



LYNGBY-TAARBÆK
KOMMUNE

MAJ 2026

7. årgang Nr. 4

LYSGLIMT

AKTIVITETSBLAD FOR
SOLGÅRDEN PLEJEHJEM



INDHOLDSFORTEGNELSE

Indholdsfortegnelse.....	2
Information.....	3
Forårskoncert.....	4
Teater Kriskat.....	5
Din rullende kiosk.....	6
Foredrag om Grønland.....	8
Erindringsdans.....	9
Gudstjeneste.....	10
Banko.....	11
Solgårdens Musikalske Venner.....	12
Stolegymnastik.....	13
Aktivitetskalender	14

Redaktion: Betina Sanggaard og Marianne Frøjk Strandsbjerg.

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

Oplag: 125 eksemplarer. Trykt på Solgårdens kopimaskine.

Du kan også finde Aktivitetsbladet på plejecentrets hjemmeside.

Næste blad udkommer juni 2026.

Deadline d. 15. maj 2026



INFORMATION

GLÆD DIG TIL I MAJ:

Mandag d. 4. maj: Forårskoncert

Onsdag d. 6. maj: Din rullende kiosk

Onsdag d. 6. maj: Teater Kriskat

Tirsdag d. 12. maj: Foredrag om Grønland

Onsdag d. 13. maj: Din rullende kiosk

Onsdag d. 13. maj: Erindringsdans

Onsdag d. 20. maj: Din rullende kiosk

Onsdag d. 20. maj: Gudstjeneste

Onsdag d. 27. maj: Din rullende kiosk

Torsdag d. 29. maj: Banko

Søndag d. 31. maj: Solgårdens Musikalske Venner

GLÆD DIG TIL I JUNI:

Onsdag d. 3., 10., 17. og 24. juni: Din rullende kiosk

Onsdag d. 3. juni: Afdansningsbal

Onsdag d. 10. juni: Mini-OL

Torsdag d. 11. juni: Tøjsalg

Onsdag d. 17. juni: Gudstjeneste

Torsdag d. 18. juni: Danzetten

Søndag d. 28. juni: Solgårdens Musikalske Venner



Musikterapeuternes forårskoncert 2026



*Mandag d.4.maj kl. 10.45 er der forårskoncert
med musikterapeuterne i Lyngby - Taarbæk kommune
i Cafeen på Solgården*

Vi glæder os til at spille for jer MVH Ulla, Ana Maria og Louise

Teater

KRISKAT

MED FORESTILLINGEN

GENKLANG

ONSDAG D. 6. MAJ

13.45-14.30 I CAFÉEN

PÅ SOLGÅRDEN PLEJEHJEM



Med støtte fra Lyngby-Taarbæk Kommunes Kulturfond kan du opleve forestillingen Genklang med teatret Kriskat. Genklang er forestillingen om en mand som flytter på plejehjem.

Her får du mulighed for at opleve en mands tilgang til en ny situation i livet.

Geo Hansen, som manden hedder, har arbejdet hele sit liv i et cirkus. Det gør bl.a. at han er god til at underholde.

Forestillingen er en rørende, morsom og nærværende teateroplevelse.



LYNGBY-TAARBÆK
KOMMUNE

Vi starter onsdag den 6 maj kl. 10.

Kom og vær med til den festlige start.

Borgmester Sofia Osmani kommer og klipper snoren til indvielse af Din Rullende kiosk.

Vi sælger Chokolade, bolcher, vine, øl og sodavand, GI dansk og meget mere.

Vi kommer på alle afdelinger hver onsdag og starter kl 10.

Glæd dig det gør vi. Varme hilsner Tommy og kompagni



Din rullende kiosk

ONSDAG D. 6. MAJ

KL. 10.00 ÅBNINGSCEROMONI I F.ST, HVOR VI SKÅLER I BOBLER OG SNOREN BLIVER KLIPPET AF SOFIA OSMANI

HEREFTER FORTSÆTTER KIOSKEN RUNDT PÅ ALLE AFDELINGERNE I FØLGENDE RÆKKEFØLGE:

F-HUSET, E-HUSET, D-HUSET OG B-HUSET

Det bliver noteret ned, hvor meget du handler for og betaling for varerne sker automatisk i forbindelse med Solgårdens opkrævning for servicepakken.

Kiosken kommer
rundt på alle
afdelingerne
hver onsdag

B l i v k l o g e r e p å G r ø n l a n d

Kom til foredrag

Tirsdag den 12. maj kl. 14.00 - 15.00 i Cafeen

Underholdende og energifyldt foredrag med
Dorte A.Christiansen.

Dorte arbejdede som personlig assistent for
Landshøvdingen over Grønland i 4 år, og rejste
dermed rundt i Grønland fra syd til øst og
vest.

Har siden været rejseleder hvert år i Grønland.



ERINDRINGSDANS

ONSDAG D. 13. MAJ

KL. 13.30–14.30 | CAFÉEN



Kom og vær med til en hyggelig time i caféen med kendt musik i højtaleren og mulighed for at blive budt op til dans

VIRUM KIRKE
INVITERER TIL

PINSEGUDSTJENESTE

I CAFÉEN PÅ SOLGÅRDEN

ONSDAG D. 20. MAJ KL. 13.30

INGE NELSON FRA VIRUM KIRKE
AFHOLDER GUDSTJENESTE MED
SALMER, PRÆDIKEN OG NADVER.

VI FÅR EN HYGGELIG
SNAK OVER EN KOP KAFFE
OG KAGE BAGEFTER





KOM OG PRØV LYKKEN TIL

Banko

TORSDAG

D. 28. MAJ

KL. 13.30-14.45

I CAFÉEN

**Gevinsterne består af blomster og chokolade.
Der er to plader til hver beboer, som man er
meget velkomne til at dele med pårørende.**

Det er gratis at deltage

Musikalske venner Solgårdens



**Søndag
31. maj
kl. 14.30 i
Caféen**

Kom og oplev Mads Westfall

Succesen er garanteret, og de gode sange står i kø, når Mads Westfall går på scenen. Han er uforlignelig til at vejlede stemningen og finde netop de numre frem, som passer til det aktuelle publikum. Med sin flotte sangstemme, sin guitar og sit humoristiske og nærværende væsen giver han garanti for fællessang, gode grin og forrygende stemning.

Hvor: Plejehjemmet Solgården, Virumvej 125, 2830 Virum
Tid: 31. maj kl. 14.30-16.00 incl. Pause
Entré: GRATIS – men donationer modtages med glæde.
Tilmelding: Ingen – bare kom og nyd musik og samvær

STOLEGYMNASTIK

KOM OG VÆR MED TIL STOLEGYMNASTIK I
CAFÉEN MED MARIANNE HAGEMANN

HVER TORSDAG FORMIDDAG
KL. 10.30-11.15



KOM I GOD TID, SÅ ALLE
FÅR MEST MULIG UD AF
UNDERVISNINGEN

AKTIVITETSKALENDER MAJ 2026

Solgården		B-huset	F-huset	D-huset	E-huset
Fredag	01-maj				
Lørdag	02-maj				
Søndag	03-maj				
Mandag	04-maj	Forårskoncert med musikterapeuterne Kl. 10.45-11.30 i caféen	Forårskoncert med musikterapeuterne Kl. 10.45-11.30 i caféen	Forårskoncert med musikterapeuterne Kl. 10.45-11.30 i caféen	Forårskoncert med musikterapeuterne Kl. 10.45-11.30 i caféen
Tirsdag	05-maj	Befrielsesdagen	Befrielsesdagen	Befrielsesdagen	Befrielsesdagen
Onsdag	06-maj	Din rullende kiosk Se opslag Teater Kriskat Kl. 13.45-14.30 i caféen	Din rullende kiosk åbningsceromoni Kl. 10.00 F.st. Teater Kriskat Kl. 13.45-14.30 i caféen Solstrålerne Kl. 15.15-17.15 F.1. og F.2.	Din rullende kiosk Se opslag Teater Kriskat Kl. 13.45-14.30 i caféen	Din rullende kiosk Se opslag Teater Kriskat Kl. 13.45-14.30 i caféen
Torsdag	07-maj	Stolegymnastik Kl. 10.30-11.15 i caféen	Stolegymnastik Kl. 10.30-11.15 i caféen	Stolegymnastik Kl. 10.30-11.15 i caféen	Stolegymnastik Kl. 10.30-11.15 i caféen
Fredag	08-maj				
Lørdag	09-maj				
Søndag	10-maj				
Mandag	11-maj	Fællessang v/Ana Maria Kl. 11.00-11.30 B.1. Solskinskoret v/musikterapeuterne Ulla og Ana Maria Kl. 13.30-14.15 i caféen	Solskinskoret v/musikterapeuterne Ulla og Ana Maria Kl. 13.30-14.15 i caféen	Solskinskoret v/musikterapeuterne Ulla og Ana Maria Kl. 13.30-14.15 i caféen	Solskinskoret v/musikterapeuterne Ulla og Ana Maria Kl. 13.30-14.15 i caféen
Tirsdag	12-maj	Foredrag om Grønland Kl. 14.00-15.00 i caféen	Foredrag om Grønland Kl. 14.00-15.00 i caféen	Foredrag om Grønland Kl. 14.00-15.00 i caféen	Foredrag om Grønland Kl. 14.00-15.00 i caféen
Onsdag	13-maj	Din rullende kiosk Se opslag Erindringsdans Kl. 13.30-14.30 i caféen	Din rullende kiosk Se opslag Erindringsdans Kl. 13.30-14.30 i caféen Solstrålerne kommer ikke denne onsdag	Din rullende kiosk Se opslag Musikalsk samvær v/Ulla Kl. 10.30-11.00 D.st. Erindringsdans Kl. 13.30-14.30 i caféen	Din rullende kiosk Se opslag Erindringsdans Kl. 13.30-14.30 i caféen
Torsdag	14-maj	Kr. himmelfartsdag	Kr. himmelfartsdag	Kr. himmelfartsdag	Kr. himmelfartsdag
Fredag	15-maj				
Lørdag	16-maj				
Søndag	17-maj				

AKTIVITETSKALENDER MAJ 2026

Solgården		B-huset	F-huset	D-huset	E-huset
Mandag	18-maj	Solskinskoret v/musikterapeuterne Ulla og Ana Maria Kl. 13.30-14.15 i caféen	Solskinskoret v/musikterapeuterne Ulla og Ana Maria Kl. 13.30-14.15 i caféen	Solskinskoret v/musikterapeuterne Ulla og Ana Maria Kl. 13.30-14.15 i caféen	Fællessang v/Ana Maria Kl. 11.00-11.30 E.1. Solskinskoret v/musikterapeuterne Ulla og Ana Maria Kl. 13.30-14.15 i caféen
Tirsdag	19-maj				
Onsdag	20-maj	Din rullende kiosk Se opslag Gudstjeneste Kl. 13.30-14.30	Din rullende kiosk Se opslag Musikalsk samvær v/Ulla Kl. 13.00-13.30 F.1 Gudstjeneste Kl. 13.30-14.30 Solstrålerne Kl. 15.30-17.30 F.1. og F.2.	Din rullende kiosk Se opslag Gudstjeneste Kl. 13.30-14.30	Din rullende kiosk Se opslag Gudstjeneste Kl. 13.30-14.30
Torsdag	21-maj	Stolegymnastik Kl. 10.30-11.15 i caféen	Stolegymnastik Kl. 10.30-11.15 i caféen	Stolegymnastik Kl. 10.30-11.15 i caféen	Stolegymnastik Kl. 10.30-11.15 i caféen
Fredag	22-maj				
Lørdag	23-maj				
Søndag	24-maj				
Mandag	25-maj	2. pinsedag	2. pinsedag	2. pinsedag	2. pinsedag
Tirsdag	26-maj				
Onsdag	27-maj	Din rullende kiosk Se opslag Musikalsk samvær v/Ulla Kl. 11.00-11.30 B.2	Din rullende kiosk Se opslag Solstrålerne Kl. 15.30-17.30 F.1. og F.2.	Din rullende kiosk Se opslag	Din rullende kiosk Se opslag
Torsdag	28-maj	Stolegymnastik Kl. 10.30-11.15 i caféen Banko Kl. 13.30-14.45 i caféen	Stolegymnastik Kl. 10.30-11.15 i caféen Banko Kl. 13.30-14.45 i caféen	Stolegymnastik Kl. 10.30-11.15 i caféen Banko Kl. 13.30-14.45 i caféen	Stolegymnastik Kl. 10.30-11.15 i caféen Banko Kl. 13.30-14.45 i caféen
Fredag	29-maj				
Lørdag	30-maj				
Søndag	31-maj	Solgårdens Musikalske Venner præsenterer Mads Westfall Kl. 14.30 i caféen	Solgårdens Musikalske Venner præsenterer Mads Westfall Kl. 14.30 i caféen	Solgårdens Musikalske Venner præsenterer Mads Westfall Kl. 14.30 i caféen	Solgårdens Musikalske Venner præsenterer Mads Westfall Kl. 14.30 i caféen

Næste nummer udkommer juni 2026

