



LYNGBY-TAARBÆK
KOMMUNE

OKTOBER 2020

AKTIVITETSBLAD

PLEJECENTER BREDEBO

INDHOLDSFORTEGNELSE

Indholdsfortegnelse.....	2
Konkurrence.....	3
Efterårshilsen.....	4
Åben dør.....	5
Richard Ragnvald.....	6
Sudoku.....	8
Gårdkoncerter med Jens Jepsen.....	9
Nyt fra musikterapeuterne.....	10
Danzetten.....	12
Quiz.....	13
Efterårsdigt.....	14
Halloween.....	15
Danmarks underholdningsorkester.....	16
Krydsord.....	17
Cykelture.....	18
Bliv frivillig cykelpilot.....	19
Frivillighed.....	20
Furesøen.....	21
Portræt af Margaret.....	22
Fælles cykeltur.....	24
Fællessang.....	25
Velkommen til.....	26
Bredebosfødselsdags.....	27
Bredebo vennerne.....	28
Sommerhustur.....	30
Børnesangi gården.....	31
En hilsen fra pusterummet.....	32
Kirken hilser.....	33
Nyt fra terapeuterne.....	34
Bredebos smukke haver.....	35

Bladet er produceret af udvalgte medarbejdere og ledere tilknyttet byens fem kommunale plejecentre og tre aktivitetscentre.

Redaktion: Marianne Frøjk Strandsbjerg, Cecilia Dolsø og Charlotte Herbert.

Printet hos Trykkeriet på Rådhuset i Lyngby-Taarbæk Kommune i fem varianter, i alt 800 eksemplarer. Oktober 2020.

KONKURRENCE

Velkommen til det nye blad

Indtil foråret 2020 er der udkommet individuelle husaviser på de fem plejecentre og tre aktivitetscentre i Lyngby-Taarbæk kommune.

Fremover vil der udkomme et nyt fælles blad i fem udgaver - ét for hvert plejecenter og ét for aktivitetscentrene. Bladet vil indholde en fælles del og en lokal del, hvor der vil blive givet information & historier fra de forskellige pleje- og aktivitetscentre.

Har du nogle ønsker eller idéer til indholdet til bladet, så kontakt os på mail cecdo@ltk.dk eller tlf. 3031 2877.

Aktivitetsbladet i dets nuværende form udkom første gang i maj 2020. Dengang navngav vi bladet: "Aktivitetsbladet." Men burde bladet hedde noget helt andet?

Det vil vi gerne høre jer om, så derfor udlover vi nedenstående navnekonkurrence.



Navnekonkurrence

VIND CHOKOLADE OG BLOMSTER

Har du et godt bud på, hvad dette blad skal hedde fremover? Så hører vi meget gerne fra dig. Vedkommende der finder det bedste navn, vinder en æske chokolade og en buket blomster.

Forslag kan afleveres i administrationen på plejecentrene eller sendes til mail: cecdo@ltk.dk

Navneforslag: _____

Navn: _____

Adresse: _____

Telefonnummer: _____

EFTERÅRSHILSEN

Kære Alle

En sommer i Coronas tegn er slut. Vi er mange, der havde håbet Corona ville forsvinde med efterårets komme, desværre er det ikke gået sådan.

I september måned måtte vi lukke en afdeling idet vi skulle opspore et udbrud – opsporingen viste, at ingen beboere var smittet, ej heller medarbejdere.

Det er et efterår og en vinter i Coronaens tegn vi går i møde – det kan vi ikke ændre, hvor gerne vi end ville. Vi er nu igen ramt af besøgsrestriktioner fordi smittetrykket i kommunen er for højt. Det indebærer, én besøgende pr. beboer.

Vi opsætter et besøgstelt i Nordgården. Her vil der være mulighed for at sidde lidt mere lunt ved udendørs besøg i efterårs- og vintermånederne.

Heldigvis har vi også under nedlukningen haft mange gode stunder med musik og sang i Nordgården. Vi opfinder spontane aktiviteter på afdelingen og der kommer igen cykelpiloter og andre frivillige, som cykler og går ture med beboerne. Tak for det.

Det var hyggeligt at fejre Bredebos syv års fødselsdag med lagkage og fødselsdagssang.

Jeg holder Åben Dør en gang om måneden. Her er ALLE velkomne, hvis man har noget på hjertet.

Mange venlige
efterårshilsner hilsner
fra

Tina Bardrum
Plejecenterleder



ÅBEN DØR

ÅBEN DØR til plejecenterlederen i 2020

Plejecenterleder Tina Bardrum vil gerne i dialog med pårørende og borgere på centeret. Derfor inviterer hun til åben dør.

Alle er velkommen uden forudgående tidsbestilling på følgende dage;

Tirsdag d. 20. oktober
Tirsdag d. 17. november
Tirsdag d. 15. december

Alle dage kl. 16.00 – 18.00

Tinas kontor ligger på administrationsgangen i stuetagen med indgang fra Bredebovej.

Alle er velkomne.



RICHARD RAGNVALD

Tirsdag den 26. maj stod i musikkens tegn på byens seks plejecentre.

Solen skinnede fra en skyfri himmel & humøret var højt.

Dansktopsangeren Richard Ragnvald var inviteret til byen for at optræde.

I alt blev det til seks lyn-koncerter på plejecentrene.

Smilene var mange og beboerne var meget glade for musikken.

Koncerterne varede omkring 25 minutter, og der blev spillet de velkendte hits som "Du er min øjesten", "En lille pige i flade sko" og selvfølgelig "Kære lille mormor".





Koncerterne blev blandt andet nydt i plejecentrenes haver, i gårde & fra diverse altaner og terasser.



SUDOKU

	6	8		2	7		5	3
2	1		8	9		4		
5								
				7				1
6						2		
	5	2			4			7
1						3	9	
8		6			2			5
	2	9		3			8	4

	6	8		2	7		5	3
2	1		8	9		4		
5								
				7				1
6						2		
	5	2			4			7
1						3	9	
8		6			2			5
	2	9		3			8	4

GÅRDKONCERT MED JENS JEPSEN

Mere musik, hygge og fællessang. Sommeren har også budt på en turné med udendørs gårdkoncerter på alle kommunens plejecentre med musikeren Jens Jepsen.



Vejret viste sine forskellige luner under turnéen og her på Virumgård, hvor Jens spillede både i gården og på broen, måtte beboerne krybe i læ og Jens få en parasol over hovedet for en stund, så han kunne spille videre trods en regnbyge.



NYT FRA MUSIKTERAPEUTERNE

Kære alle

Håber det går godt rundt omkring hos jer! Vi har sådan nydt vores fællessang udenfor med jer i haven eller på terrasserne, og er spændt på, hvad vi skal finde på nu, hvor efteråret sætter ind, og vi ikke kan mødes udenfor. Vi må se, om vi skal lidt rundt på stuerne og synge for jer i stedet. Ét eller andet finder vi helt sikkert på, og vi glæder os altid stort over at synge med jer.



Vi er gode til at skabe en festlig stemning sammen, og det bliver jo ekstra vigtigt her, hvor efterårsmørket og kulden så småt trænger sig på. Det handler verset i slutningen af denne lille hilsen om, at vi selv må finde lyset indeni, når der bliver mindre af det udenfor.

Men sikke en smuk og dejlig lun og mild sensommer, vi har haft. Det har virkelig været skønt. Håber også I har været ude og nyde det gode vejr i august og september! Vi er sikker på, vi nok skal få skabt mange gode stunder sammen dette efterår – også på trods af landshærgende virus.

Brug musikvognen

Husk nu endelig at **musikvognen** med alverdens forskellige genrer af indspillet musik fra dengang, I var unge, fortsat er tilgængelig for jer. Jeres pårørende er velkomne til at anvende udstyret, men ellers håber vi, I allerede har gjort jer erfaringer med at lytte til musik, I godt kan lide – også inde i jeres egne stuer, hvor I er velkomne til at ønske musikken ind.

Der er rigtig mange forskellige genrer at vælge imellem, såsom beroligende guitar musik, klassisk musik, The Beatles, 50'er musik, 60'er musik, jazz, tyrolermusik o.s.v. Der skulle være noget for enhver smag således, at I alle kan få lov at sidde og lytte til jeres yndlingsmusik.

Vi vil nu afrunde denne lille hilsen fra musikterapeuterne med dette fine og håbefulde efterårsvers skrevet til indvielsen af Båring (hvor Louise musikterapeut i øvrigt er født og opvokset) Højskole i 1959 – midt under Den Kolde Krig, som teksten også symbolsk refererer til:



Mørk er november og løvfaldet slut,
vandet begynder at fryse,
lyset fra solen og blomsterne brudt -
da må vort hjerte selv lyse.
Synge vil vi, legen er magt,
Mer' end beregning, forstand og foragt
værn mod det sorte og tomme.
Om der svæver dødeligt dræ,
vil vi dog elske - og plante et træ:
frugter kan uspøget komme.



De bedste hilsner
fra musikterapeuterne

Ulla og Louise

DANZETTEN

I løbet af juni måned besøgte gårdmusikanterne Danzetten både plejecentrene Virumgård, Solgård, Bredebo og Baunehøj. Alle som deltog i Danzettens udendørs koncerter, kunne nyde danske klassikere og en dejlig eftermiddag i musikkens tegn.

Det er med tiden blevet til en fast tradition, at Danzetten kommer på musikalske besøg to gange årligt på byens fire store plejecentre.

Vi håber meget på, at vi kan byde Danzetten indenfor på plejecentrene til december og på den måde se frem til dejlige julemelodier & sange.



QUIZ

1. Hvor mange bud består Janteloven af?

☐ 8 ☐ 10 ☐ 12

2. Hvilket af disse lande deltog ikke i 1. Verdenskrig?

☐ Norge ☐ Tyskland ☐ Østrig

3. Hvad hed Svend Tveskægs far?

☐ Knud den store ☐ Harald Blåtand ☐ Gorm den gamle ☐

4. Hvilket af disse fund fra oldtiden blev ikke fundet i Jylland?

☐ Tollundmanden ☐ Solvognen ☐ Guldhornene

5. Hvornår havde den første Olsenbanden film premiere?

☐ 1968 ☐ 1970 ☐ 1972

6. Hvem leverede musikken til TV-serien Matador fra 1978?

☐ Bent Fabricius-Bjerre ☐ Leif Kayser ☐ Herman D. Koppel

7. Hvilket land i verden har flest øer?

☐ Indonesien ☐ Sverige ☐ Finland

8. Hvem blev Danmarks statsminister efter valget i 1979?

☐ Poul Schlüter ☐ Jens Otto Krag ☐ Anker Jørgensen

9. Hvor længe har man været gift, når man kan fejre jernbryllup?

☐ 60 ☐ 65 ☐ 70

10. Hvad hedder drengen, der ofte ender i et brændeskur i Lønneberg?

☐ Orla ☐ Emil ☐ Peter

Se svarene på side 35



EFTERÅRSDIGT

Digt af Johannes Møllehave

Jeg elsker oktober og efterår,
med alle de farver træerne får
for siden at kaste farverne væk
og stå som tegnet med tusch og blæk
Hør skovenes efterårs hjerte banke:
Efterår, efterår eftertanke.

Cyklister i flokke når dagen gryer
med hænder på kølige cykelstyr,
hvor eftertanken er sval og skøn.
Kalenderens gavmilde efterløn
Pedaler trædes af alle kræfter.
Det er efterår: tid til at tænke efter.

Som egernet samler nød på nød
skal brændet stables til pejsens glød.
At sidde i ly og at sidde i læ
med duft af det brændende birketræ,
i ildskæret lyser øjnene blanke
efterår, efterår eftertanke.

Oktober som varsler vinteren ind.
Oktober med norden- og søndenvind
Oktober som pust fra et underbid.
Snart omstilles uret til vintertid.
Nu udskiftes skovenes garderober
Og træ-silhuetterne skriver: O K T O B E R.

Snart slutter tiden sin almanak.
Hvad er det der lyder som ordet tak?
Det er selve naturens aftenbøn
Naturen er kommet på efterløn.
Vinden kærtegner hestens manke.
Efterår, efterår eftertanke.

HALLOWEEN

Den 31. oktober er det Halloween. Halloween er oprindeligt en amerikansk mærkedag & skik, der bedst kan sammenlignes med den danske fastelavn. Omkring år 2000 kom Halloween til Danmark og med årene er Halloween blevet en fast årlig tradition i Danmark.

Særligt børn og barnlige sjæle har for alvor taget traditionen til sig og klæder sig uhyggeligt ud som blandt andet uhyrer, hekse, skeletter med mere. Børn går fra dør til dør og siger "slik eller ballade" efter mørkets frembrud. Hvis ikke man giver børnene slik, truer de en med at blive udsat for narrestreger.

En af de mest kendte halloween-skikke er at udskære orange græskar med skræmmende ansigter og bruge dem som lygter. Tusindvis af græskær må hvert år lade livet og blive forvandlet til de flotteste og mest uhyggelige græskarlamper. Det anslås, at der sælges over 500.000 græskar i Danmark i forbindelse med Halloween.

Mange mennesker pynter uhyggeligt op både inde og ude og menuen står mange steder på uhyggelige, men velsmagende madretter.

Hvor stammer Halloween fra?

Oprindeligt var Halloween en keltisk skik, hvor man fejrede sommerens afslutning og at høsten var i hus. Festen symboliserede, at man nu gik den mørke tid i møde, og ifølge overtro var det denne ene aften muligt for de døde at færdes blandt de levende. Derfor klædte man sig uhyggeligt ud for at ligne de genopståede døde og narre dem, så de ikke ville besøge de maskerede levende. Man skar lygter ud i roer og græskar, som kunne lyse og holde de døde væk.

På samme vis var der oprindeligt tradition for at sætte mad og lækre sager på de dodes grav denne aften for at lokke dem til at blive her, fremfor at besøge de levende.

Det var altså starten på traditionen for at klæde sig uhyggeligt ud og bestikke de genopståede med lækkerier.

Senere tog kirken skikken til sig og tilegnede den alle helgener – heraf navnet 'All Hallows Eve', der betyder allehelgensaften.

Kilde: www.alt.dk og faktalink.dk



DANMARKS UNDERHOLDNINGSORKESTER

I starten af august besøgte Danmarks Underholdningsorkester fem af kommunens plejecentre, hvor de med en strygekvartet, Mathias Grove på klaver og Frederikke Vedel som solist gav borgeme en kæmpe oplevelse med klassikere som 'Lyse nætter' af Alberte Winding, 'Gå med i Lunden' og 'Den Allersidste Dans' af Kai Normann Andersen og mange flere. Koncerterne blev sat i værk med støtte fra Slots- og Kulturstyrelsen samt Dansk Musikerforbund.



Her på SPå Solgården skinnede solen fra en skyfri himmel og koncerten blev nydt fra haver, vinduer, altaner og tagterasser.

Jørgen og Mogens fra Solgården udtaler sig her om koncerten.



Selvom jeg er ældgammel og dødtræt og umulig at imponere, var jeg vågen hele tiden og dybt rørt. De spillede ualmindeligt flot, dejligt og rørende.

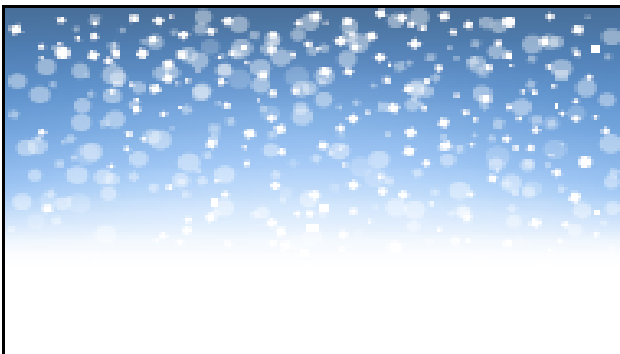
Sangerinden var fantastisk dygtig. Det var de alle sammen, siger plejhjemsbeboer Mogens Norm.



Det var en oplevelse ud over det sædvanlige. Som ung spillede jeg selv jazz på klaver, så derfor lagde jeg særligt mærke til pianisten. Han var virkelig god! Han spillede meget melodisk.

Sangerinden var også fortræffelig ligesom strygeme. Det kunne ikke være bedre, siger Jørgen Ballhausen.

KRYDSORD

						KONTROL		GRINE	EN	FOR- NAVN	FOPTØJ
						FAR- TØJ					
						DRIK			FILM POLITI- KORPS		
						2. UBE- KENDT		PADDE BIB. NAVN			
	JOBDET	ØSTRIG	NUM- MER		ILD- STEDER	TOV SANGER				GAMMEL AFGIFT	
KØKKEN- UD- STYR							BLOMST TØR				
ANB.		BUSK FOR- BUND							ENG. STEDORD PRØV- NING		
FYLD- ORD			TITEL VARSEL					SPISE UNION			GARN
FOOT- TØJ						VALUTA RED- SKAB				POTE	
ITALIEN		BY PERIODE					FUGL BLONDE				
FUGLE					FISK SAMLER						
KANT					FAR- TØJ			FOR- NAVN OVER- TAGE			VARME- KILDE
NEON			VINTER- LEJE UNGE			PAS- SEDE BIB. FORK.				SMALL FRUGT	
TARA		TJENER E-POST							FLOD FILM- FIGUR		
FØRSTE- DØMME							SKRIG FILM- FIGUR				
FØDE					TON	CYKEL- UDSTYR SKIB					NATI- ONER
			PRØVE KURS					PULVER STED- NAVN			
VIRK- SOMHED										KLOG	
500		LILLE VEJ GRINEDE				TV- SERIE STRAKS					
VAND- LØB									GER- NING KILO		
TALORD			DEFEKT				RED- SKAB				

CYKELTURE

Cyklernes har heldigvis ikke stået stille hen over sommeren – trods Corona. Der er blevet cyklet en del ture & turene er i den grad blevet nydt i fulde drag & mange beboere & cykelpiloter har fået vind i håret.

Er du pårørende og ønsker du at blive oplært i cyklernes, så du kan komme ud og cykle med dit familiemedlem (din pårørende), kontakt os da venligst pr. mail:

Den Gamle Lyngby Statsskole: Karin Andersen - kaan@ltk.dk
Solgården & Virumgård: Marianne F. Strandsbjerg - mastr@ltk.dk
Bredebo & Baunehøj: Cecilia Dolsø - cecdo@ltk.dk

Vi er også på udkig efter frivillige cykelpiloter, som har friske ben & lyst til at give en cykeltur til de ældre på plejecentrene og aktivitetscentre. Du kan oprette en profil på www.cyklingudenalder.dk, så kontakter vi dig.

Du kan læse mere om Cykling uden alder på deres hjemmeside:
<https://cyklingudenalder.dk>

Sommerens cykelture har budt på mange oplevelser i den smukke natur i nærområdet.



BLIV FRIVILLIG CYKELPILOT OG GØR EN VERDEN TIL FORSKEL



LYNGBY-TAARBÆK
KOMMUNE

Som cykelpilot giver du de ældre en mulighed for igen at opleve verden, få vind i håret og for at forblive en aktiv del af fællesskabet og nærmiljøet



Har du friske ben og lyst til at give en cykeltur igennem byen, til skov eller vand, så står der el-rickshaws klar til, at du snupper en tur med dine ældre medborgere, når det passer dig.

Sådan gør du:

Opret en profil på www.cyklingudenalder.dk så kontakter vi dig.

Du kan også sende en mail til: frivillig-hos-aeldre@ltk.dk

eller ring og hør mere på tlf: 20 22 68 13



FRIVILLIGHED

Denne coronatid har også været en meget anderledes tid for de frivillige, som ikke har kunnet yde den frivillige indsats som de plejer, fordi der i flere måneder har været lukket ned for, at de frivillige kunne komme ind på plejecentrene. De frivillige har dog i denne periode kunnet deltage i og stå for udendørs fællessang, arrangementer, busture, cykelture mm.

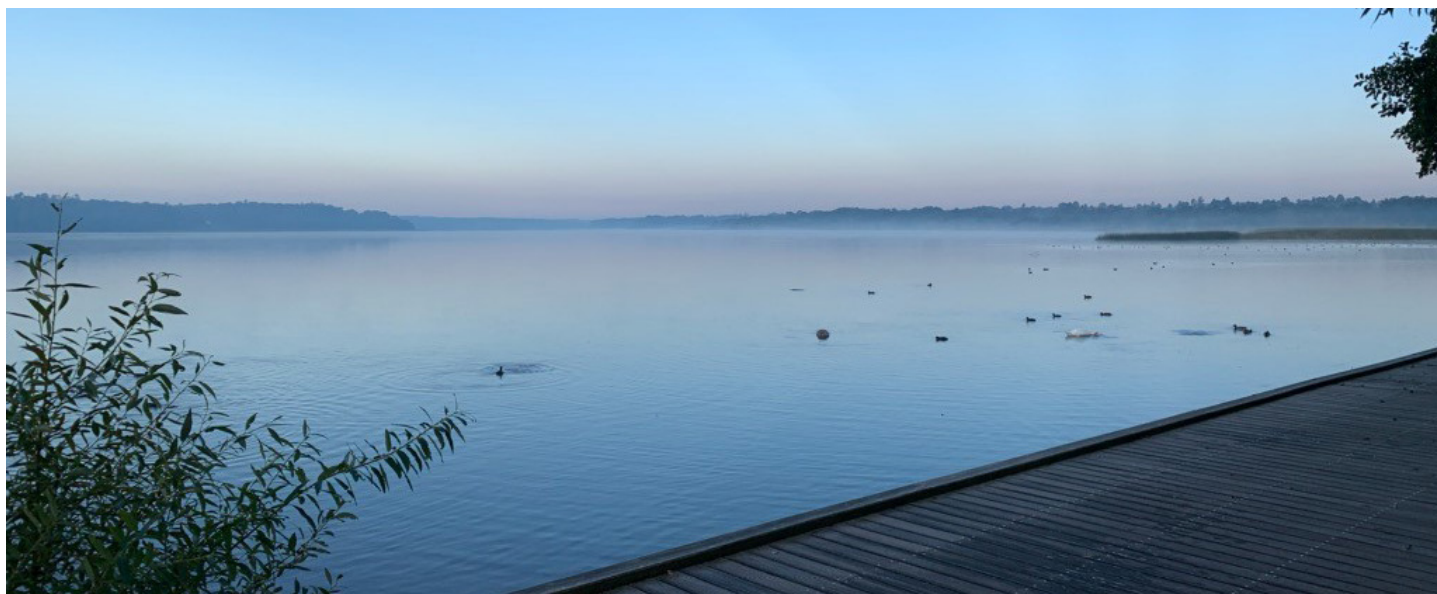
Vi hylder de frivillige tilknyttet de fem kommunale plejecentre og aktivitetscentre med et fælles socialt arrangement hvert år.

I år afholdte vi d. 3. september et udendørs arrangement med sensommerhygge i Frieboeshviles have, hvor der blev danset med afstand under de smukke træer til den meget tro og fantastiske kopi af Kim Larsen - René Heidmann.



FURESØEN

En af de frivillige cykelpiloter David tog dette skønne billede en tidlig morgen, hvor han kørte en af de ruter, han plejer at cykle med rickshawen. Furesøen er en del af den smukke natur, der ligger i nærområdet og hvis man snakker om Furesøen, er der flere fra den ældre generation, der mindes Furesøen som der, hvor de lærte deres børn at svømme. Mon du også har nogle minder fra Furesøen?



Furesø, der er Danmarks dybeste sø og er en del af Mølleå-systemet, samt den største sø i dette system. Søen tilføres vand fra Mølleåen, som udspringer i afløbet fra Bastrup sø og løber gennem Farum sø, før den kommer ind i Furesø ved Fiskebæk og løber ud ved Frederiksdal, og videre til Lyngby sø og Bagsværd sø, før den efter 40 km ender i Øresund. Desuden tilføres vand til Furesø via en kanal fra Vejlesø.

Furesøen hed oprindeligt Fuursø, fra fuur, det gamle navn for træarten fyr. Skovfyrren var – sammen med birketræet – et af de første træer, som kom til Danmark efter istiden, og søen har derfor tidligere været omgivet af en "urskov" af skovfyr.

Søens areal er på 940 ha (9.400.000 m²) og dermed Nordsjællands tredjestørste sø efter Arresø og Esrum Sø, med en største vanddybde på 37,7 meter. Der er om sommeren sejlads på søen med Baadfarten. Desuden findes sejlkлуб, roklub mv. – ligesom der er mulighed for at leje mindre både og kanoer. Langs Furesøens nordlige bred mellem Farum, gennem Bistrup og til Holte ligger et våd-, mose- og engområde, der kaldes Vaserne, hvor talrige tørvegrave fra 2. verdenskrig veksler med ellesumpe og danner et varieret landskab. Vaserne er kendt for sit rige fugleliv, bl.a. er her en bestand af nattergale. I hver sin ende af søen er der indrettet bade-strande: Frederiksdal Fribad og Furesøbad.

PORTRÆT AF MARGARET

EN KVINDE MED RØDDER I TO LANDE, UTALLIGE SPROG PÅ TUNGEN OG EN REJSELYSTEN SJÆL

Første gang jeg møder Margaret, er jeg på besøg på den etage, hvor hun flyttede ind for lidt over 1 år siden. Under dette korte møde, når hun at fortælle om et spændende liv med mange rejser og et aktivt arbejdsliv. Jeg tænker straks, at andre også kunne have glæde af at høre denne historie og spørger derfor om hun kunne have lyst til at fortælle sin livshistorie til vores blad her. Det vil hun gerne og derfor bringer vi i dette nummer af aktivitetsbladet et portræt af Margaret Elizabeth Bevan Ward.

*Skrevet af Louise Jørgensen Duus
Musikterapeut*



EN KARRIERE SOM FREELANCE REJSESKRIBENT

Margaret er født og opvokset i Holte af en engelsk far og en dansk mor, og at de talte dansk og engelsk i barndomshjemmet.

Efter endt realeksamen tager hun til England i 1 år, hvor hun lærer sproget. Herefter er hun 2 år i Paris som 'au pair', hvor hun lærer at tale fransk. Dernæst rejser hun 1 år til Rom, hvor hun lærer italiensk. Mens Margaret bor i Rom, begynder hun at skrive små artikler om hvordan det er at bo og rejse i udlandet. Hun skriver om landsbyer, museer, kirker og anbefaler små gode restauranter. De første trin i hendes karriere som freelance rejseskribent bliver således grundlagt i disse år. Efter Rom følger utallige rejser til mange forskellige lande, hvor hun fortsætter med at skrive rejseartikler til diverse blade og tidsskrifter - bl.a. Alt for Damerne, Motor, Hjemmet, m.fl. Hun skrev også to bøger til Politikens rejseserie "Turen går til..."

En af de rejser Margaret husker som noget ganske særligt, var hendes tur til Moskva, som hun og en veninde rejste til som nogle af de første turister. De var to kønne, unge piger, og de var flere gange lige ved at blive kidnappet. Men det skræmte hende ikke, og hun fortsatte med at rejse til Gotland, Gambia, Sydspanien, Frankrig, Belgien, Amerika og mange andre steder.

I starten rejste hun med sin veninde, men ellers fortæller hun med bestemt stemme, at hun altid rejste alene!!
Margaret lærte også at fotografere, og blev dermed endnu mere selvstændig i sit virke som rejseskribent

Hun var meget grundig i sit arbejde, og fortæller, at det var vigtigt for hende at læseren kunne mærke de steder hun besøgte og de mennesker, der boede dér.

EN STOR ROYAL OPGAVE

Da kronprinsesse Margrethe i sin tid blev forlovet med en fransk diplomat, Grev Henri, blev Margaret spurgt, af redaktøren fra Alt for Damerne, om hun ville tage til Frankrig og finde ud af, hvor den kommende prins Henrik kom fra, samt interviewe hans familie.

Kort efter var hun på vej til Frankrig.

Hun finder ud af, hvor forældrene til prins Henrik bor, får ringet dertil og lavet en aftale om at komme til familiens landsted næste dag. Hun bliver lukket ind af en nydelig dame, som henviser hende til at tale med Prins Henriks far. De taler sammen i flere timer og da middagen nærmer sig, bliver hun tilbudt at spise med. Her sad hun så til bords med prins Henriks forældre og hans flotte brødre, der vidst syntes Margaret var ret sød.

Undervejs i interviewet, der foregik over to dage, er der ting faren ikke kan svare på, hvorfor Margaret får en aftale med prins Henriks farmor.

Farmoren bor et lille stykke væk fra familien. Hun er en meget venlig dame, og de taler godt sammen. Til sidst i interviewet går farmoren hen til reolen og henter en stor bog om familiens historie. "Værs' god, den skal De ha', for jeg kan mærke, De har en oprigtig interesse for vores familie og land".

Margaret var naturligvis meget beæret over denne gave og har læst bogen mange gange siden.

For ca. 10 år siden er hun til et foredrag med Prins Henrik i København. Efter foredraget går hun hen og forærer ham bogen. Han takker mange gange og de taler sammen på fransk i ca. 15 minutter.

"Det kvarter glemmer jeg aldrig", hvister Margaret.

MARGARET OG HENRIK, MARGRETHE OG HENRIK

Margaret nåede også at møde en dejlig mand, der hed Henrik, som hun var sammen med i mange år. Vi taler om sammentræffet mellem deres navne Margaret og Henrik og Margrethe og Henrik. Margaret smiler lidt og siger: "Dronningen fik sin Prins Henrik og jeg fik min."

FÆLLES CYKELTUR

Vi har normalt en fælles cykel- og bustur forår og efterår, hvor vi samles fra kommunens fem plejecentre et sted i naturen. Disse fælles ture har vi desværre ikke kunne gennemføre i år på grund af covid-19.

I stedet for arrangerer vi i år én fælles cykeltur fra hvert af de fem plejecentre. Her samles frivillige cykelpiloter med cyklerne fra de forskellige centre på ét center og cykler en tur sammen med de beboere, som ønsker at komme med på cykeltur.

Den 29. august var der seks beboere fra Bredebo, der kom afsted på cykeltur. Turen gik til Bagsværd sø. Kaffen og den hjemmebagte kage blev nydt med udsigt til vandet. Det var virkelig en smuk tur og heldigvis holdt det tørvejr.



FÆLLESSANG

I denne coronatid har vi været så heldige at foråret og sommeren har budt på mange dage med godt vejr.

I april måned indkøbte musikterapeuterne højtalere, mikrofoner og guitarer, så vi kunne opstarte udendørs fællessang på de fem kommunale plejecentre.

Musikterapeuterne Ulla og Louise lavede sanghæfter, som blev udleveret til alle afdelinger og de har stået for guitarspil og sang ledsaget af personale fra Aktivitet og Frivillighed og senere hen også med hjælp fra frivillige tilknyttet plejecentrene.

Indtil sommeren var der fællessang hver uge på plejecentrene på forskellige lokationer og efter sommeren har vi sunget hver 14. dag, så længe vejret har tilladt det. Det har været utrolig hyggeligt at synge sammen på denne måde og de frivillige har også nydt at kunne være med.

Nu hvor vi er gået ind i en koldere tid flytter Ulla fællessang indendørs på afdelingerne. Hvornår Ulla byder op til fællessang, kan I se på aktivitetskalendrene.



VELKOMMEN TIL

Ny afdelingsleder

Mit navn er Monica Dyrendom Poulsen.
Jeg er ny afdelingsleder på Nord 2. sal
og i Syd stuen psyk.

Jeg er 50 år og har 2 voksne børn.
Jeg er uddannet sygeplejerske fra
Roskilde sygeplejerskole i 1995.

At arbejde med ældre mennesker har
altid haft min interesse. Jeg har
arbejdet i hjemmeplejen i
Lyngby-Taarbæk kommune i en del år
og har de sidste 3½ år fungeret som
sygeplejerske på Plejecenter Bredebo
Nord 2.sal.

Jeg ser frem til et godt samarbejde
med pårørende, beboere og personale.



Bredebos nye frisør

Mit navn er Mette Lauvring og jeg er ny
frisør på Bredebo.

Jeg er 38 år og har været i frisørfaget i 21
år. Jeg er også tilknyttet som frisør på
plejecenter Lystoftebakken og på
Øresundshjemmet i Humlebæk. Jeg har
arbejdet disse 2 steder de sidste 9-10 år.

Jeg er glad for at arbejde med ældre og
trives med den ro de ældre beboere giver
mig.

Jeg er som udgangspunkt på Bredebo hver
torsdag og ellers efter aftale. Hun træffes
på telefonnummer 28 18 94 95.



BREDEBOS FØDSELSDAG

Tillykke med de 7 ÅR

Mandag den 14. september fyldte Bredebo 7 år. Beboere og medarbejdere var inviteret til kaffe og lagkage på afdelingerne i dagens anledning.



Farvel til sommertiden

Sommertid slutter i år søndag d. 25. oktober.

Husk at stille uret en time tilbage natten mellem den 24. og 25. oktober.

Sommer



Vinter



BREDEBO VENNERNE

Igennem foråret, sommeren og sensommeren er vi blevet forkælet med en masse dejlig musik udenfor i gården og på tagterrassen.

En særlig tak skal lyde til alle dem, som kom forbi og gav os musikalske oplevelser til stor glæde for alle på Bredebo.

Tak til Bredebo vennerne, fordi de sendte duoen Benedikte og Carsten forbi Bredebo i juni måned, så vi kunne nyde deres optræden.



Vi længes efter musik og sang igen

Disse dejlige søndage med musik og hygge skal tilbage



Solgårdens Musikalske venner har altid haft musik og sang den sidste søndag i måneden.

Bredebo Vennerne den anden søndag hver måned, og altid kl. 14.30, sådan er det.

Men nu er det snart 7 måneder siden vi kunne byde velkommen i caféen, med lidt til den søde tand såvel som portvin i pausen og ikke mindst gode kunstnere der har givet os så dejlig musik og sang søndag efter søndag.

Alle os i foreningernes bestyrelse længes efter at alting bliver normalt igen, musik er svært at undvære, hygge kan vi danskere hvis blot vi får lov.

Vi må vente til en gang i det nye år før vi kan præsentere de eftertragtede kunstnere, jeg lover jer at de står og tripper for at komme igang igen.

I 2019 var mange kendte som mindre kendte på "scenen" i både Solgårdens og Bredebo's café. Den kendte Kim Larsen kopi Rene Heydmand, Gustav Wincklers søn Michael, Visens Venner fra Roskilde, og mange flere gæstede os og tak for det.

Tak til alle jer beboere samt hjemmeboende der kommer til koncerterne. Den entuaisme I viser gør netop at vi har lyst til at arrangere disse søndage.

Jeg skal ligeledes hilse fra de mange kunstnere og sige, det er en fornøjelse at optræde for et så dejligt publikum der viser at de er glade for det vi præsterer, og tak for det.

På bestyrelsens vegne sender jeg alle de varmeste hilsener.

Tommy Wedel. Formand

*Solgårdens
Musikalske venner*

**Bredebo
Vennerne**

SOMMERHUSTUR



Miniferie i Karrebæksminde

Igen i år fik beboere fra stuen syd mulighed for at tage på en sommerhustur. Turen blev sponsoreret af Lykkens gave og og gik til hyggelig Karrebæksminde.

Det var nogle dejlige feriedage med solskin, aktiviteter, hygge og gode minder.

BØRNESANG I GÅRDEN

Torsdag den 1. oktober 2020 fik vi besøg i gården af 40 børn fra 1.A og 1.B på Lundtofteskole.

Børnene besøgte os i forbindelse med at vi fejrer generationernes dag. Generationernes dag markerer værdien af de bånd og relationer, vi knytter i mødet på tværs af generationer.

Børnene sang så fint og højt at alle, der befandt sig på Bredebo fik glæde af deres skønsang.



EN HILSEN FRA PUSTERUMMET

PUSTERUMMET og MADKLUBBEN er aktiviteter, som afholdes af og for pårørende til demensramte.

PUSTERUMMET foregår som andre tilbud til pårørende i øjeblikket under nogle anderledes betingelser. Sidste møde i caféen på Bredebo var således i marts 2020.

Bordene i caféen er sat på en ny måde af hensyn til, at vi skal holde afstand. Det betyder, at det er vanskeligere at sidde i grupper, som vi plejer, men det betyder ikke, at vi ikke kan mødes og tale sammen. Det bliver bare lidt anderledes. Det samme gælder, når man er med i MADKLUBBENS fællesspisning.

Under forudsætning af, at caféen er åben, så mødes pårørende i PUSTERUMMET den første tirsdag i måneden klokken 15-17. Man behøver ikke at tilmelde sig. Vil man gerne høre noget mere om PUSTERUMMET, så er man velkommen til at ringe til Nina på tlf. 25796569.

De næste møder afholdes følgende tirsdage: 6. oktober, 3. november og 1. december 2020.

Vil man som pårørende spise med i MADKLUBBEN, så skal man tilmelde sig hos Nina på 25796569.

Vi spiser sammen den anden onsdag i måneden klokken 17-19, og man skal tilmelde sig senest søndag inden af hensyn til bestilling af mad. Det koster 100 kroner, som man betaler på dagen enten kontant eller mobilepay. Der serveres to retter mad, et glas vin til maden og kaffe/te, og ikke mindst mødes man med andre i en, tør jeg godt sige, altid rar og hyggelig atmosfære.

Datoer for fællesspisning: 14. oktober, 11. november & 9. december 2020.

Vi passer selvfølgelig på hinanden, holder afstand og har håndhygiejne i orden.

Venlig hilsen
Nina Harboe

KIRKEN HILSER

Kære alle på Bredebo

Tak for alle jeres vink og smil, når vi har haft udendørs fællessang! Gudstjenesterne er desværre pt. aflyst grundet covid-19 restriktionerne, men vi håber at vejret i oktober tillader, at vi mødes udendørs til fællessang?

Mange hilsner fra sangere, musikere og sognepræst Christine Julie Kjærulff Beck fra Lundtofte kirke

Præsten Christine hilser og fortæller, at I altid er velkomne til at kontakt hende ved behov på telefonnummer 20 23 25 83 eller på mailen CHB@km.dk



NYT FRA TERAPEUTERNE

Ekstra træningsaktiviteter i et år

Frem til næste sommer, har vi fået mulighed for at tilknytte fire fysio- og ergoterapeuter, så vi i alt er 9 deltidsansatte terapeuter tilknyttet de kommunale plejecentre. Det giver os mulighed for at tilbyde træningsaktiviteter både af fysisk, mental og social karakter.

I den kommende tid kommer vi rundt til alle jer, som også boede på plejehjem, da der var helt lukket ned for aktiviteter og besøg, og hører om I har lyst til at være med. Det er selvfølgelig helt frivilligt.

Vi har fordelt os, så der er én fysioterapeut og én ergoterapeut tilknyttet hvert plejecenter, men vi hjælper hinanden efter behov.

På plejecentrenes hjemmeside kan I læse mere om indsatsen, som er iværksat efter initiativ af Social og Sundhedsudvalget.

Herunder kan du se fysio- og ergoterapeuterne og hvilket plejecenter, de primært er tilknyttet.



Christina Baunehøj/
DGLS



Kicki Bredebo

BREDEBOS SMUKKE HAYER

Det er en stor gave, at vi her på Bredebo har to smukke gårdhaver.

Det er altid en fornøjelse at gå en tur i haverne og følge med i, hvordan blomster og planter vokser og gror.

Året rundt passer gartnerne flittigt haverne, så vi alle kan nyde dem.



QUIZ

svar

1. 10
2. 12
3. Gorm den gamle
4. Solvognen
5. 1968
6. Bent Fabricius-Bjerre
7. Sverige
8. Anker Jørgensen
9. 70
10. Emil



TAK FORDI DU LÆSTE MED
NÆSTE NUMMER UDKOMMER TIL DECEMBER

