

Bredebo-Nyt for Aktivitetscenter



Januar/februar/marts 2020

Redaktion:
Charlotte Herbert, Dorthe Hansen.

Indholdsfortegnelse

Indholdsfortegnelse	2
Nyt fra ledelsen.....	3
Månedsoversigt – aktiviteter og arrangementer.....	4
Månedsoversigt – aktiviteter og arrangementer.....	5
Ugekalender	6
Fællesspining.....	7
Billeder fra julefrokost.....	8
Billeder fra Luciadag	10
Jul på Bredebo	11
Julepyntet kontor	11
Sang- og dansecafe	12
Sang og dansecafé	13
Fastelavn på Bredebo.....	14
Nye grupper	15
Pusterummet.....	18
Fødselsdagsliste	19
Telefonnumre	20

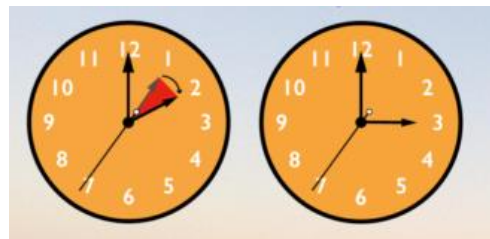
Kørsel retur til aktivitetscenteret kr. 61,- (daggæsters andel)
Ved afbud til aktivitetscenteret, giv venligst besked hverdagen før senest kl. 14.

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.

Husk sommertid begynder.

Vi sætter urene en time frem natten mellem d.
28-29. marts



Indlæg til Bredebo-Nyt kan sendes til dha@ltk.dk

Sidste frist for indlæg til næste blad er den 3. marts 2020

Bredebo-Nyt for Aktivitetscenteret trykkes på Lyngby Rådhus i 100 eksemplarer.

Nyt fra ledelsen

År **2020**. Et flot årstal. Starten på et nyt år og et nyt årti.

I aktivitetscentret er meget dog det samme. Masser af gymnastikhold, - det er det, mange af jer efterspørger. Men også sang og quiz og højtlesning og mange gode samtaler. Personalet kender I, men hvem ved om der sniger sig et nyt ansigt ind engang i mellem, når en kollega fra et andet aktivitetscenter giver en hjælpende hånd – det er sådan, vi får enderne til at hænge sammen. Af samme grund har vi også rokeret en smule på et par hold og holdtider. I kan se den opdaterede holdoversigt her i bladet, og de som det berører, er orienteret.

Ud over de faste holdaktiviteter, som I er tilmeldt, er der andre – åbne - aktiviteter, I er velkomne til at deltage i – og inviter gerne en nabo med. Du kan læse om de Åbne aktiviteter her i bladet, jeg nøjes med fortælle om nogle af dem her.

- En gang om måneden – om tirsdagen - er der fællesspisning, hvor Ingrid er vært. Her er tilmelding nødvendig og der er et begrænset antal pladser.
- Hver fredag kl. 10.30 er der en gå-gruppe, der mødes på Bredebo og traver ca 4 km og Ingrid fører an. Du kan bare møde op.
- Sang- og Dansecafé er der en gang om måneden torsdag eftermiddag, hvor der både lægges op til fællessang og til en svingom/fællesdans. Tilmelding er ikke nødvendig.
- Og så har Caféen jo åben til frokost hver eneste dag kl. 11.30-13.00. En nem og hyggelig måde at få et godt måltid mad på.

På Bredebo er der således mange muligheder for både at få gang i smilet, de små grå og hele kroppen :-)

Rigtig godt nytår

Charlotte Herbert
leder af aktivitetscentrene

Månedsoversigt – aktiviteter og arrangementer

Nedenstående er åbne aktiviteter og arrangementer, hvor alle er velkomne med mindre andet er angivet. Det er gratis at deltage.

Tirsdage kl. 13.30-14.30	Yoga-/styrketræning i aktivitetslokale 1 <i>Obs: holdet er overtegnet – kontakt Dorte Hansen i Aktivitetscentret for at komme på venteliste</i>
Fredage kl. 10.30-11.30	Gå-hold <i>Vi mødes udenfor Mølleåparken 2 og går en time – ca. 4 km – kontakt Ingrid i Aktivitetscentret for mere information</i>

Januar

Tirsdag d. 7. januar kl. 13-14	Nytårskur i caféen <i>Obs: forbeholdt borgere, som er tilknyttet aktivitetscentret</i>
Søndag d. 12. januar kl. 14.30	Koncert i caféen arrangeret af Bredebo Vennerne
Onsdag d. 22. januar kl. 14-15	Nytårs gudstjeneste i caféen
Tirsdag d. 28. januar kl. 11.30	Fællesspisning i caféen <i>Obs: tilmelding nødvendig – se opslag i bladet</i>
Torsdag d. 30. januar kl. 13.45-15	Sang- og Dansecafé

Månedsoversigt – aktiviteter og arrangementer

Februar

Mandag d. 3. februar kl. 10.30-12.00	Høreomsorg i caféen
Søndag d. 9. februar kl. 14.30	Koncert i caféen arrangeret af Bredebo Vennerne
Tirsdag d. 11. februar kl. 11-14	Abrahamsen tøj salg i caféen
Onsdag d. 19. februar kl. 14-15	Fastelavns gudstjeneste i caféen
Tirsdag d. 25. kl. 11.00	Fastelavn i caféen
Torsdag d. 27. februar kl. 13.45-15	Sang- og Dansecafé

Marts

Søndag d. 8. marts kl. 14.30	Koncert i caféen arrangeret af Bredebo Vennerne
Mandag d. 9. marts kl. 11-14	Tøjfrøen kommer i caféen
Onsdag d. 18. marts kl. 14-15	Erindrings gudstjeneste i caféen
Tirsdag d. 31. marts kl. 11.30	Fællesspisning i caféen OBS: tilmelding nødvendig -se opslag i bladet

Ugekalender

Mandag

kl. 10-13

Samvær

Gymnastik kl.10.30

Frokost

kl. 12.30-15.30

Frokost

Livshistorier

Samvær og kaffe

Tirsdag

kl. 11-14

Musikquiz kl. 11

Frokost

Samvær/redaktion

kl. 11-14

Styrke/yoga kl. 11

Frokost

Samvær/redaktion

Onsdag

kl. 10-13

Samvær

Gymnastik kl. 10.30

Frokost

kl. 10-13

It-gruppe

Frokost

kl. 12-14.30

Frokost

Bridge kl. 12.30

Samvær og kaffe

Kl. 12.30-15.30

Frokost

Gymnastik / It-gruppe kl. 13.30

Samvær og kaffe

Torsdag

kl. 10-13

Samvær

Litteratur kl. 10.30

Frokost

kl. 10-13

Samvær

Gymnastik kl. 10.30

Frokost

kl. 10-12

Billard kl 10-12

kl. 12-15

Frokost

Quiz-spil & kreativ
Kl.13

Samvær og kaffe

Fredag

kl. 11-14

Sang & musik kl. 11

Frokost

Samvær og kaffe

kl. 10-13

Samvær

Gå hold kl. 10.30

Frokost

kl. 11-14

Yoga kl. 11

Frokost

Samvær og kaffe

Fællesspisning



Vi inviterer til fællesspisning i Caféen på Bredebo følgende **tirsdage** i første halvår af 2020:

28. januar – 25. februar – 31. marts

28. april - 26. maj – 30. juni

Hver gang kl. 11.30

Vi hygger os, mens vi nyder maden ved det fint dækkede bord. Undervejs synger vi gerne et par sange.

Ingrid Schou Laustsen fra aktivitetscentret er vært ved fællesspisningen.

Bindende tilmelding *senest tirsdag før arrangementet*

til Aktivitetscenter Bredebo: 4597 6181

Betaling finder sted i Caféen ved ankomst.

Fællesspisning er en *Aktivitet i nærområdet* og er støttet af
Værdighedsmillarden

Billeder fra julefrokost

Igen i år holdt vi vores julefrokost på Fortunen. Vi var en masse glade gæster der nød dagen. Julepyntede borde, dejlig mad og vi fik sunget en masse julesange.





Billeder fra Luciadag

Fredag den 13. december 2019 var vi her på Bredebo så privilegerede at få besøg af en masse søde og dygtige "Luciabørn".

Vi havde besøg af 20 børn fra 4 B på Kongevejsskolen og 25 børnehavebørn fra henholdsvis Troldebo og Rosenlyst.

Roen sænkede sig over Bredebo, da børnene gik luciaoptog igennem huset og smilene var mange, da børnene optrådte med julesange og fortalte legenden om Lucia i caféen.

Køkkenet havde sørget for lækre luciaboller i dagens anledning.



Jul på Bredebo

Billardholdet holder julefrokost



Julepyntet kontor

Mette og Sussi har traditionen tro pyntet deres kontor. Dette er til stor til glæde for mange. Der kommer beboere, daggæster og personale og hilser på og får en småkage.



Sang- og dansecafe

Traditionen tro afholdes der sang- og dansecafé en gang om måneden i caféen på Bredebo. Arrangementet er altid meget velbesøgt, stemningen i top og dansegulvet bliver flittigt brugt.

Vi glæder os til at vi ses i 2020 til sang- og dans i caféen.

Vi havde et hyggeligt julebal torsdag d. 19. december.

Dejligt besøg af nissepiger.



Sang og dansecafé



Kom med til

Sang- og dansecafé

Torsdag den
30. januar, 27. februar & 26. marts

kl. 13.45 - 15.00
i Bredebo's café

Alle er velkomne.
Inviter gerne en ven, nabo eller et familiemedlem med.
Vi glæder os til at se jer til sang og dans.



Fastelavn på Bredebo



Vi fejrer fastelavn

Tirsdag d. 25. februar kl. 11.00 i cafeen

Børnene fra Troldebo og Rosenlyst kommer på besøg og slår katten af tønden.

Vi glæder os til en hyggelig og festlig formiddag



Nye grupper

Vi har ændret lidt i nogle holdtider og fået plads til et par hold mere. Nedenstående aktiviteter kræver visitation.

- Vi udvider redaktionsgruppen til at omfavne jer alle sammen! Vi vil gerne, at det endnu mere skal blive jeres alles Bredebo Nyt. Derfor vil vi ca. en gang om måneden kontakte jer i de forskellige grupper og høre om input og forslag til det kommende Bredebo Nyt.
- Der kommer en it-gruppe mere, så vi har en it-gruppe både om formiddagen og eftermiddagen på onsdage. Vil du høre mere, så kontakt Dorthe i Aktivitetscentret.
- Onsdag eftermiddag vil der fremover også være gymnastik.



Alle er velkomne på fodklinikken på Bredebo ved Elisabeth Kjems Andersen. Klinikken er åben onsdag- torsdag- fredag efter aftale.

Dog ferielukket fra d. 27.1 til 31.1/2020

Du kan bestille tid på 29885085.

Du kan også forære et gavekort til fødselsdag til en du holder af.



Kommende koncerter med Bredebo Vennerne

Bredebo Vennerne

2020

Nytårskur

12. januar 2020

*Rytmisten Anna Rosengreen Bruun, Sopranen Pernille Bruun,
Pianisten Karsten Kristensen*



*Vi byder på champagne
og kransekage*



Bredebo Vennerne har 1 års fødselsdag



9. Februar 2020

Visens venner



*Solister: Jørgen Bendixen,
Per Nielsen og Hanne Eisen. Pianist: Else Skov*

8. marts 2020



Jeanette Ulrikkeholm

*Dejlige danske sange
Kaj Normann Andersen m. fl.
Syng med og bliv glad....*

Vi fylder 1 år i Januar

og ønsker os kun flere medlemmer a`kr. 150.-



Så har vi gennemført 12 skønne musikarrangementer i Cafeen.

Januar 2019 afholdt vi det første musik arrangement, med stor succes. Hele cafeen var fyldt til bristepunktet for at opleve 3 dejlige kunstnere.

I løbet af året har vi haft besøg af en hel flok af blandede musikere og sangere.

Nogle har været gode og andre rigtig gode, en pose af blandede bolcher. Dansktop, visesangere, operasangere. Nogle var top professionelle og uddannet på Den Kgl. Opera, andre var veteraner fra Melodi Grandprix, men fælles for dem alle var det gode humør.

Bredebo Vennerne fokuserer meget på, at det drejer sig om det gode humør, som Tommy altid siger, hvis I kan gå hjem fra arrangementet og sige -det har været en dejlig dag, så har vi opfyldt vores formål.

Også i 2020 vil vi komme med mange spændende koncertoplevelser. Vi starter med ikke mindre end 3 skønne kunstnere til vores nytårs kur nemlig mor og datter Bruun, ledsaget af pianisten Karsten Kristensen.

I februar er det gensyn med de meget populære Visens Venner fra Roskilde, her var der virkelig gang i fællessangen.

Marts byder på Janette Ulrikkeholm. Her skal vi ligeledes nyde de gode danske sange mange af den kendte Kaj Normann Andersen, glæd dig også til denne dag.

Den 1 december havde vi juleafslutning med besøg af sangerinden Lise Nees, og det blev en fest. Vi serverede æbleskiver og gløgg og der var ikke et øje tørt.



Pusterummet

Tirsdag den 7/1 mødes pårørende i Pusterummet klokken 15-17 i Caféen på Bredebo.

Pusterummet er et tilbud for alle pårørende til en demensramt person, uanset hvor man bor.

Som pårørende kan du bare møde op, og vi tager godt imod dig. Man er også velkommen til at kontakte Nina på tlf 25796569 og høre mere om Pusterummet.

Når vi mødes i januar, vil der være tid til at ønske hinanden godt nytår 2020.

Onsdag den 8/1 spiser pårørende sammen i Caféen på Bredebo. Klokken 17-19.

Tilbuddet er for alle pårørende, uanset hvor man bor.

Man tilmelder sig hos Nina senest den 5/1 på tlf 25796569. Det koster 100 kr at deltage.

Tirsdag den 4/2 mødes pårørende i Pusterummet klokken 15-17 i Caféen på Bredebo.

Onsdag den 12/2 mødes pårørende i Madklubben og spiser sammen. Klokken 17-19.

Tilmelding senest 9/2 til Nina på 25796569. Det koster 100 kr at deltage.

Man kan tilmelde sig Nyhedsbrev fra Pusterummet på pusterum1@gmail.com.

Hvis du er på facebook, kan du også tilmelde dig facebook siden Demensfællesskab i Lyngby-Taarbæk kommune.



Aktivitetscenter Bredebo

Fødselsdagsliste



Bredebo Aktivitetscenter ønsker alle tillykke med fødselsdagen



Januar

9. januar	Astrid Rasmussen
11. januar	Marie Erle
12. januar	Karen Emilie Ohrt
17. januar	Christian Bruhn
24. januar	Elsa Hansen
25. januar	Inge-Lise Rasmussen
28. januar	Esther Andersson
31. januar	Hanne Svendsen



Februar:

4. februar	Margit Albrechtsen
6. februar	Flemming Wilken
10. februar	Helga Nygaard-Nielsen
18. februar	Kirsten Hjort
22. februar	Gudrun Achen
23. februar	Edith Vita Jensen
23. februar	Grethe Juul Nielsen
29. februar	Hilda Branebjerg

Marts:

7. marts	Kirsten Krøyer
8. marts	Hanne Christensen
10. marts	Nanna Rasmussen
13. marts	Peter Bahnsen

Velkommen til nye daggæster:

Ingrid Back Petersen
Karen Emilie Ohrt

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
Puk's hjemmepleje	26 13 50 46	Alle dage 07.00-23.00
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	

Da hjemmeplejen fra d. 13 januar 2020 får nye navne og
telefonnumre, vil der i næste nummer af Bredebo Nyt
være en opdateret telefonliste.