTJENESTE ER
TORS DAG D. 4. SEPTEMBER
KL. 14.00 I CAFÉEN

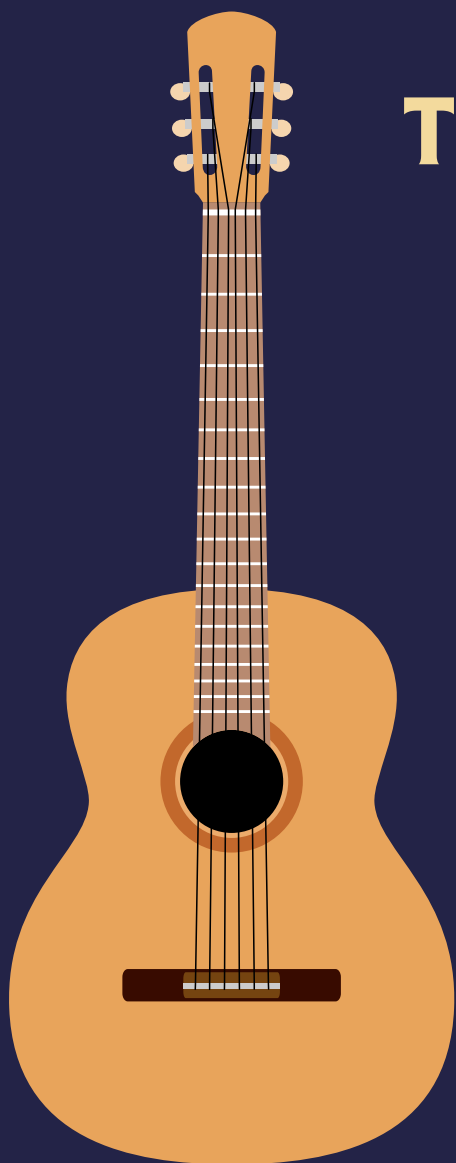
I ØNSKES ALLE EN RIGTIG GOD
SOMMER AF SOFIE LINDEGAARD
PRÆST FRA SORGENFRI KIRKE





Udendørs **FÆLLESSANG**

*Sammen med Henriette
musikterapeut*



TORSDAG D. 12. JUNI
KL. 11.00-11.30

I ATRIUMGÅRDEN



Vi vil gerne invitere alle pårørende til en hyggelig og meningsfuld aften på Virumgård. Onsdag d. 12. juni i caféen kl. 17-19

Program:

Vi starter med velkomst og fortæller om, hvad der er sket på plejecentret i år og hvad vi ser frem til i resten af året.

Vores særlige gæst, Lillan Albeck, deler sin stærke og ærlige fortælling om at være tæt på et menneske med demens.

Lillan er enke efter sin mand Henning, som led af tre forskellige demenssygdomme. Hun fulgte ham tæt, først hjemme, derefter på plejehjem og til sidst på hospitalet.

Hun fortæller om både smerte, frustration og desperation, men også om glæde, kærlighed og de små øjeblikke af lykke undervejs.

Lillan er coach, pårønderådgiver og underviser på sundhedsuddannelser og pårørendekurser. Sammen med sine søstre har hun skrevet bogen "Stærkere samvær med højt-læsning", og hun vil læse op fra bogen, så vi kan mærke, hvordan højt-læsning kan skabe nærhed i hverdagen.

Som ægtefælle oplevede Lillan både det fantastiske ved engageret sundhedspersonale og hvor svært det også kan være, når sygdom og system udfordrer alt det, man håber på. Hun fortæller med hjertet uden på tøjet og med en fin humor, som gør hendes fortælling både rørende og nærværende.



Efter oplægget bliver der tid til spørgsmål og en god snak, inden vi slutter af med sandwich og noget koldt at drikke.

Vi glæder os til en hyggelig aften sammen og til at se jer!

Plejecenter Virumgård

Tilmelding til arrangementet skal ske i administrationen i forhallen, hus A, hos Leif eller Jannie eller pr. telefon 45285100 senest den 5. juni.

**VELKOMMEN TIL VIRUMGÅRDS
GRUPPER PÅ**

BOBLBERG

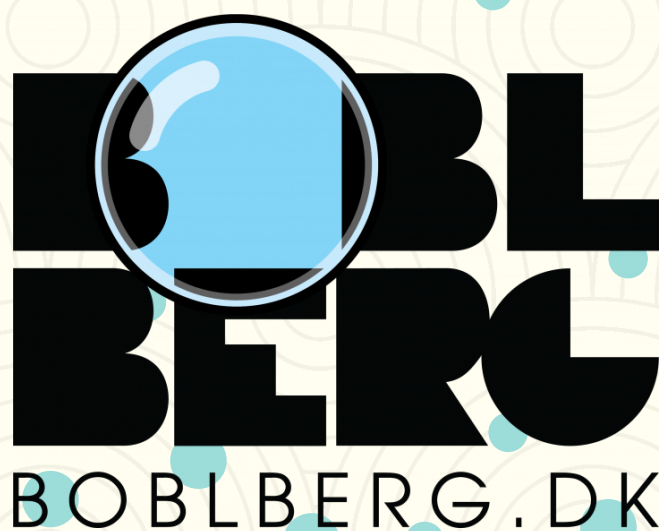
Opret dig gratis på Boblberg.dk.

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**





Kære beboere og personale på Plejecenter Virumgård samt øvrige læsere af Lysglimt

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

I juli måned holder vi sommerferie både med banko og underholdning, men vi kommer friske og glade igen til august, hvor vi lægger ud med søndagsunderholdning med sangeren og sangskriveren Søren Westerholm.

Jeg vil på bestyrelsens vegne ønske alle en god sommer.

**Med venlig hilsen
Hanne B. Hansen
Formand**

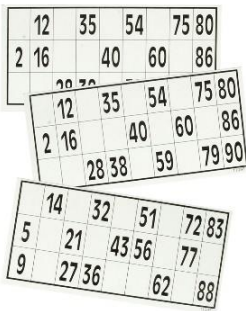




Banko i juni

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





Kom og få en dejlig eftermiddag med

Flemming Therkelsen

Søndag den 15. juni kl. 14

Caféen, Virumgård Plejecenter

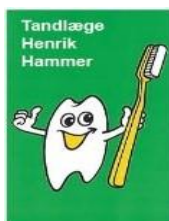


Flemming har underholdt i mere end 30 år, og han vil igen komme og glæde os med unik og stemningsfuld harmonikamusik og sange, som vi alle kan synge med på.

Støtteforeningen byder på et glas og lidt sødt i pausen.

Kom glad, og gå endnu gladere hjem.

Sponsorer



Virum Motor Co.



Tømmerhandler
Johannes Fogs Fond



MINI OL PÅ VIRUMGÅRD



TIRSDAG D. 17. JUNI
KL. 10.30-12.00

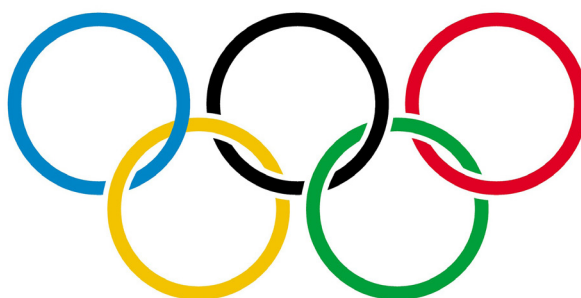


**MØD OP PÅ HENNING PETERSENS PLADS OG VÆR MED
TIL AT KONKURRERE OM OL-GULDET MELLEM DE 4 HOLD:
A-STUEN, A 1.SAL, B-HUSET OG C-HUSET**

**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:



DER SERVERES NOGET KOLDT AT DRIKKE, POPCORN OG SOFTICE

I TILFÆLDE AF REGNVEJR AFLYSES ARRANGEMENTET

SANKT HANS OG FÆLLESSPISNING

Kære beboere og pårørende

Vi vil gerne invitere jer til at fejre Sankthansaften sammen med os på Virumgård.

Dato: 23. juni 2025

Tid: kl. 17.00 til 19.00.

Sted: Henning Petersens plads

Programmet for aftenen:

- Fællesspisning
- Sang omkring bålet
- Fælles oprydning



Fællesbuffet:

Hver familie medbringer en ret til fælles buffetbordet. Virumgård sørger for mad til Virumgårds beboere samt drikkevare til alle.

Vi håber, at I har lyst og mulighed for at deltage i en hyggelig aften, hvor vi spiser mad sammen fra den fællesbuffet, og i fællesskab hjælpes ad med de praktiske opgaver omkring oprydning mm.

Vi håber os til at se så mange familier som muligt og glæder os til at tilbringe en skøn Sankthansaften sammen!

Venlig hilsen

Plejecenter Virumgård

SANGSKATTE OG VILDKATTE



HOLDER KONCERT IGEN:

Onsdag d. 25. juni
Kl. 10.30-11.20

i caféen eller i Atriumgården, hvis det er godt vejr

**Fremfører nogle af de bedste, folkelige
klassikere der er skrevet gennem tiden**



Bliv en del af støtteforeningen SOVS og
bidrag til mere musik til de ældre.
Find os på sociale medier



Velkommen til Henriette ny musikterapeut



"Musik er for mig livseliksir
og jeg elsker det musik
kan gøre for os"

Hej alle I skønne mennesker

Mit navn er Henriette G. Lundstrøm og jeg er ansat som musikterapeut i Ana Marias barselsperiode og er tilknyttet Plejecenter Virumgård, Solgården og Lystoftebakken.

Jeg er uddannet musikterapeut samt psykomotorisk terapeut og jeg ser meget frem til at synge og spille sammen med jer.

Vi er tre musikterapeuter ansat på plejecentrene i Lyngby-Taarbæk Kommune, hvor vi tilbyder individuel musikterapi og fællessang i grupper.

- Vi tilbyder også at komme ud og være med sammen med dig og evt. dine pårørende i den sidste del af livet. Her kan musik og sang hjælpe med at finde ro og fred i den sidste stund.

Jeg glæder mig til at møde jer :)

Venlig hilsen
Henriette G. Lundstrøm





Stolegymnastik

Kom og vær med til stolegymnastik med Ulla

Hver onsdag i juni måned

Kl. 13.00-13.40

i festsalen i C-huset

Kl. 14.00-14.40

i caféen



AKTIVITETSKALENDER JUNI 2025

Virumgård		A-huset	B-huset	C.st.	C.1.
Søndag	01-jun				
Mandag	02-jun				
Tirsdag	03-jun			Bustur med Hans Kl. 10.30-12.00	Bustur med Hans Kl. 10.30-12.00
Onsdag	04-jun	Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Stolegymnastik v/Ulla Kl. 13.00 i festsalen Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Stolegymnastik v/Ulla Kl. 13.00 i festsalen Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen
Torsdag	05-jun	Grundlovsdag Rockklub v/ Henriette Kl. 11.00-11.45 A.st	Grundlovsdag	Grundlovsdag Fællessang v/ Henriette Kl. 13.00-13.30 festsalen	Grundlovsdag Fællessang v/ Henriette Kl. 13.00-13.30 festsalen
Fredag	06-jun				
Lørdag	07-jun				
Søndag	08-jun	Pinsedag	Pinsedag	Pinsedag	Pinsedag
Mandag	09-jun	2. pinsedag	2. pinsedag	2. pinsedag	2. pinsedag
Tirsdag	10-jun	Bustur med Hans Kl. 10.30-12.00		Fællessang i Den Gamle Have med Dorthe og Marianne Kl. 13.30-16.30	Fællessang i Den Gamle Have med Dorthe og Marianne Kl. 13.30-16.30
Onsdag	11-jun	Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Stolegymnastik v/Ulla Kl. 13.00 i festsalen Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Stolegymnastik v/Ulla Kl. 13.00 i festsalen Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen
Torsdag	12-jun	Udendørs fællessang v/ Henriette Kl. 11.00-11.30 i Atriumgården Banko v/ Virumgårds Venner Kl. 14.00 i caféen Pårørendeaften Kl. 17.00-19.00 i caféen	Udendørs fællessang v/ Henriette Kl. 11.00-11.30 i Atriumgården Banko v/ Virumgårds Venner Kl. 14.00 i caféen Pårørendeaften Kl. 17.00-19.00 i caféen	Udendørs fællessang v/ Henriette Kl. 11.00-11.30 i Atriumgården Banko v/ Virumgårds Venner Kl. 14.00 i caféen Pårørendeaften Kl. 17.00-19.00 i caféen	Udendørs fællessang v/ Henriette Kl. 11.00-11.30 i Atriumgården Banko v/ Virumgårds Venner Kl. 14.00 i caféen Pårørendeaften Kl. 17.00-19.00 i caféen
Fredag	13-jun				
Lørdag	14-jun				
Søndag	15-jun	Virumgårds Venner inviterer til søndagsunderholdning Flemming Therkelsen Kl. 14.00 i caféen	Virumgårds Venner inviterer til søndagsunderholdning Flemming Therkelsen Kl. 14.00 i caféen	Virumgårds Venner inviterer til søndagsunderholdning Flemming Therkelsen Kl. 14.00 i caféen	Virumgårds Venner inviterer til søndagsunderholdning Flemming Therkelsen Kl. 14.00 i caféen

AKTIVITETSKALENDER JUNI 2025

Virumgård		A-huset	B-huset	C.st.	C.1.
Mandag	16-jun	Tøjsalg Den rullende tøjbutik I forhallen	Tøjsalg Den rullende tøjbutik I forhallen	Tøjsalg Den rullende tøjbutik I forhallen	Tøjsalg Den rullende tøjbutik I forhallen
Tirsdag	17-jun	Mini-OL Kl. 10.30 Henning Petersens Plads	Mini-OL Kl. 10.30 Henning Petersens Plads	Mini-OL Kl. 10.30 Henning Petersens Plads	Mini-OL Kl. 10.30 Henning Petersens Plads
Onsdag	18-jun	Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Stolegymnastik v/Ulla Kl. 13.00 i festsalen Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Stolegymnastik v/Ulla Kl. 13.00 i festsalen Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen
Torsdag	19-jun	Rockklub v/ Henriette Kl. 11.00-11.45 A.st		Fællessang v/ Henriette Kl. 13.00-13.30 festsalen	Fællessang v/ Henriette Kl. 13.00-13.30 festsalen
Fredag	20-jun				
Lørdag	21-jun				
Søndag	22-jun				
Mandag	23-jun	Sankt Hans Kl. 17.00-19.00 Henning Petersens Plads	Sankt Hans Kl. 17.00-19.00 Henning Petersens Plads	Sankt Hans Kl. 17.00-19.00 Henning Petersens Plads	Sankt Hans Kl. 17.00-19.00 Henning Petersens Plads
Tirsdag	24-jun		Bustur med Hans Kl. 10.30-12.00		
Onsdag	25-jun	Sangskatte og vildkatte Kl. 10.30-11.20 i caféen eller Atriumgården Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Sangskatte og vildkatte Kl. 10.30-11.20 i caféen eller Atriumgården Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Sangskatte og vildkatte Kl. 10.30-11.20 i caféen eller Atriumgården Stolegymnastik v/Ulla Kl. 13.00 i festsalen Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen	Sangskatte og vildkatte Kl. 10.30-11.20 i caféen eller Atriumgården Stolegymnastik v/Ulla Kl. 13.00 i festsalen Stolegymnastik v/Ulla Kl. 14.00-14.40 i caféen
Torsdag	26-jun	Fællessang v/ Henriette Kl. 11.00-11.30 A.1. Banko v/ Virumgårds Venner Kl. 14.00 i caféen	Fællessang v/ Henriette Kl. 13.00-13.30 B.1. 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	27-jun				
Lørdag	28-jun				
Søndag	29-jun				
Mandag	30-jun				



Kom og få en dejlig eftermiddag med

Søren Westerholm

Søndag den 10. august kl. 14

Caféen, Virumgård Plejecenter

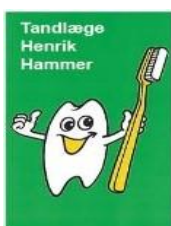


Søren har sunget og spillet siden 60'erne. Først var det pigtråd, siden folkemusik, men nu er det mere viser og sang på dansk, hvor det ofte er egne tekster, som er gode at synge med på. Søren er bl.a. kendt fra DK4 og fra spillestedet "Vesthuset" i Sorø.

Støtteforeningen byder på et glas og lidt sødt i pausen.

Kom glad, og gå endnu gladere hjem.

Sponsorer



**Tømmerhandler
Johannes Fogs Fond**

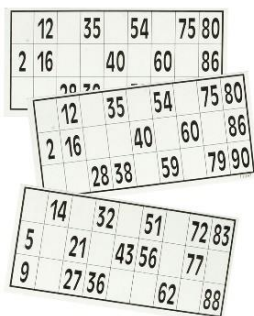




Banko i august

Torsdag den 14. og 28.
kl. 14.00 i Caféen

Der bliver spillet 4 spil med gevinst på



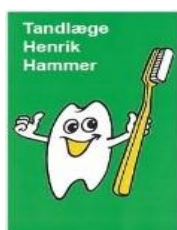
1 række
2 rækker
Fuld plade

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.

ŠKODA Volkswagen SEAT

Tømmerhandler
Johannes Fogs Fond



Næste nummer udkommer september 2025

