



LYNGBY-TAARBÆK  
KOMMUNE

DECEMBER 2024

5. årgang Nr. 9

# LYSGLIMT

AKTIVITETSBLAD FOR  
PLEJECENTER VIRUMGÅRD



# INDHOLDSFORTEGNELSE

Indholdsfortegnelse.....	2
Julehilsen.....	3
Juletræstænding.....	4
Information.....	5
Julekoncert med Martin og Mikkel.....	6
Gudstjeneste.....	7
Julekoncert med ÆRO.....	8
Banko.....	9
Julefrokost.....	10
Lucia.....	11
Søndagscafé.....	12
Nytårskoncert.....	13
Aktivitetskalender.....	14

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 februar 2025.

Deadline d. 15. januar 2025





# JULEHILSEN FRA

## PLEJECENTERLEDER BETTINA HELLE HANSEN

### Kære beboere og pårørende

Vi nærmer os julen, og her på Virumgård er vi allerede i fuld gang med at skabe hygge og varme i december mørket. Det er en tid, hvor vi samler os om de små øjeblikke, der betyder noget, og hvor vi reflekterer over året, der er gået.

I år har vi haft mange fine stunder sammen, og jeg vil især fremhæve vores pårørendeaften med Anneke Dapper, som gav anledning til gode dialoger og spørgsmål samt et professionelt indblik i livet med en demenssygdom. Det var en aften, som bidrog til forståelse og nye perspektiver, og jeg håber, at I alle fik noget værdifuldt med jer fra hendes oplæg.

Når vi ser frem mod 2025, vil vi fortsat arbejde for at skabe meningsfulde fællesskaber her på Virumgård. Det er en del af vores personcentrerede tilgang, hvor vi hver dag stræber efter at sætte den enkelte beboers ønsker og behov i centrum. Vi tror på, at stærke fællesskaber kan gøre en stor forskel – for både beboere, pårørende og medarbejdere – og vi glæder os til at tage hul på dette fokusområde i det nye år.

Med disse ord vil jeg ønske jer alle en rigtig glædelig jul og et godt nytår. Tak fordi I er en del af vores fællesskab her på Virumgård – sammen gør vi det til et hjem fyldt med omsorg, tryghed og glæde.

### De varmeste julehilsner

### Bettina Helle Hansen

Plejecenterleder





# GLÆDELIG JUL

En af juletraditionerne på Plejecenter Virumgård er juletræstænding, hvor vi mødes i festsalen i C-huset og i forhallen og ser de store pyntede juletræer blive tændt.

Vi synger julesange sammen med musikterapeut Ana Maria og ønsker hinanden glædelig jul med en skål i portvin og nyder de hjemmebagte småkager fra køkkenet.

Her et par stemningsbilleder fra den hyggelige formiddag d. 26. november.





# INFORMATION

## GLÆD DIG TIL I DECEMBER:

**Tirsdag d. 3. december:** Julekoncert med Martin og Mikkel

**Torsdag d. 5. december:** Gudstjeneste

**Mandag d. 9. december:** Julekoncert med ÆRO

**Torsdag d. 12. december:** Banko

**Torsdag d. 12. december:** Julefrokost for A.1. og C-huset

**Fredag d. 13. december:** Lucia

**Fredag d. 13. december:** Julefrokost for A.st. og B-huset

**Søndag d. 15. december:** Søndagscafé

## GLÆD DIG TIL JANUAR:

**Torsdag d. 9. januar:** Banko

**Søndag d. 12. januar:** Søndagscafé

**Tirsdag d. 14. januar:** Nytårskoncert

**Torsdag d. 23. januar:** Banko



Alle er  
velkomne

# JULEKONCERT

Kom og syng med  
**MARTIN OG MIKKEL**

Tirsdag d. 3. december

Kl. 13.00-13.45  
i caféen







VELKOMMEN TIL  
JULEGUDSTJENESTE

TORSDAG D. 5. DECEMBER  
KL. 14.00 I CAFÉEN  
PÅ VIRUMGÅRD



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

Gudstjenesten i januar  
er aflyst, så næste  
gudstjeneste er  
d. 6. februar







JULEKONCERT MED

**ÆRO**

ÆLDRESAGEN

RØDOVRE ORKESTER

Ældresagen Rødovre Orkester er en frivillig musikgruppe, der spiller kendte danske og engelske julemelodier.

Mandag d. 9. december

Kl. 13.30-14.15

i caféen

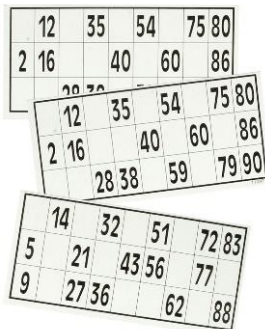




# Banko i december

Torsdag den 12.  
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.







# Julefrokost

Virumgård inviterer beboere og pårørende til julefrokost

**Torsdag d. 12. december**  
**Kl. 12.00 for A.1. og C-huset**

**Fredag d. 13. december**  
**Kl. 12.00 for A.st. og B-huset**

..... ❁ .....

## MENU

Kryddersild med capers og syltede rødløg

Fiskefilet med citron og remoulade

Æg og rejer med mayonnaise

Hønsesalat med bacon

Hjemmelavet julepostej m. svampe & bacon

Flæskesteg med kanelrødkål

Risalamande med kirsebærsaUCE

..... ❁ .....

Pris for pårørende 135 kr.  
Tilmelding til afdelingen senest  
mandag d. 2. december

# LUCIA

GLÆD JER TIL NÅR PIGERNE FRA  
LYNGBY PRIVAT SKOLE KOMMER OG  
SYNGER LUCIA PÅ VIRUMGÅRD

**FREDAG DEN 13. DECEMBER**

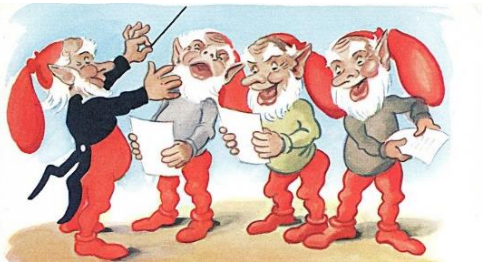
KL. 10.30: I FESTSALEN I C-HUSET

KL. 10.45: I B.ST.

KL. 11.00: I CAFÉEN







**Støtteforeningen Virumgårds Venner**  
inviterer igen i år til juleunderholdning med

## **B77 Mandskor**

**Søndag den 15. december kl. 14.00**

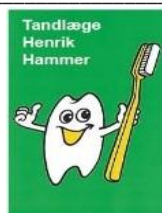
**Caféen, Virumgård Plejecenter**



**Koret opstod i 1994 og består i dag af 10 sangere  
i alle vægtklasser og en lydmand.  
Alle er tidligere fodboldspillere i boldklubben B.77  
og korsang var et fast indslag i 3. halvleg efter kampene.**

**I pausen byder Foreningen et glas gløgg og æbleskiver.**

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



# NYTÅRSKONCERT

MED LOUISE OG KRISTIAN



**TIRSDAG D. 14. JANUAR**  
**KL. 13.30 - 14.15**

**I CAFÉEN**



Vær med til at skåle nytåret ind, når Louise & Kristian kigger forbi og synger og spiller for på bl.a. "Vær Velkommen Herrens år",

"I Danmark er jeg født" og "Happy New Year".

Derudover sørger de for god stemning med gamle danske sange og revyviser. Der er danske klassikere med bl.a Daimi, Dirch Passer, Liva Weel, Gitte Hænning, Kim Larsen og Kai Normann Andersen.

Vellyden og stemningen er i top. Vi garanterer for at I går hjem med et smil på læben og med masser af energi til det nye år.



## AKTIVITETSKALENDER DECEMBER 2024

Virumgård		A-huset	B-huset	C.st.	C.1.
Søndag	01-dec				
Mandag	02-dec				
Tirsdag	03-dec	<p><b>Rockklub v/Ana Maria</b> Kl. 13.45-14.30 A.st.</p> <p><b>Julekoncert med Martin og Mikkel</b> Kl. 13.00-13.45 i caféen</p>	<p><b>Fællessang v/Ana Maria</b> Kl. 11.00-11.30 B.st.</p> <p><b>Julekoncert med Martin og Mikkel</b> Kl. 13.00-13.45 i caféen</p>	<p><b>Bustur med Hans</b> Kl. 10.30-12.00</p> <p><b>Julekoncert med Martin og Mikkel</b> Kl. 13.00-13.45 i caféen</p>	<p><b>Bustur med Hans</b> Kl. 10.30-12.00</p> <p><b>Julekoncert med Martin og Mikkel</b> Kl. 13.00-13.45 i caféen</p>
Onsdag	04-dec	<p><b>Stolegymnastik v/Ulla</b> Kl. 14.00-14.40 i caféen</p>	<p><b>Stolegymnastik v/Ulla</b> Kl. 14.00-14.40 i caféen</p>	<p><b>Stolegymnastik v/Dorthe</b> Kl. 13.30 i festsalen</p> <p><b>Stolegymnastik v/Ulla</b> Kl. 14.00-14.40 i caféen</p>	<p><b>Stolegymnastik v/Dorthe</b> Kl. 13.30 i festsalen</p> <p><b>Stolegymnastik v/Ulla</b> Kl. 14.00-14.40 i caféen</p>
Torsdag	05-dec	<p><b>Gudstjeneste v/Sofie Lindegaard</b> Kl. 14.00 i caféen</p>	<p><b>Gudstjeneste v/Sofie Lindegaard</b> Kl. 14.00 i caféen</p>	<p><b>Gudstjeneste v/Sofie Lindegaard</b> Kl. 14.00 i caféen</p>	<p><b>Gudstjeneste v/Sofie Lindegaard</b> Kl. 14.00 i caféen</p>
Fredag	06-dec				
Lørdag	07-dec				
Søndag	08-dec				
Mandag	09-dec	<p><b>Koncert med Ældresagen Rødovre Orkester</b> Kl. 13.30 i caféen</p>	<p><b>Koncert med Ældresagen Rødovre Orkester</b> Kl. 13.30 i caféen</p>	<p><b>Koncert med Ældresagen Rødovre Orkester</b> Kl. 13.30 i caféen</p>	<p><b>Koncert med Ældresagen Rødovre Orkester</b> Kl. 13.30 i caféen</p>
Tirsdag	10-dec	<p><b>Bustur med Hans</b> Kl. 10.30-12.00 A-huset</p>	<p><b>Fællessang v/Ana Maria</b> Kl. 11.00-11.30 B.1.</p>	<p><b>Fællessang v/Ana Maria</b> Kl. 13.30-14.00 i festsalen</p>	<p><b>Fællessang v/Ana Maria</b> Kl. 13.30-14.00 i festsalen</p>
Onsdag	11-dec	<p><b>Stolegymnastik v/Ulla</b> Kl. 14.00-14.40 i caféen</p>	<p><b>Stolegymnastik v/Ulla</b> Kl. 14.00-14.40 i caféen</p>	<p><b>Banko v/Dorthe</b> Kl. 13.30 i festsalen</p> <p><b>Stolegymnastik v/Ulla</b> Kl. 14.00-14.40 i caféen</p>	<p><b>Banko v/Dorthe</b> Kl. 13.30 i festsalen</p> <p><b>Stolegymnastik v/Ulla</b> Kl. 14.00-14.40 i caféen</p>

## AKTIVITETSKALENDER DECEMBER 2024

Virumgård		A-huset	B-huset	C.st.	C.1.
Torsdag	12-dec	<b>Julefrokost for A.1.</b> Kl. 12.00 på afdelingen  <b>Banko v/ Virumgårds Venner</b> Kl. 14.00 i caféen	<b>Banko v/ Virumgårds Venner</b> Kl. 14.00 i caféen	<b>Julefrokost for C-huset</b> Kl. 12.00 på afdelingen  <b>Banko v/ Virumgårds Venner</b> Kl. 14.00 i caféen	<b>Julefrokost for C-huset</b> Kl. 12.00 på afdelingen  <b>Banko v/ Virumgårds Venner</b> Kl. 14.00 i caféen
Fredag	13-dec	<b>Lucia med piger fra Lyngby Private Skole</b> Kl. 10.30 Festsalen i C-huset Kl. 10.45 B.st. Kl. 11.00 Caféen  <b>Julefrokost for A.st.</b> Kl. 12.00 på afdelingen	<b>Lucia med piger fra Lyngby Private Skole</b> Kl. 10.30 Festsalen i C-huset Kl. 10.45 B.st. Kl. 11.00 Caféen  <b>Julefrokost for B-huset</b> Kl. 12.00 på afdelingen	<b>Lucia med piger fra Lyngby Private Skole</b> Kl. 10.30 Festsalen i C-huset Kl. 10.45 B.st. Kl. 11.00 Caféen	<b>Lucia med piger fra Lyngby Private Skole</b> Kl. 10.30 Festsalen i C-huset Kl. 10.45 B.st. Kl. 11.00 Caféen
Lørdag	14-dec				
Søndag	15-dec	<b>Virumgårds Venner inviterer til søndagscafé</b> med B77 Mandskor Kl. 14.00 i caféen	<b>Virumgårds Venner inviterer til søndagscafé</b> med B77 Mandskor Kl. 14.00 i caféen	<b>Virumgårds Venner inviterer til søndagscafé</b> med B77 Mandskor Kl. 14.00 i caféen	<b>Virumgårds Venner inviterer til søndagscafé</b> med B77 Mandskor Kl. 14.00 i caféen
Mandag	16-dec				
Tirsdag	17-dec		<b>Bustur med Hans til Krybbe og Levande i Lundtofte Kirke</b> Afgang Kl. 9.30		
Onsdag	18-dec	<b>Stolegymnastik v/Ulla</b> Kl. 14.00-14.40 i caféen	<b>Stolegymnastik v/Ulla</b> Kl. 14.00-14.40 i caféen	<b>Stolegymnastik v/Dorthe</b> Kl. 13.30 i festsalen  <b>Stolegymnastik v/Ulla</b> Kl. 14.00-14.40 i caféen	<b>Stolegymnastik v/Dorthe</b> Kl. 13.30 i festsalen  <b>Stolegymnastik v/Ulla</b> Kl. 14.00-14.40 i caféen
Torsdag	19-dec				
Fredag	20-dec				
Lørdag	21-dec				
Søndag	22-dec				
Mandag	23-dec				
Tirsdag	24-dec				
Onsdag	25-dec	<b>Juledag</b>	<b>Juledag</b>	<b>Juledag</b>	<b>Juledag</b>
Torsdag	26-dec	<b>2. juledag</b>	<b>2. juledag</b>	<b>2. juledag</b>	<b>2. juledag</b>
Fredag	27-dec				
Lørdag	28-dec				
Søndag	29-dec				
Mandag	30-dec				
Tirsdag	31-dec				





**Næste nummer udkommer februar 2024**