



LYNGBY-TAARBÆK  
KOMMUNE

**JUNI 2026**

7. årgang Nr. 5

# *LYSGLIMT*

AKTIVITETSBLAD FOR  
**BAUNEHØJ PLEJEHJEM**



# INDHOLDSFORTEGNELSE

Indholdsfortegnelse.....	2
En hilsen fra Julie .....	3-4
Højtlæsning.....	5
Erindringsdans i Skatkammeret.....	6
Sankt Hans i haven .....	7
Live koncert med Danzetten.....	8
Studentervognen kommer forbi Baunehøj.....	9
Forårssang tekst af Kirsten B. Liljen.....	10
Fint besøg fra Canada.....	11-12
Nye spændende tiltag på Baunehøj.....	13-14
Aktivitetskalender.....	15-18

Redaktion: Betina Sanggaard og Marianne Frøjk Strandsbjerg.

Kontakt redaktionen på:

På mail [aktivitetsbladet@ltk.dk](mailto:aktivitetsbladet@ltk.dk) eller tlf.nr. 30312877.

Oplag: 125 eksemplarer. Trykt på Baunehøjs kopimaskine.

Du kan også finde Aktivitetsbladet på Baunehøjs hjemmeside.

Næste blad udkommer juli 2026.

Deadline d. 15. juni 2026



# HILSEN PLEJEHJEMSLEDER JULIE

De lyse dage er endelig kommet tilbage, og man mærker det overalt omkring os. Hver dag bliver vores haver mere og mere grønne.

Der er blomster der springer ud, og fuglene synger fra morgenstunden.

Det er som om både naturen og humøret vågner lidt ekstra i denne tid.

Sommeren bringer også noget særligt fællesskab med sig.

Der er meget at se frem til, blandt andet de hyggelige tirsdagsture med busen, hvor vi sammen kan komme ud og opleve sommerlandet, mærke solen og få nye indtryk og gode stunder sammen.

Der er noget særligt ved at komme ud på tur, dele oplevelser og vende hjem med små historier og smil.

Vi ser også frem til varme sommerdage i haven, hvor et glas kold hvidvin kan nydes i solen, mens snakken går, og man bare får lov til at være til stede i nuet.

De små øjeblikke kan ofte være de allerbedste.

Vi håber på at både beboere og gæster til beboerne har lyst til at benytte haver og terrasser, til alt fra gåture til kaffe, eller blot en lille stund, hvor I sammen kan kigge på alt det fine grønne.

Snart venter også sankthansfesten med hygge, fællesskab og sommerstemning.

Denne tid på året minder os om gamle traditioner og gode minder, som mange af os bærer med os gennem livet.

Selvom vi ikke planlægger et stort bål med en heks på vej til Bloksbjerg, drømmer vi alligevel om at mange, både beboere, pårørende eller andre gæster kunne have lyst til at mødes i haven mellem Syrenen og Liljen og nyde et glas og mad fra grillen. (Se mere inde i bladet.)

Måske vækker sommeren minder om jordbær med fløde, lune aftener med åbne vinduer, duften af nyslået græs eller lange lyse sommeraftener, hvor tiden føltes lidt langsommere.

Sommerminder er noget, vi både kan glæde os over at have med os — og vi kan også skabe nye sammen.

Det er det fællesskaber og gode relationer kan.

Vi håber, at alle vil huske at gå små ture i haverne og nyde alt det, der springer ud omkring os netop nu.

Naturen giver os så meget ro, glæde og liv, når vi stopper op og ser efter.

Vi ønsker jer alle en dejlig begyndelse på sommeren fyldt med lys, nærvær og gode fælles oplevelser.

De bedste hilsner

Julie

## **BAUNEHØJ - èt fællesskab**





# HØJT LÆSNING V/JAN

**Torsdag den 4. juni**

**kl. 13.15 - 14.00**

**i Skatkammeret**

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 12. juni kl. 11.00 - 11.45



Vi elsker vort land, men ved midsommer  
mest!

Vær med til at fejre Sankt Hans i haven.

Tirsdag den 23 juni

kl. 11.30 - 13.00

Kom ned i haven og smag på en  
grillpølse med kartoffelsalat  
og blev forfrisket af en  
velskænket fadøl eller en kold  
slushice.



Louise inviterer til fællessang og Julie, vores  
Plejhjemsleder, holder Sankt Hans tale.

Pårørende er meget velkomne til at deltage.  
Send blot en mail til [kristian.krigr@ltk.dk](mailto:kristian.krigr@ltk.dk)  
senest den 12. juni og oplys, hvor mange I  
kommer.

# LIVE KONCERT DANZETTEN



**Torsdag**

**25. juni kl. 13.30 - 14.15**

**i Cafeen**

Kom med på en musikalsk tidsrejse sammen med Danzetten, til sange du kender og holder af.

**De nye studenter fra H. C. Ørsted gymnasium er klar til fejring, men først skal studentervognen forbi Baunehøj.**




**Vi sidder klar med viftende flag, champagne og store smil, for at ønske de nyudklækkede studenter et stort tillykke.**

**Fredag den 26. juni kl. 12.30**

**Vi er klar i haven kl. 12.15**

**I haven mellem Syrenen og Liljen.**

***Der vil være uddeling af flag samt servering af bobler.***



# Melodi: Der bor en bager

Se Bøgetræets lysegrønne blade,  
for det gør skovturens gæster glade,  
at bare gå under skovens kroner,  
så kan man høre naturens toner.

Hør bar` hvor fuglene lystig synger,  
mens de på grenene glade gynger,  
vi nyder alle "naturens" stilhed,  
for det er bed`re end alt i "TV-ed".

Men nøen vil hellere ned til vandet,  
for de vil se noget ganske andet,  
for også voksne ka`li at soppe,  
også`r dem, der kan li at "shoppe".

Pas på naturen vi alle nyder,  
vi ved jo nemlig, hvad den betyder,  
for den er noget, vi skal beskytte,  
det gælder alle, hvis det skal nytte.

Tekst Kirsten B. Liljen

How do you doo –

Der er sikkert mange, der husker dette, som det første engelske, de fik lært.

Siden hen blev det for de fleste, til noget de kun brugte, når de rejste på ferie til udlandet.

Men for Ellen og Alfred blev det anderledes. Det blev til sproget i den hverdag, hvor de i mange år arbejdede i Indien, Afrika og andre steder i den store verden.

Fredag den 15. maj fik de så lejlighed til igen at boltre sig i det engelske sprog.

For denne dag havde Cykling Uden Alder besøg af 35 elever fra Western University i Canada.

For ottende gang var det Baunehøj Plejehjem, der stod for at introducere rickshaw - cyklerne for de unge studerende.

Med start fra Baunehøj kl. 12:00 gik turen til Klampenborg, hvor de mødtes med de studerende, som selv havde lejet cykler, og så gik turen ind i Dyrehaven.

Først til Eremitageslottet hvor de i bygningen bag slottet besøgte Ebbe Eisner og hans maleriudstilling. Her fik eleverne også historien om Cykling Uden Alder, som jo er et gratis tilbud til pårørende og frivillige, og som giver beboerne rigtig megen glæde.

Herefter gik turen til Raadvad og videre til porten ved Hjortekær, hvor de sagde farvel til canadierne og kørte tilbage til Baunehøj.

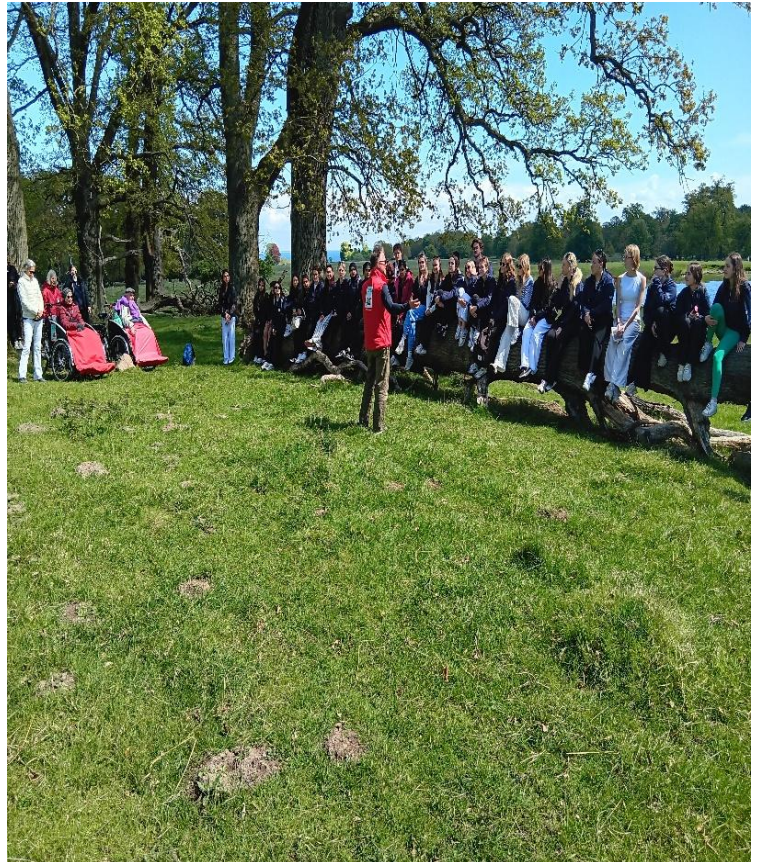
En dag med solskin og meget anderledes end normalt, som Ellen og Alfred var rigtig glade for.

Tak til vores frivillige piloter Erik og Kirsten som igen i år var vores repræsentanter for Baunehøj Plejehjem.



Kunne du tænke dig at blive frivillig pilot, så kontakt Betina Sanggaard og få en snak.

Send en mail [besan@ltk.dk](mailto:besan@ltk.dk) eller ring på mobil 2037 1581.



# NYE SPÆNDENDE TILTAG

## Seniorfitness i Skattekammeret.

Vores nyeste tiltag er muligheden for at træne med vægte i Skattekammeret.

I Skattekammeret er der opsat håndvægte til både selvtræning og til brug ved Leg og Bevægelse om onsdagen.

Der er ligeledes opsat en motionscykel der kan benyttes til opvarmning eller styrketræning. Motionscyklen har mulighed for at indstille belastning, via smart håndtag. Alle beboere har mulighed for at lukke sig ind i Skattekammeret, via deres nøgle. Ellers spørg medarbejderne på afdelingen om de vil lukke op.



## Ny inspiration til den grønne omstilling – tøjbytte butikken i Skattekammeret.

På Baunehøj går vi op i bæredygtighed. Vi har blandt andet et fokus på reduktion af plastforbrug og affaldssortering.

Et nyt tiltag er vores genbrugsbutik i Skattekisten. Her er opstillet et tøjstativ, hvor personale og beboere kan hænge tøj, de ikke længere bruger, og som andre kan få gavn af.

Tøjbutikken i Skattekisten modtager gerne tøjdonationer, med henblik på gratis shopping for vores beboere, hvis de mangler eller bare har lyst til at hyggeshoppe uden at skulle på langfart til Lyngby Hovedgade.



## På tur med Banehøj bussen:

Hver tirsdag er der afgang fra parkeringspladsen med Banehøj bussen. En tur 'Ud i det blå' er den perfekte mulighed for at læne sig tilbage, slappe af og lade oplevelserne rulle forbi.

Disse ture har i den grad været med til at styrke vores fællesskab og relationer blandt beboerne på tværs af afdelingerne og hos personalet.

Det er skønt at møde nye mennesker og at dele oplevelser.



Aktivitetskalender Juni 2026		Liljen	Rosen	Syrenen
Mandag	01-jun	<b>Herreklub</b> kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret	<b>Fællessang v/Louise</b> Stuen kl. 12.40 - 13.15 for alle beboere i Rosen  <b>Herreklub</b> kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret	<b>Fællessang v/Louise</b> 1. sal kl. 11.15 - 11.45 for alle beboere i Syrenen  <b>Herreklub</b> kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret
Tirsdag	02-jun	<b>Baunehøj Bustur</b> - tilmelding nødvendig Afgang kl. 10.00 v/parkeringspladsen (Sansehaven)  <b>Banko</b> 1. sal kl. 13.00 for alle beboere i Liljen	<b>Baunehøj Bustur</b> - tilmelding nødvendig Afgang kl. 10.00 v/parkeringspladsen (Sansehaven)  <b>Banko</b> kl. 13.00 i Stuen for alle beboere i Rosen	<b>Baunehøj Bustur</b> - tilmelding nødvendig Afgang kl. 10.00 v/parkeringspladsen (Sansehaven)
Onsdag	03-jun	<b>Leg &amp; Bevægelse</b> kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret	<b>Leg &amp; Bevægelse</b> kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret	<b>Leg &amp; Bevægelse</b> kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret  <b>Banko</b> Stuen kl. 13.00 for alle beboere i Syrenen
Torsdag	04-jun	<b>Gåtur for Liljen</b> kl. 10.30 Mødested ved elevatoren  <b>Højtlesning v/Jan</b> i Skatkammeret kl. 13.15 - 14.00	<b>Højtlesning v/Jan</b> i Skatkammeret kl. 13.15 - 14.00	<b>Strikkeklubben</b> - mødes til snak, hygge og kreativitet 2. Sal kl. 10.30 - 11.30 for alle beboere  <b>Højtlesning v/Jan</b> i Skatkammeret kl. 13.15 - 14.00
Fredag	05-jun	<b>Grundlovsdag</b>	<b>Grundlovsdag</b>	<b>Grundlovsdag</b>
Lørdag	06-jun			
Søndag	07-jun			
Mandag	08-jun	<b>Fællessang v/Louise</b> 1. sal kl. 11.15 - 11.45 for alle beboere i Liljen  <b>Herreklub</b> kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret	<b>Fællessang v/Louise</b> Stuen kl. 12.40 - 13.15 for alle beboere i Rosen  <b>Herreklub</b> kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret	<b>Herreklub</b> kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret

Aktivitetskalender Juni 2026		Liljen	Rosen	Syrenen
Tirsdag	09-jun	<p><b>Baunehøj Bustur</b> - tilmelding nødvendig Afgang kl. 10.00 v/parkeringspladsen (Sansehaven)</p> <p><b>Banko</b> 1. sal kl. 13.00 for alle beboere i Liljen</p>	<p><b>Baunehøj Bustur</b> - tilmelding nødvendig Afgang kl. 10.00 v/parkeringspladsen (Sansehaven)</p> <p><b>Gudstjeneste v/Lyngby Kirke</b> kl. 10.45 - 11.15 2. sal for alle beboere i Rosen</p> <p><b>Banko</b> kl. 13.00 i Stuen for alle beboere i Rosen</p>	<p><b>Baunehøj Bustur</b> - tilmelding nødvendig Afgang kl. 10.00 v/parkeringspladsen (Sansehaven)</p>
Onsdag	10-jun	<p><b>Leg &amp; Bevægelse</b> kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret</p>	<p><b>Leg &amp; Bevægelse</b> kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret</p>	<p><b>Leg &amp; Bevægelse</b> kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret</p> <p><b>Banko</b> Stuen kl. 13.00 for alle beboere i Syrenen</p>
Torsdag	11-jun	<p><b>Gåtur for Liljen</b> kl. 10.30 Mødested ved elevatoren</p>		<p><b>Strikkeklubben</b> - mødes til snak, hygge og kreativitet 2. Sal kl. 10.30 - 11.30 for alle beboere</p>
Fredag	12-jun	<p><b>Erindringsdans</b> i Skatkammeret kl. 10.45 - 11.30</p> <p><b>Fælles Gåtur</b> kl. 13.00 Mødested: Indgangen til Rosen. Vært på turen Rosen. - for dem som har lyst.</p>	<p><b>Erindringsdans</b> i Skatkammeret kl. 10.45 - 11.30</p> <p><b>Fælles Gåtur</b> kl. 13.00 Mødested: Indgangen til Rosen. Vært på turen Rosen. - for dem som har lyst.</p>	<p><b>Erindringsdans</b> i Skatkammeret kl. 10.45 - 11.30</p> <p><b>Fælles Gåtur</b> kl. 13.00 Mødested: Indgangen til Rosen. Vært på turen Rosen. - for dem som har lyst.</p>
Lørdag	13-jun			
Søndag	14-jun			
Mandag	15-jun	<p><b>Herreklub</b> kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret</p>	<p><b>Fællessang v/Louise</b> Stuen kl. 12.40 - 13.15 for alle beboere i Rosen</p> <p><b>Herreklub</b> kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret</p>	<p><b>Fællessang v/Louise</b> 1. sal kl. 11.15 - 11.45 for alle beboere i Syrenen</p> <p><b>Herreklub</b> kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret</p>

Aktivitetskalender Juni 2026		Liljen	Rosen	Syrenen
Tirsdag	16-jun	<p><b>Baunehøj Bustur</b> - tilmelding nødvendig Afgang kl. 10.00 v/parkeringspladsen (Sansehaven)</p> <p><b>Banko</b> 1. sal kl. 13.00 for alle beboere i Liljen</p>	<p><b>Baunehøj Bustur</b> - tilmelding nødvendig Afgang kl. 10.00 v/parkeringspladsen (Sansehaven)</p> <p><b>Banko</b> kl. 13.00 i Stuen for alle beboere i Rosen</p>	<p><b>Baunehøj Bustur</b> - tilmelding nødvendig Afgang kl. 10.00 v/parkeringspladsen (Sansehaven)</p>
Onsdag	17-jun	<p><b>Leg &amp; Bevægelse</b> kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret</p>	<p><b>Leg &amp; Bevægelse</b> kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret</p>	<p><b>Leg &amp; Bevægelse</b> kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret</p> <p><b>Banko</b> Stuen kl. 13.00 for alle beboere i Syrenen</p>
Torsdag	18-jun	<p><b>Gåtur for Liljen</b> kl. 10.30 Mødested ved elevatoren</p> <p><b>Gudstjeneste v/Lyngby Kirke</b> kl. 10.30 - 11.15 i cafeen</p>	<p><b>Gudstjeneste v/Lyngby Kirke</b> kl. 10.30 - 11.15 i cafeen</p>	<p><b>Strikkeklub</b> - Vi mødes til snak, hygge og kreativitet 2 . Sal kl. 10.30 - 11.30 for alle beboere</p> <p><b>Gudstjeneste v/Lyngby Kirke</b> kl. 10.30 - 11.15 i cafeen</p>
Fredag	19-jun	<p><b>Fælles Gåtur</b> kl. 13.00 Mødested: Indgangen til Syrenen. Vært på turen Syrenen. - for dem som har lyst.</p>	<p><b>Fælles Gåtur</b> kl. 13.00 Mødested: Indgangen til Syrenen. Vært på turen Syrenen. - for dem som har lyst.</p>	<p><b>Fælles Gåtur</b> kl. 13.00 Mødested: Indgangen til Syrenen. Vært på turen Syrenen. - for dem som har lyst.</p>
Lørdag	20-jun			
Søndag	21-jun			
Mandag	22-jun	<p><b>Herreklub</b> kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret</p>	<p><b>Herreklub</b> kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret</p>	<p><b>Herreklub</b> kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret</p>
Tirsdag	23-jun	<p><b>Sankt Hans i haven</b> Hold øje med opslag</p>	<p><b>Sankt Hans i haven</b> Hold øje med opslag</p>	<p><b>Sankt Hans i haven</b> Hold øje med opslag</p>

Aktivitetskalender Juni 2026		Liljen	Rosen	Syrenen
Onsdag	24-jun	<b>Leg &amp; Bevægelse</b> kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret	<b>Leg &amp; Bevægelse</b> kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret  <b>Film &amp; Hygge v/Ole</b> Stuen kl. 13.00 for alle beboere i Rosen	<b>Leg &amp; Bevægelse</b> kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret  <b>Banko</b> Stuen kl. 13.00 for alle beboere i Syrenen
Torsdag	25-jun	<b>Gåtur for Liljen</b> kl. 10.30 Mødested ved elevatoren  <b>Koncert med Danzetten</b> Cafeen kl. 13.30 - 14.15	<b>Koncert med Danzetten</b> Cafeen kl. 13.30 - 14.15	<b>Strikkeklubben</b> - mødes til snak, hygge og kreativitet 2 . Sal kl. 10.30 - 11.30 for alle beboere  <b>Koncert med Danzetten</b> Cafeen kl. 13.30 - 14.15
Fredag	26-jun	<b>Studentervognen kommer forbi Baunehøj</b> - kom og ønske de unge mennesker tillykke. Hold øje med opslag  <b>Fælles Gåtur kl. 13.00</b> Mødested: Indgangen til Liljen. Vært på turen Liljen. - for dem som har lyst.	<b>Studentervognen kommer forbi Baunehøj</b> - kom og ønske de unge mennesker tillykke. Hold øje med opslag  <b>Fælles Gåtur kl. 13.00</b> Mødested: Indgangen til Liljen. Vært på turen Liljen. - for dem som har lyst.	<b>Studentervognen kommer forbi Baunehøj</b> - kom og ønske de unge mennesker tillykke. Hold øje med opslag  <b>Fælles Gåtur kl. 13.00</b> Mødested: Indgangen til Liljen. Vært på turen Liljen. - for dem som har lyst.
Lørdag	27-jun			
Søndag	28-jun			
Mandag	29-jun	<b>Herreklub</b> kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret	<b>Fællessang v/Louise</b> Stuen kl. 12.40 - 13.15 for alle beboere i Rosen  <b>Herreklub</b> kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret	<b>Fællessang v/Louise</b> 1. sal kl. 11.15 - 11.45 for alle beboere i Syrenen  <b>Herreklub</b> kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret
Tirsdag	30-jun	<b>Baunehøj Bustur</b> - tilmelding nødvendig Afgang kl. 10.00 v/parkeringspladsen (Sansehaven)  <b>Banko</b> 1. sal kl. 13.00 for alle beboere i Liljen	<b>Baunehøj Bustur</b> - tilmelding nødvendig Afgang kl. 10.00 v/parkeringspladsen (Sansehaven)  <b>Banko</b> kl. 13.00 i Stuen for alle beboere i Rosen	<b>Baunehøj Bustur</b> - tilmelding nødvendig Afgang kl. 10.00 v/parkeringspladsen (Sansehaven)