



Februar 2026

6. årgang Nr. 1

LYSGLIMT

AKTIVITETSBLAD FOR
BAUNEHØJ PLEJEHJEM

INDHOLDSFORTEGNELSE

Indholdsfortegnelse.....	2
Sæt X i kalenderen.....	3
Fastelavnsfest i Cafeen.....	4
Koncert med Sunset Ridge.....	5
Kom til Erindringsdans.....	6
Ny frisør på Baunehøj	7
Tak til de frivillige.....	8-11
Aktivitetskalender.....	12-15
Krydsord.....	16

Redaktion: Betina Sanggaard og Marianne Frøjk Strandsbjerg.

Kontakt redaktionen på:

På mail 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 marts 2026.

Deadline d. 15. februar 2026



SÆT X I KALENDEREN



Hold øje med opslag

- Erindringsdans i skatkammeret
 - Besøgshunde
 - Tøjsalg
 - Skosalg

Gudstjeneste v/Lyngby kirke

Torsdag den 19. marts
kl. 10.30 i cafeen

Påskefrokost

Onsdag den 25. marts
kl. 12.00 i afdelingen.

Teatret Kriskat

■ Genklang
hedder forestillingen

Torsdag den 26. marts
kl. 14.00 - 14.45
i cafeen

FastelAvn

er mit navn



Kære beboere

Kom med til fastelavnsfest

Mandag den 16. februar kl. 10.30 – 11.15

Vi mødes i cafeen og slår katten af tønden sammen med 4a fra Trongårdsskolen.



LIVE CONCERT

Sunset Ridge består af 4 musiker, som spiller akustisk musik på strenge instrumenter, guitar, banjo, mandolin og kontrabas.

Musikken er baseret på en gren af amerikansk folk/countrymusik, som hedder bluegrass.



Torsdag den 26. februar
kl. 13.30 - 14.15 i cafeen

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 27. februar kl. 10.45 - 11.15





Ny frisør på Baunehøj

SALON V G

Karin Rasmussen er ny frisør på Baunehøj.

ÅBNINGSTID
Torsdage

eller ring og lav en aftale med Karin

Ring for tidsbestilling



40 14 70 55



TAK TIL DE FRIVILLIGE

Vi kan ikke undvære de frivillige på Baunehøj og de stjernestunder, som de hver især er med til at skabe for beboerne året rundt.

Cykelpiloter

Vi har et stærkt team af frivillige cykelpiloter her på Baunehøj.

Cykelpiloterne kører beboerne på cykelture i vores skønne nærområde året rundt.

Det er en populær aktivitet, at komme ud og se naturen skifte kulør og få lidt frisk luft. Cykelturene tilbydes, når vejr og vind tillader det.

Banko er en populær klassiker

Stort tak til den aktive frivillige, Helle, som hver onsdag kommer og spiller Banko med beboerne på Baunehøj.

Det gør noget godt for beboerne, at sidde i fællesskab omkring et bord og spille banko samt skue til hinandens plader.

I 11 år har Helle været bankomaster på Baunehøj. Når Helle sætter sig for bordenden og uddeler plader, så er der garanti for ro og orden på den god måde.

Posen rystes grundigt, inden Helle begynder at trække tal fra posen.

Besøgsven

Lotte er frivillig og besøgsven på Baunehøj.

Lotte har sine faste aftaler som besøgsven. De ældre nyder hendes nærvær og samvær, da disse stunder er med til at skabe glæde og afveksling i hverdagen.



Højtlæsning med Jan Isaksen



Højtlæsning for ældre er med til at styrke samværet.

At sidde sammen omkring et bord og bare lytte til en spændende historie skaber glæde, minder og fællesskab, især for beboere med demens, hvor ord kan vække følelser og erindringer.

Jan kommer engang hver måned og læser højt i Skatkammeret for dem som har lyst.

Hold øje med aktivitetskalenderen.



Filmhygge med Ole



Ole har i rigtig mange år haft sin gang her på Baunehøj.

Ole filmer og redigerer selv sine optagelser, som vises en gang hver måned på Baunehøj.

Der vises bl.a. film fra Tivoli, Dyrehaven, Zoologisk Have og andre stemningsfulde steder.

Filmen akkompagneres af musik med Andre Rieu og vises på et lærred, som har fået sin egen plads.

Her ses Ole i aktion som vores fotograf under Royal Run i maj 2023.

Fællessang i haven og parkeringspladsen

Om sommeren møder Henrik op og synger fællessang sammen med vores musikterapeut.

Det er dejligt og festligt at se, at de beboere der ikke har mulighed for at deltage i haven, sidder på første række på altanerne og nyder de fine sangtoner og den glade musik.

Hjælp til arrangementer

Tak til alle de frivillige, som kommer og giver en hjælpende hånd til vores større arrangementer.

Uden jeres hjælp kunne det ikke gennemføres i så vidt omfang.



Besøgshunde på Baunehøj – en kærlig tilstedeværelse

Vores tre nye frivillige tøsers Pippi, Lilly og Ravne kommer engang hver måned og spreder glæde og Vuffeli-vov.

De kommer rundt i hele huset med deres varme og kærlighed, som skaber positive oplevelser og mental velbefindende hos de ældre.

Det ses tydeligt, at de firbenede tøsers beriger og skaber minder hos de ældre.

Hold øje med opslag for deres næste besøg.



Aktivitetskalender Februar 2026		Liljen	Rosen	Syrenen
Søndag	01-feb			
Mandag	02-feb	Fællessang v/Louise 1. sal kl. 11.15 - 11.45 for alle beboer i Liljen Herreklub kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret	Fællessang v/Louise 1. sal kl. 12.40 - 13.15 for alle beboer i Rosen Herreklub kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret	Herreklub kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret
Tirsdag	03-feb	Banko 1. sal kl. 13.00 for alle beboer i Liljen	Gudstjeneste v/Lyngby kirke kl. 10.45 - 11.15 2. sal for alle beboer i Rosen Banko kl. 13.00 i stuen for alle beboer i Rosen	Stolegymnastik v/Karin 1. sal kl. 10.30 - 11.15 for alle beboer i Syrenen
Onsdag	04-feb	Leg & Bevægelse kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret	Leg & Bevægelse kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret	Leg & Bevægelse kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret Banko Stuen kl. 13.00 for alle beboer i Syrenen
Torsdag	05-feb	Gåtur for Liljen kl. 10.30 Mødested ved elevatoren		
Fredag	06-feb	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	07-feb			
Søndag	08-feb			
Mandag	09-feb	Herreklub kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret	Fællessang v/Louise 1. sal kl. 12.40 - 13.15 for alle beboer i Rosen Herreklub kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret	Fællessang v/Louise 1. sal kl. 11.15 - 11.45 for alle beboer i Syrenen Herreklub kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret

Aktivitetskalender Februar 2026		Liljen	Rosen	Syrenen
Tirsdag	10-feb	Banko 1. sal kl. 13.00 for alle beboer i Liljen	Banko kl. 13.00 i stuen for alle beboer i Rosen	Stole Gymnastik v/Karin 1. sal kl. 10.30 - 11.15 for alle beboer i Syrenen
Onsdag	11-feb	Leg & Bevægelse kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret	Leg & Bevægelse kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret	Leg & Bevægelse kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret Banko Stuen kl. 13.00 for alle beboer i Syrenen
Torsdag	12-feb	Gåtur for Liljen kl. 10.30 Mødested ved elevatoren		
Fredag	13-feb	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	14-feb			
Søndag	15-feb			
Mandag	16-feb	Fastelavnsfest Tøndeslag 4A fra Trongårdsskolen kl. 10.30 i cafeen Fællessang v/Louise 1. sal kl. 11.15 - 11.45 for alle beboer i Liljen Herreklub kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret	Fastelavnsfest Tøndeslag 4A fra Trongårdsskolen kl. 10.30 i cafeen Fællessang v/Louise 1. sal kl. 12.40 - 13.15 for alle beboer i Rosen Herreklub kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret	Fastelavnsfest Tøndeslag 4A fra Trongårdsskolen kl. 10.30 i cafeen Herreklub kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret
Tirsdag	17-feb	Banko 1. sal kl. 13.00 for alle beboer i Liljen	Banko kl. 13.00 i stuen for alle beboer i Rosen	Stolegymnastik v/Karin 1. sal kl. 10.30 - 11.15 for alle beboer i Syrenen

Aktivitetskalender Februar 2026		Liljen	Rosen	Syrenen
Onsdag	18-feb	Leg & Bevægelse kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret	Leg & Bevægelse kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret	Leg & Bevægelse kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret Banko Stuen kl. 13.00 for alle beboer i Syrenen
Torsdag	19-feb	Gåtur for Liljen kl. 10.30 Mødested ved elevatoren Gudstjeneste v/Lyngby kirke kl. 10.30 - 11.15 i cafeen	Gudstjeneste v/Lyngby kirke kl. 10.30 - 11.15 i cafeen	Gudstjeneste v/Lyngby kirke kl. 10.30 - 11.15 i cafeen
Fredag	20-feb	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	21-feb			
Søndag	22-feb			
Mandag	23-feb	Herreklub kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret	Fællessang v/Louise 1. sal kl. 12.40 - 13.15 for alle beboer i Rosen Herreklub kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret	Fællessang v/Louise 1. sal kl. 11.15 - 11.45 for alle beboer i Syrenen Herreklub kl. 13.30 - 14.15 i Skatkammeret
Tirsdag	24-feb	Banko 1. sal kl. 13.00 for alle beboer i Liljen	Banko kl. 13.00 i stuen for alle beboer i Rosen	Stolegmnastik v/Karin 1. sal kl. 10.30 - 11.15 for alle beboer i Syrenen
Onsdag	25-feb	Leg & Bevægelse kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret Højtlesning v/Jan kl. 13.15 - 13.45 i Skatkammeret	Leg & Bevægelse kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret Højtlesning v/Jan kl. 13.15 - 13.45 i Skatkammeret	Leg & Bevægelse kl. 10.30 - 11.30 i Skatkammeret Banko Stuen kl. 13.00 for alle beboer i Syrenen Højtlesning v/Jan kl. 13.15 - 13.45 i Skatkammeret

Aktivitetskalender Februar 2026		Liljen	Rosen	Syrenen
Torsdag	26-feb	Koncert Sunset Ridge - Country musik kl. 13.30 i cafeen	Koncert Sunset Ridge - Country musik kl. 13.30 i cafeen	Koncert Sunset Ridge - Country musik kl. 13.30 i cafeen
Fredag	27-feb	Erindringsdans i Skatkammeret kl. 10.45 - 11.15 Fælles Gåtur kl. 13.00 Mødested: Indgangen til Rosen. Vært på turen Rosen. - for dem som har lyst.	Erindringsdans i Skatkammeret kl. 10.45 - 11.15 Fælles Gåtur kl. 13.00 Mødested: Indgangen til Rosen. Vært på turen Rosen. - for dem som har lyst.	Erindringsdans i Skatkammeret kl. 10.45 - 11.15 Fælles Gåtur kl. 13.00 Mødested: Indgangen til Rosen. Vært på turen Rosen. - for dem som har lyst.
Lørdag	28-feb			

	A		G		I		A		K		A	
U	N	D	E	R	H	O	L	D	E	N	D	E
	S	I	R	B	U	S	K		L	Æ	S	T
D	I	V	A		K	T	O	N	I	S	K	
	G	E	N	B	O		V	O	M		I	R
A	T	R	I	U	M	M	E	R		B	L	Å
	S	T	U	M	M	E		D	V	A	L	E
K	L	E	M	M	E	L	U	S		S	I	R
	Ø	R		E		B	R	Ø	S	I	G	
U	F	E	J	L	B	A	R	E		L	E	O
	T		R	U	R		E	N	T	I		M
E	N	S		M	A	L	M		O	K	S	E
	I	T	E	M		E	M	A	N	U	E	L
S	N	O		E	N	D	E		E	M	N	E
	G	R	O	R		A	N	E	R		E	T

KRYDSORD

FOR- SKØN- NELSE SJOV		STORKE- NÆB FOR- LYSTE		HUSKE NY- HEDS- KILDE		SOVE- STED PÅLÆG		TÆPPE KEND.- BOGST. (Danmark)		MANGE ODDE		FILM
↘												
HAVE- PRYD PRIMA- DONNA								STUDE- RET FAR- VAND				
↘				UNDER- JORDISK GYSSER								DYR
VEJ- FÆLLE FOR- HALLER						MAYE SANGER- INDE-				PATINA KRYDDE- RI		
↘									FARVE			
TAVSE FINGER- SKADE							SØVN SIKRER TIDS- VISEREN					
↘									PRYD			
BIMS LYDE- FRIE			JUNIOR		BARSK GOD I SVERIGE							RET
↘									FOR- NAVN KLANGE			
UDEN FOR- SKEL		KREBS VEL- VOKSEN				TALORD MYT. FIGUR					LANG SOMME- LIGE	
↘			BJERG- ART MI					DYR KEND.- BOGST. (Østrik)				
LIGE- LEDES VIKLE					FOR- NAVN							
↘			SLUTTE					TEMA				
VOKSER					FOR- FÆDRE					KLOKKE- SLÆT		

Løsningen står på side 15