Bredebo-Nyt
for
Aktivitetscenter



Oktober/november/december

2019

Redaktion:
Charlotte Herbert, Dorthe Hansen, Grete Levinsen, Grete Jensen

Indholdsfortegnelse

Indholdsfortegnelse 2
Nyt fra ledelsen 3
Kalender 4
Ugekalender 5
Dansecafé 6
Huskedag 7
Bredebo´s fødselsdag 8
Fællessang 9
Allehelgensgudstjeneste 10
Julefrokost 11
Luciadag 12
Temauge 13
Bredebo vennerne 15
Pusterummet 16
Fødselsdagsliste 18
Kørselstigning 19
Telefonnumre 20

Sommertid ender d. 27. oktober.
Husk at stille uret 1 time tilbage.

Kørsel retur til aktivitetscenteret kr. 60,- (daggæsters andel)
Ved afbud til aktivitetscenteret, giv venligst besked hverdagen før senest kl. 14.
Det er vigtigt I ringer afbud til aktivitetscenteret og ikke til Harbirk.

Vi har telefontid mellem kl. 8.30-10 og kl. 12.30-13.

Sæt X i kalenderen d. 7.1-20 kl 13-14 hvor vi har nytårskur



Indlæg til Bredebo-Nyt kan sendes til dha@ltk.dk
Sidste frist for indlæg til næste blad er den 9. december 2019.
Bredebo-Nyt for Aktivitetscenteret trykkes på Lyngby Rådhus i 100 eksemplarer.

Nyt fra ledelsen

Så er det blevet efterår, hvilket vi nok alle kan mærke på temperaturen og blæsten – og se på træerne, som er ved at få de flotte efterårsfarver.

Om det er sommer eller efterår betyder ikke noget for aktiviteterne i aktivitetscentret! Der er som vanligt masser af gymnastik, litteratur, quiz, sang og musik, god mad i cafeen og hygge og en god snak. Blot bliver kaffen indtaget inden døre i de kommende måneder!

Der ud over er der flere hyggelige arrangementer i caféen, som er omtalt her i bladet.

Inden vi får set os om er julemåneden godt i gang, og der sker også lidt ændringer i programmet i aktivitetscentret.

Juleaften har vi igen i år et tilbud til de, som savner selskab denne dag. For sjette år i træk holder vi juleaftensarrangementer – i år bliver der er et dags- og et aftensarrangement, som begge afholdes i caféen på Lyngby Hovedgade 1a. Aktivitetscentrets personale sørger for at interesserede får opslag om juleaftensarrangementerne, så snart opslagene er på gaden, og der bliver også annonceret i Det Grønne Område.

Mange hilsner

Charlotte Herbert
Aktivitet og Frivillighed
leder af aktivitetscentrene



Kalender

Oktober

Tirsdag d. 1. kl. 10.30-11.15	Generationernes dag (se opslag)
Torsdag d. 3. kl. 13	Banko
Mandag d. 7. kl. 11-14	Tøjfrøen kommer på besøg
Søndag d. 13. kl. 14.30	Koncert Bredebo vennerne
Onsdag d. 23. kl. 14-15	Gudstjeneste i caféen
Fredag d. 25. kl. 13	Banko
Torsdag d. 31. kl. 13.45-15	Dansecafe

November

Torsdag d. 7. kl. 13	Banko
Søndag d. 10. kl. 14.30	Koncert Bredebo vennerne
Onsdag d. 20. kl. 14-15	Gudstjeneste i caféen
Torsdag d. 21. kl. 13.45-15	Dansecafe
Fredag d. 29. kl. 13	Banko

December

Torsdag d. 5. kl. 13	Banko
Søndag d. 8. kl. 14.30	Koncert Bredebo vennerne
Tirsdag d. 10	Julefrokost
Onsdag d. 11 kl. 10-14	Trimm sko salg
Onsdag d. 18. kl. 14-15	Julegudstjeneste
Torsdag d.19. kl. 13.45-15	Dansecefe´
Fredag d. 20. kl. 13	Banko

Ugekalender

Mandag			
kl. 10-13	kl. 10-13	kl. 13-16	kl. 13-16
Samvær	Samvær	Frokost	Livshistorisk café
Gymnastik kl.10.3	**Gåhold** kl. 10.30	**Gymnastik** kl. 14	
Frokost	Frokost	Samvær	
Tirsdag			
kl. 11-14	kl. 11-14		
Musikquiz kl. 11	Styrke/yoga kl. 11		
Frokost	Frokost		
Samvær/redaktion	Samvær/redaktion		
Onsdag			
kl. 10-13	kl. 10-13	kl. 12-14.30	
Samvær	**iPad & mobil** kl. 1	Frokost	
Gymnastik kl. 10.30		**Bridge** kl. 12.30	
Frokost	Frokost	Samvær og kaffe	
Torsdag			
kl. 10-13	kl. 10-13	kl. 10-12	kl. 12-15
Samvær	Samvær	**Billard** kl 10-12	Frokost
Litteratur kl. 10.3(	**Gymnastik** kl. 10.30		**Quiz/spil** kl. 13
Frokost	Frokost		Samvær og kaffe
Fredag			
kl. 11-14	kl. 11-14		
Sang & musik kl.	Styrke/yogakl. 11		
Frokost	Frokost		
Samvær og kaffe	Samvær og kaffe		



Sang- og dansecafé

Kære alle

Tak for jeres deltagelse til de dejlige og velbesøgte dansecaféer i caféen. Det er en stor fornøjelse at danse og feste med jer! Efterårets dansecafé-datoer samt juleballet finder sted på følgende tidspunkter i caféen på Bredebo:



Torsdag d. 31. oktober kl. 13.45

Torsdag d 21. november kl. 13.45

Torsdag d 19. december kl. 13.45

Det bliver uden tvivl en fest, så kridt danseskoene, find hatten og kjolen frem og dans efteråret og vintermørket i møde.





Huskedag

Torsdag den 26.9 afholdte vi Huskebal i caféen i anledningen af Alzeimerforeningens Huskedag. Caféen havde besøg af ca. 50 sang- og danseglade gæster. I dagens anledning havde vi inviteret danseparret Lisa og Karsten til at komme og danse for og med os







Bredebo´s fødselsdag

Fredag d. 13. september fejdede vi Bredebos fødselsdag. Køkkenet havde sørget for lagkager til alle. Der blev hygget og sunget fødselsdagssang.





Fællessang





Kom med til



Onsdag d. 23. oktober

Fra kl. 10.30-11.15

Vi får besøg af sangglade motionister fra

GRØN PULS 65+

LYNGBY-TAARBÆK KOMMUNE

Bredebos huspianist Nico spiller op til fællessang

Vi mødes i caféen alle er velkomne



Allehelgensgudstjeneste

Allehelgensgudstjeneste·¶

¶
¶
¶



¶

Kom·med·til·allehelgensgudstjeneste·¶

¶

Onsdag·d.·23.·oktober·2019¶
Fra·kl.·14.00·–·15.00¶

¶

Allehelgen·er·en·kristen·tradition,·hvor·de·døde·mindes.·Allehelgen·er·blevet·markeret·i·kirken·i·flere·hundrede·år.¶

¶

Gudstjenesten·afholdes·i·caféen·på·Bredebo·¶
ved·sognepræst·Christine·Kjærulff·Beck¶

¶

Alle·er·velkomne¶

¶

¶



Julefrokost



Så banker julen på døren og vi har endnu engang fornøjelsen af at invitere jer til årets **julefrokost**, som i år foregår på

Restaurant Fortunen

Tirsdag d. 10. december 2019 kl. 11.00-14.00



Julefrokosten er for pensionister, der er visiteret som daggæst i aktivitetscenteret.



Reserver dagen, og I vil senere få en personlig invitation, hvor priser og menu vil fremgå.
Venlig hilsen
personalet på Aktivitetscenter Bredebo

Luciadag

Fredag d. 13. december kl. 11 fejrer vi Lucia dag i huset. Vi får besøg af en masse dejlige børn fra Troldebo børnehave og fra 4. klasse fra Kongevejens skole.

Børnene starter i cafeen samlet. Troldebo bliver i cafeen og underholder, mens Kongevejens skole går rundt på afdelingerne. Kongevejens skole kommer tilbage til cafeen.

Der vil være Luciabrød til eftermiddagskaffen.



Temauge

I uge 51 fra den 16. – 20. december laver vi hver dag forskellige aktiviteter i vores kreative rum, såsom småkager, knækbrød bagning, julebanko osv.



Nedenfor kan du se juleugens aktiviteter.
Du kan frit vælge mellem dem. De fleste dage vil der være gymnastik, så alle har mulighed for at få motion. Bridge- og billard-grupperne kører som vanligt.
Alle andre normale aktiviteter vil være aflyst denne uge.

	Kreativ rum	**Gymnastik rum**
Mandag	Bage Kl. 14.00	Gymnastik Kl. 10.30 Kl. 14.00
Tirsdag	Julemusikquiz Kl. 11.00	Gymnastik Kl. 11.00
Onsdag	Julebanko Kl. 10.30	Gymnastik Kl. 10.30
Torsdag		Gymnastik Kl. 10.30 Julebanko Kl. 13.00
Fredag	Sang & julemusik Kl. 11.00 Julebanko Kl. 13.00	Gymnastik Kl. 11.00





Kommende koncerter med Bredebo Vennerne



Har du oplevet en koncert arrangeret af...

Bredebo Vennerne



Velkommen den anden søndag i hver måned kl. 14.30

Pusterummet

Pusterummet, mødested for pårørende til demensramte, mødes første tirsdag i måneden i cafeen på Bredebo klokken 15-17.
Man behøver ikke melde sig til, men møder bare op, og vi tager godt imod dig.
Man er dog altid velkommen til at kontakte Nina på 25796569.

Madklubben er et tilbud til pårørende til demensramte, hvor vi spiser sammen den anden onsdag i måneden i cafeen på Bredebo klokken 17-19. Man skal tilmelde sig hos Nina tlf 25796569 senest søndag inden. Det koster 100 kr for to retter mad, et glas vin og kaffe/te.

Har du/I ikke tidligere deltaget i Onsdagscafeens arrangement den sidste onsdag i måneden klokken 16-18 for demensramte og deres pårørende i cafeen på Møllebo, så kontakt Per på 20450180.

Oktober:
1/10: Pusterummet med besøg af plejehjemslæge, der fortæller om sit arbejde
9/10: Madklubben
22/10: Demensaften for demensramte og deres pårørende i Geels kirkesal ved sognepræst Christine Bech (som iøvrigt kommer og besøger Pusterummet senere i år, men det vender jeg tilbage til i et senere Nyhedsbrev).
Det er klokken 17.30-19.30, efter en andagt tilpasset deltagerne, er der midddag. Det koster 50 kr pr person, og man tilmelder sig hos Christine på tlf. 20232583 ♥

November:
5/11: Pusterummet
13/11: Madklubben

December:
3/12: Pusterummet med julehygge og besøg af demenspræst, der fortæller om sit arbejde
11/12: Madklubben

Sidste forår udgav jeg bogen "Kan jeg sygemelde mig hos Gud?", hvor jeg skrev om mine år som pårørende til Steen, der blev ramt af demens. Bogen har fået en rigtig god modtagelse, og jeg har i mere end et år nu været rundt forskellige steder i landet, hvor jeg holder foredrag ud fra bogen om at være pårørende.





I juni måned udgav jeg bogen: "I morgen er en ny dag". Det er en lille brugsbog for pårørende (og andre med interesse for pårørendes situation).

De bedste sommerhilsner
Nina

Man er også altid velkommen til at kontakte mig direkte på 25796569.

Dato for julefrokost for pårørende endnu ikke fastsat. Kontakt Nina 25796569 for nærmere oplysninger



Aktivitetscenter Bredebo

Fødselsdagsliste

Bredebo Aktivitetscenter ønsker alle tillykke med fødselsdagen



Oktober:

8. oktober	Helga Sørensen
21. oktober	Gudrun Grunnet
24. oktober	Birgit Bagger
31. oktober	Stig Norup

November:

12. november	Lone Larsen
16. november	Elly Stærk-Johansen
17. november	Ruth Therkelsen
17. november	Per Fick
21. november	Arne Krøyer

December

9. december	Inge Vibæk
24. december	Elsa Hansen
28. december	Gerda Hansen Nielsen
28. december	Lissy Mann

Velkommen til nye daggæster:

Lise lohse
UllaVinding
Inge Sofie Jensen
Marianne B Kjeldsen
Inge Nielsen
Kamma Saxtorp
Hanne achristensen
Richard Hahn
Agnethe Jacobsen
Lillian Nielsen
Jessie Bang

Kørselstigning

LYNGBY-TAARBÆK KOMMUNE

Aktivitet og Frivillighed

Til borgere der er på kørsel til Aktivitetscentrene Baunehøj, Bredebo og Solgården samt dagtilbuddene Hovedsagen og Samværsgrupperne

Orientering om ny pris for egenbetaling for kørsel til aktivitetscenter

Den årlige prisregulering betyder, at en returkørsel til aktivitetstilbud stiger fra 60 kr. til 61 kr. pr. 1. januar 2020. Reguleringen sker automatisk.

Afbud ringes til aktivitetstilbuddet

Husk venligst at eventuelt afbud skal ringes ind til det relevante aktivitetstilbud -- og ikke til busfirmaet.

For at undgå at betale for kørsel, der ikke bliver benyttet, er frist for afbud til aktivitetstilbuddet senest kl. 14 hverdagen før.

Venlig hilsen

Charlotte Herbert
Afdelingsleder
Charh@ltk.dk

Telefonnumre

HVEM	TELEFON NR.	TELEFONTID
Aktivitetscentret	45 97 61 81	8.30-10.00
Caféen på Bredebo	45 97 61 58	10.00 – 14.00
Frisør på Bredebo Karin Munzert	40 19 60 98	Åben efter aftale - kommer også gerne hjem
Statsautoriseret fodterapeut på Bredebo Elisabeth Kjems Andersen	29 88 50 85	Åben onsdag, torsdag og fredag 09.00-16.00
Hjemmeplejen Kongevejen	91 16 56 13	8-12
Hjemmesygeplejen Kongevejen	91 16 56 13	13.00-14.30
Hjemmeplejen Lundtofteparken	91 16 56 09	8.00-9.00
Hjemmeplejen Virumgård	30 71 22 33	08.00-9.00 & 13.00-14.00
Hjemmeplejen Baunehøj	92 43 29 24	7-8 & 13-14.30
Hjemmeplejen Solgården	91 16 53 88	
Hjemmeplejen Lyngby Midt	91 16 56 12	
Puk's hjemmepleje	26 13 50 46	Alle dage 07.00-23.00
Hjemmeplejen aftenvagt	61 24 20 35	
Demenskoordinator Mette S. Andersen	20 18 01 77	
Vagtcentralen	45 88 68 85	
Visitationen	45 97 30 81	09.00-12.00
Flextrafik	70 26 27 27	
Dan Taxa	48 48 48 48	
Det Danske Madhus	70 70 26 46	
Bredebo vennerne Formand Tommy Wedel	40 85 71 60	