



OKTOBER 2026
8. årgang Nr. 7

LYSGLIMT

AKTIVITETSBLAD FOR
BAUNEHØJ PLEJEHJEM

INDHOLDSFORTEGENLSE

Indholdsfortegnelse.....	2
En hilsen fra Julie, Plejehjemsleder.....	3
Sæt X i kalenderen.....	4
Koncert med de Lystige musikanter.....	5
Efterårs koncert v/musikterapeuterne.....	6
Erindringsdans.....	7
Brasilianske toner V/Rogério.....	8
Koncert med Ældrebyrden.....	9
Aktivitetskalender.....	10-14
Busture.....	15
Nyttige telefonnumre.....	16

Redaktion: Betina Sanggaard og Marianne Frøjk Strandsbjerg.

Kontakt redaktionen på: aktivitetsbladet@ltk.dk eller tlf.nr. 30312877.

Oplag: 125 eksemplarer. Trykt på Baunehøjs kopimaskine.

Næste blad udkommer november 2024

Deadline d. 15. oktober 2024



OKTOBER ER KOMMET



Nu er det blevet oktober, og efteråret har for alvor meldt sin ankomst. Bladene skifter farve fra grøn til gylden gul og rød og står næsten lysende mod den blå himmel.

Efterhånden slipper de taget i træerne og daler til jorden – og så ved vi, at efteråret er over os.

Men selvom dagene bliver kortere og mørkere, betyder det bestemt ikke, at hyggen forsvinder.

Snarere tværtimod! Det er jo netop i de mørkere timer, at vi rigtig kan nyde at sidde indenfor og hygge os, mens vi kigger ud på træernes rusken i vinden og regnbygernes dans på ruderne.

Oktober kan dog også byde på lune dage, hvor en let jakke er alt, hvad der skal til, når vi går udenfor.

Vi har derfor stadig vores gåtur om fredagen, når vejret tillader det.

Onsdag formiddag er der gymnastik og boldspil i Skatkammeret – så kom endelig og vær med! Det er altid sjovere, når man først er i gang, end når man skal til at gå i gang. 😊

Husk også vores temaaften for pårørende

Tirsdag den 6. oktober.

Se opslagene på indgangsdørene for mere information.

Vi glæder os til at se jer!

Rigtig god oktober til jer alle – med masser af hygge, frisk luft og gode stunder sammen. 🍁

De bedste hilsner
Julie Storgaard Mortensen
Plekehjemsleder



SÆT X I KALENDEREN

Glæd dig til november

- Syng med Søren Ipland**
- Julebanko**
- Gudstjeneste**
- Erindringsdans**

Hold øje med opslag

**Gudstjeneste i Cafeen
v/Lyngby kirke**

**Torsdag den 22. oktober
kl. 10.30 - 11.15**

De Lystige Musikanter



Torsdag den 1. oktober
kl. 13.30 – 14.15 i Cafeen



**Deres repertoire er meget bredt og
svinger fra gamle slagere,
refrænsange, dansktop, pop, country,
og folkemusik.**

**Alle disse herligheder i én og samme
koncert.**

Efterårskoncert

Med musikterapeuterne i Lyngby-Taarbæk kommune,
Ulla Lau Hyldgård, Louise Duus og Ana Maria Herrera

Vi glæder os til at spille for jer på

BAUNEHØJ PLEJEHJEM

ONSDAG D. 7. OKTOBER

KL. 13:30-14:15 (I CAFÉEN)



Kom til Erindringsdans
Musik og dans vækker minder og er
godt for krop og sjæl.
Velmødt når vi spiller den gode
melodi og byder op til dans.

I SKATKAMMERET

Erindringsdans Alle er velkomne

Fredag den 9. oktober kl. 10.45 - 11.15



Brasilianske toner

Rogério Kalinowski er sanger og spiller akustisk guitar.

Det bliver en koncert fyldt med de store brasilianske Bossa Nova klassikere og desuden spiller han nogle klassiske franske chansson, en del latin-jazz evergreens, og slutter af med nogle enkelte pop sange i overraskende lounge/-bossa fortolkning.

Kom ned i cafeen og nyd denne musikalske rejse.

Torsdag den 15. oktober kl 13.30 – 14.15 i cafeen



Der bydes på lidt koldt af drikke

Ældrebyrden

Ældrebyrden vil præsentere en bred vifte af sange fyldt med nye og gamle klassikere.

Sange som vi alle kender og holder af.



**Torsdag den 29. oktober
kl. 13.30 - 14.15 i cafeen**

Aktivitetskalender Oktober 2026		Liljen	Rosen	Syrenen
Torsdag	01-okt	Gåtur for Liljen kl. 10.30 Mødested ved elevatoren Koncert De Lystige Musikanter Spillested: Cafeen kl. 13.30 - 14.15	Koncert De Lystige Musikanter Spillested: Cafeen kl. 13.30 - 14.15	Hyggeklubben 2 . Sal kl. 10.30 - 11.30 for alle beboere i Syrenen Koncert De Lystige Musikanter Spillested: Cafeen kl. 13.30 - 14.15
Fredag	02-okt	Fælles Gåtur kl. 13.00 Mødested: Indgangen til Syrenen. Vært på turen Syrenen. - for dem som har lyst.	Fælles Gåtur kl. 13.00 Mødested: Indgangen til Syrenen. Vært på turen Syrenen. - for dem som har lyst.	Fælles Gåtur kl. 13.00 Mødested: Indgangen til Syrenen. Vært på turen Syrenen. - for dem som har lyst.
Lørdag	03-okt			
Søndag	04-okt			
Mandag	05-okt	Fællessang v/Louise 1. sal kl. 11.15 - 11.45 for alle beboere i Liljen Herreklub kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret	Fællessang v/Louise Stuen kl. 11.45 - 12.15 for alle beboere i Rosen Herreklub kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret	Herreklub kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret
Tirsdag	06-okt	Baunehøj Bustur - tilmelding nødvendig Afgang kl. 10.00 v/parkeringspladsen (Sansehaven) Banko 1. sal kl. 13.00 for alle beboere i Liljen	Baunehøj Bustur - tilmelding nødvendig Afgang kl. 10.00 v/parkeringspladsen (Sansehaven) Gudstjeneste v/Lyngby kirke kl. 10.45 - 11.15 2. sal for alle beboere i Rosen Banko kl. 13.00 i Stuen for alle beboere i Rosen	Baunehøj Bustur - tilmelding nødvendig Afgang kl. 10.00 v/parkeringspladsen (Sansehaven) Stolegymnastik v/Karin 1. sal kl. 10.30 - 11.00 for alle beboere i Syrenen

Aktivitetskalender Oktober 2026		Liljen	Rosen	Syrenen
Onsdag	07-okt	Bevægelse & Samvær kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret Efterårskoncert Musikterapeuterne Cafeen kl. 13.30 - 14.15	Bevægelse & Samvær kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret Efterårskoncert Musikterapeuterne Cafeen kl. 13.30 - 14.15	Bevægelse & Samvær kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret Banko Stuen kl. 13.00 for alle beboere i Syrenen Efterårskoncert Musikterapeuterne Cafeen kl. 13.30 - 14.15
Torsdag	08-okt	Gåtur for Liljen kl. 10.30 Mødested ved elevatoren		Hyggeklubben 2 . Sal kl. 10.30 - 11.30 for alle beboere i Syrenen
Fredag	09-okt	Erindringsdans i Skatkammeret kl. 10.45 - 11.30 Fælles Gåtur kl. 13.00 Mødested: Indgangen til Liljen. Vært på turen Liljen. - for dem som har lyst.	Erindringsdans i Skatkammeret kl. 10.45 - 11.30 Fælles Gåtur kl. 13.00 Mødested: Indgangen til Liljen. Vært på turen Liljen. - for dem som har lyst.	Erindringsdans i Skatkammeret kl. 10.45 - 11.30 Fælles Gåtur kl. 13.00 Mødested: Indgangen til Liljen. Vært på turen Liljen. - for dem som har lyst.
Lørdag	10-okt			
Søndag	11-okt			
Mandag	12-okt	Herreklub kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret	Herreklub kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret	Herreklub kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret
Tirsdag	13-okt	Baunehøj Bustur - tilmelding nødvendig Afgang kl. 10.00 v/parkeringspladsen (Sansehaven) Banko 1. sal kl. 13.00 for alle beboere i Liljen	Baunehøj Bustur - tilmelding nødvendig Afgang kl. 10.00 v/parkeringspladsen (Sansehaven) Banko kl. 13.00 i Stuen for alle beboere i Rosen	Baunehøj Bustur - tilmelding nødvendig Afgang kl. 10.00 v/parkeringspladsen (Sansehaven) Stolegymnastik v/Karin 1. sal kl. 10.30 - 11.00 for alle beboere i Syrenen
Onsdag	14-okt	Bevægelse & Samvær kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret	Bevægelse & Samvær kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret Film & Musik v/Ole Stuen kl. 13.00 for alle beboere i Rosen	Bevægelse & Samvær kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret Banko Stuen kl. 13.00 for alle beboere i Syrenen

Aktivitetskalender Oktober 2026		Liljen	Rosen	Syrenen
Torsdag	15-okt	Gåtur for Liljen kl. 10.30 Mødested ved elevatoren Braslianske Toner v/Rogério Cafeen kl. 13.30 - 14.15	Braslianske Toner v/Rogério Cafeen kl. 13.30 - 14.15	Hyggeklubben 2 . Sal kl. 10.30 - 11.30 for alle beboere i Syrenen Braslianske Toner v/Rogério Cafeen kl. 13.30 - 14.15
Fredag	16-okt	Fælles Gåtur kl. 13.00 Mødested: Indgangen til Rosen. Vært på turen Rosen. - for dem som har lyst.	Fælles Gåtur kl. 13.00 Mødested: Indgangen til Rosen. Vært på turen Rosen. - for dem som har lyst.	Fælles Gåtur kl. 13.00 Mødested: Indgangen til Rosen. Vært på turen Rosen. - for dem som har lyst.
Lørdag	17-okt			
Søndag	18-okt			
Mandag	19-okt	Fællessang v/Louise 1. sal kl. 11.15 - 11.45 for alle beboere i Liljen Herreklub kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret	Fællessang v/Louise Stuen kl. 11.45 - 12.15 for alle beboere i Rosen Herreklub kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret	Herreklub kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret
Tirsdag	20-okt	Baunehøj Bustur - tilmelding nødvendig Afgang kl. 10.00 v/parkeringspladsen (Sansehaven) Banko 1. sal kl. 13.00 for alle beboere i Liljen	Baunehøj Bustur - tilmelding nødvendig Afgang kl. 10.00 v/parkeringspladsen (Sansehaven) Banko kl. 13.00 i Stuen for alle beboere i Rosen	Baunehøj Bustur - tilmelding nødvendig Afgang kl. 10.00 v/parkeringspladsen (Sansehaven) Stolegymnastik v/Karin 1. sal kl. 10.30 - 11.00 for alle beboere i Syrenen
Onsdag	21-okt	Bevægelse & Samvær kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret	Bevægelse & Samvær kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret	Bevægelse & Samvær kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret Banko Stuen kl. 13.00 for alle beboere i Syrenen

Aktivitetskalender Oktober 2026		Liljen	Rosen	Syrenen
Torsdag	22-okt	Gåtur for Liljen kl. 10.30 Mødested ved elevatoren Gudstjeneste v/Lyngby kirke kl. 10.30 i Cafeen	Gudstjeneste v/Lyngby kirke kl. 10.30 i Cafeen	Hyggeklubben 2 . Sal kl. 10.30 - 11.30 for alle beboere i Syrenen Gudstjeneste v/Lyngby kirke kl. 10.30 i Cafeen
Fredag	23-okt	Fælles Gåtur kl. 13.00 Mødested: Indgangen til Syrenen. Vært på turen Syrenen. - for dem som har lyst.	Fælles Gåtur kl. 13.00 Mødested: Indgangen til Syrenen. Vært på turen Syrenen. - for dem som har lyst.	Fælles Gåtur kl. 13.00 Mødested: Indgangen til Syrenen. Vært på turen Syrenen. - for dem som har lyst.
Lørdag	24-okt			
Søndag	25-okt			
Mandag	26-okt	Herreklub kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret	Fællessang v/Louise Stuen kl. 11.45 - 12.15 for alle beboere i Rosen Herreklub kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret	Fællessang v/Louise 1. sal kl. 11.15 - 11.45 for alle beboere i Syrenen Herreklub kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret
Tirsdag	27-okt	Baunehøj Bustur - tilmelding nødvendig Afgang kl. 10.00 v/parkeringspladsen (Sansehaven) Banko 1. sal kl. 13.00 for alle beboere i Liljen	Baunehøj Bustur - tilmelding nødvendig Afgang kl. 10.00 v/parkeringspladsen (Sansehaven) Banko kl. 13.00 i Stuen for alle beboere i Rosen	Baunehøj Bustur - tilmelding nødvendig Afgang kl. 10.00 v/parkeringspladsen (Sansehaven) Stolegymnastik v/Karin 1. sal kl. 10.30 - 11.00 for alle beboere i Syrenen
Onsdag	28-okt	Bevægelse & Samvær kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret	Bevægelse & Samvær kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret	Bevægelse & Samvær kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret Banko Stuen kl. 13.00 for alle beboere i Syrenen

Aktivitetskalender Oktober 2026		Liljen	Rosen	Syrenen
Torsdag	29-okt	Gåtur for Liljen kl. 10.30 Mødested ved elevatoren Koncert med Ældrebyrden Spillested: Cafeen kl. 13.30 - 14.15	Koncert med Ældrebyrden Spillested: Cafeen kl. 13.30 - 14.15	Hyggeklubben 2 . Sal kl. 10.30 - 11.30 for alle beboere i Syrenen Koncert med Ældrebyrden Spillested: Cafeen kl. 13.30 - 14.15
Fredag	30-okt	Fælles Gåtur kl. 13.00 Mødested: Indgangen til Liljen. Vært på turen Liljen. - for dem som har lyst.	Fælles Gåtur kl. 13.00 Mødested: Indgangen til Liljen. Vært på turen Liljen. - for dem som har lyst.	Fælles Gåtur kl. 13.00 Mødested: Indgangen til Liljen. Vært på turen Liljen. - for dem som har lyst.
Lørdag	31-okt			

Velkommen til oktober måned

Sensommeren rinder ud, og efteråret melder stille sin ankomst.

Dagene bliver kortere, og bladene skifter farve.

Det inviterer til hygge, nærvær og gode stunder inden døre.

For oktober måned er der sammensat et alsidigt månedsprogram, med plads til både, dans, live koncerter, hyggesnak, banko,

busture, fælles gåture og musikalsk samvær.

Hold øje med aktivitetskalderen.



BUSTURE HEN OVER SOMMEREN

Der er blevet kørt mange kilometer hen over sommeren, og vores to fantastiske frivillige chauffører, **Bjørnar og Martin**, har igen og igen taget vores beboere med på hyggelige ture ud i det blå.

De nyder selv turene og hinandens selskab, og det kan mærkes og høres.

Tirsdag den 8. september gik turen til **Rosenhaven i Hellerup**. Her kunne beboerne nyde de smukke roser, som stadig stod i blomst, og ikke mindst den fantastiske udsigt over Øresund. Ved Københavns Cruise Terminal lå et stort cruiseskib, som selvfølgelig også skulle beundres.

Det er måske de små ting, der gør den store forskel:

En bustur, en smuk udsigt, en snak undervejs eller bare det at komme lidt væk hjemmefra sammen.

For beboerne betyder det rigtig meget at kunne komme ud, opleve og mærke, at de stadig er en del af det samfund og den verden, der er omkring dem.

En kæmpe stor tak til Martin og Bjørnar for jeres tid, jeres gode humør og ikke mindst for at give vores beboere alle disse dejlige oplevelser.

Kunne du også have lyst til at blive frivillig buschauffør?

Så vil vi meget gerne høre fra dig! Det kræver blot et almindeligt kørekort.

Kontakt **Betina Sanggaard på mobil: 20 37 15 81 eller mail besan@ltk.dk.**



NYTTIGE TELEFONNUMRE

KONTAKT TIL BAUNEHØJ

Baunehøjs hovednummer

45 28 48 00

Herfra kan du trykke dig igennem menuen og få kontakt til den ønskede afdeling

Baunehøjs hjemmeside

www.baunehoej.ltk.dk

Her kan du bl.a. finde Lysglimt, menuplaner, nyheder og mange andre nyttige informationer

CAFÉEN

på Baunehøj



Åbningstider

Mandag til fredag

Kl. 11.30-13.00

Kontakt

Tlf. 21 22 32 90

SALON VG

Karin Rasmussen

Tlf. 40 14 70 55



TANDPLEJEN

Kontakt

Tlf. 33 82 72 58

