



LYNGBY-TAARBÆK
KOMMUNE

SEPTEMBER 2026

7. årgang Nr. 7

LYSGLIMT

AKTIVITETSBLAD FOR
SOLGÅRDEN PLEJEHJEM

INDHOLDSFORTEGNELSE

Indholdsfortegnelse.....	2
Information.....	3
Syng med Søren Ipland.....	4
Banko.....	5
Gudstjeneste.....	6
Klaverkoncert med Kaj.....	7
Solgårdens Musikalske Venner.....	8
Efterårskoncert.....	9
Erindringsdans.....	10
Din rullende kiosk.....	11
Stolegymnastik.....	12
Solskinskoret.....	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 plejehjemmets hjemmeside.

Næste blad udkommer oktober 2026.

Deadline d. 15. september 2026



INFORMATION

GLÆD DIG TIL I SEPTEMBER:

Onsdag d. 2., 9., 16., 23. september: Din rullende kiosk

Onsdag d. 2. september: Syng med Søren Ipland

Onsdag d. 9. september: Banko

Onsdag d. 16. september: Gudstjeneste

Onsdag d. 23. september: Klaverkoncert med Kaj

Søndag d. 27. september: Solgårdens Musikalske Venner

Mandag d. 28. september: Efterårskoncert

Onsdag d. 30. september: Erindringsdans

GLÆD DIG TIL I OKTOBER:

Onsdag d. 7., 14., 21., 28. oktober: Din rullende kiosk

Onsdag d. 7. oktober: Banko

Onsdag d. 21. oktober: Gudstjeneste

Søndag d. 25. oktober: Solgårdens Musikalske Venner

Onsdag d. 28. oktober: Erindringsdans



SYNG MED

Søren Ipland

ONSDAG D. 2. SEPTEMBER



KL. 14.00-15.00

I CAFÉEN

Søren spiller musik fra en tid som måske kan være gemt lidt væk, men heldigvis ikke glemt. Han spiller sange som de fleste kender og genkender og som vi har tilfælles i den danske pop sangskat.

Til koncerten bliver der også spillet og sunget numre som handler om den årstid vi er i gang med og måske kommer der også en sang eller to af nyere dato, bare fordi den er god.

Koncerten bliver spillet og sunget af Søren men man er meget velkommen til at synge med på alle de strofer man kan huske, og ind imellem numrene bliver der nok også plads til en lille historie eller to.



**Efter koncerten
er der højtlesning med
Lillan Albeck kl. 15.00-15.15**

**Koncerten er sponsoreret
af Demensfællesskabet i LTK**

KOM OG PRØV LYKKEN TIL

Banko

ONSDAG

D. 9. SEPTEMBER

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



**VIRUM KIRKE
INVITERER TIL**

GUDSTJENESTE

I CAFÉEN PÅ SOLGÅRDEN

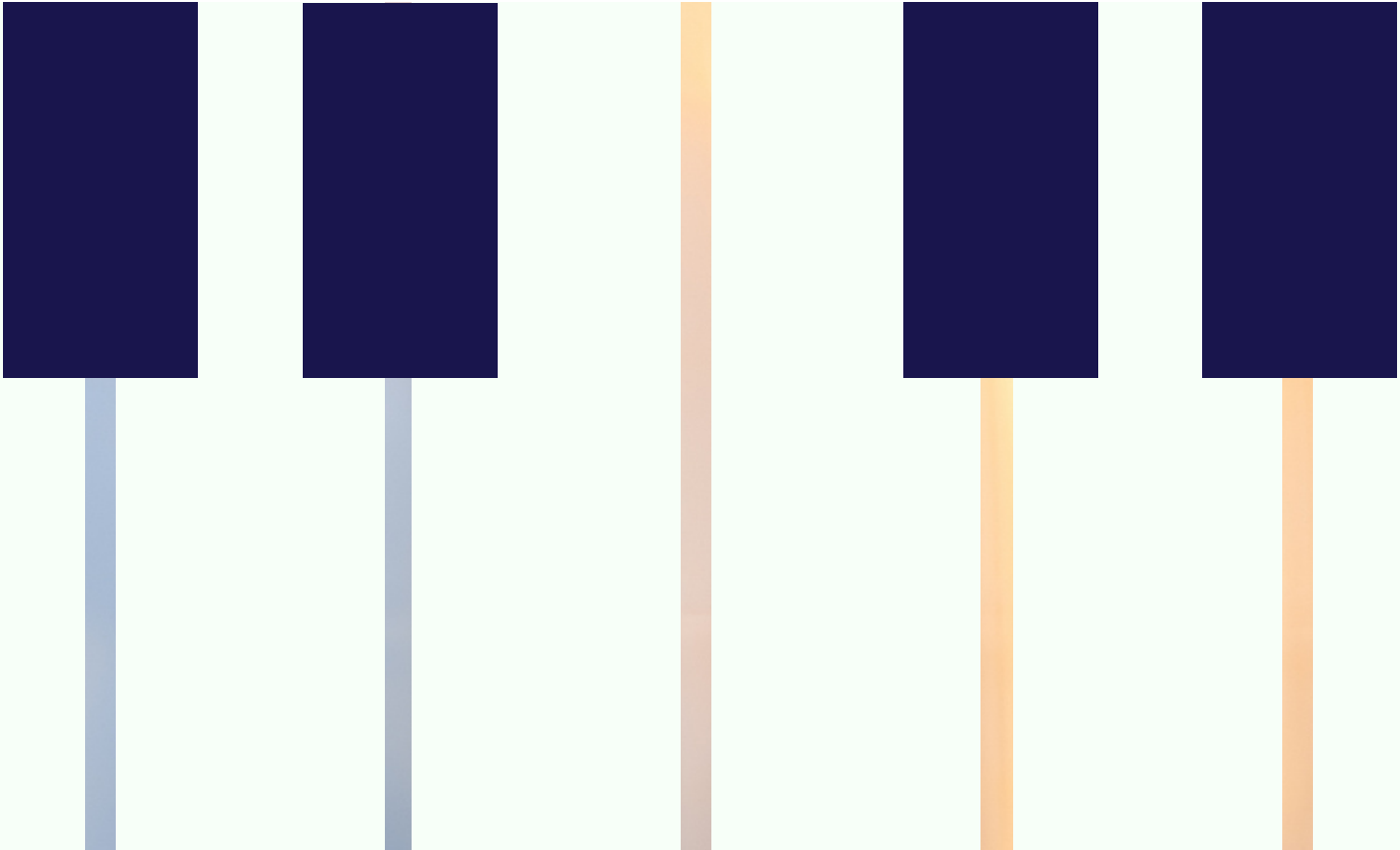
ONSDAG D. 16. SEPTEMBER

KL. 13.30- ca. 14.30

Præsten Inge Nelson
og en organist fra
Virum Kirke afholder
gudstjeneste i caféen
med salmer, prædiken
og nadver.

Vi får en hyggelig snak over
en kop kaffe og kage bagefter.



A decorative header featuring a stylized piano keyboard. The keys are represented by dark blue and light green rectangular blocks. The background of the entire page is a gradient of light blue and orange, with a subtle piano keyboard pattern.

FÆLLESSANG OG KLAVERKONCERT

Lyt og syng med på de kendte danske værker fra filmen mød mig på Cassiopeia, Sommer i Tyrol og Vagabonderne på Bakkegaarden.

KLAVERKONCERT

V/Kaj Richard Caspersen

Onsdag den 23. september
kl. 13.30 - 14.30 i Caféen

Musikalske venner Solgårdens



**Søndag
27. September
kl. 14.30 i Caféen**

Kom og oplev Cecilia Lindwall & Hans Christian Dahl

En hyldest til livet og Piaf. Vi skal nyde Cecilias smukke stemme sammen og lytte til en masse skønne Edith Piaf numre. Med sig har Cecilia denne gang Hans Christian Dahl på Harmonika.

Hvor: Plejehjemmet Solgården, Virumvej 125, 2830 Virum
Tid: 27. september kl. 14.30-16.00 incl. Pause
Entré: GRATIS – men donationer modtages med glæde.
Tilmelding: Ingen – bare kom og nyd musik og samvær

Efterårsconcert

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

Vi glæder os til at spille for jer på

SOLGÅRDEN PLEJEHJEM

MANDAG D. 28. SEPTEMBER

KL. 11:00 -11:45 (I CAFÉEN)



ERINDRINGSDANS

ONSDAG D. 30. SEPTEMBER

KL. 14.00-15.00 I CAFÉEN



Kom og få et smil på læben og få en svingom, hvis du har lyst til det. Man kan også sidde og kigge på og nyde den gode stemning og musikken.

Din rullende kiosk

Hver onsdag kan du handle med de frivillige, der kommer rundt på alle afdelingerne med Din Rullende Kiosk. Her kan du købe slik, chokolade, bolcher, kiks, vin, øl, sodavand og meget mere.

Du kan også komme med ønsker til kiosken.

Turen starter kl. 10.00 og kommer rundt på afdelingerne i følgende rækkefølge:

B.2, B.1., D.st. D.1., F.st., F.1., F.2., E.st., E.1. og E.2.

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



STOLEGYMNASTIK

KOM OG VÆR MED TIL STOLEGYMNASTIK I
CAFÉEN MED MARIANNE HAGEMANN

TORSDAGE FORMIDDAG
KL. 10.45-11.30

D. 10., 17. og 24. september



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



SOLSKINSKORET

Kom og vær med i
Solskinskoret sammen
med musikterapeuterne
Ulla og Ana Maria



**HVER MANDAG
KL. 13.30-14.15
I CAFÉEN**



AKTIVITETSKALENDER SEPTEMBER 2026

Solgården		B-huset	F-huset	D-huset	E-huset
Tirsdag	01-sep				
Onsdag	02-sep	Din rullende kiosk Se tidsplan på opslaget Koncert med Søren på guitar Kl. 14.00-15.15 i caféen	Din rullende kiosk Se tidsplan på opslaget Koncert med Søren på guitar Kl. 14.00-15.15 i caféen	Din rullende kiosk Se tidsplan på opslaget Fællessang v/Ulla Kl. 11.00-11.30 D.st. Koncert med Søren på guitar Kl. 14.00-15.15 i caféen	Din rullende kiosk Se tidsplan på opslaget Koncert med Søren på guitar Kl. 14.00-15.15 i caféen
Torsdag	03-sep	Stolegymnastik aflyst	Stolegymnastik aflyst	Stolegymnastik aflyst	Stolegymnastik aflyst
Fredag	04-sep				
Lørdag	05-sep				
Søndag	06-sep				
Mandag	07-sep	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.2. Solskinskoret v/musikterapeuterne Ulla og Ana Maria Kl. 13.30-14.15 i caféen
Tirsdag	08-sep				
Onsdag	09-sep	Din rullende kiosk Se tidsplan på opslaget Lyttegruppe v/Ulla Kl. 11.00-11.30 B.2. Banko Kl. 13.30-14.45 i caféen	Fællessang v/Ulla Kl. 11.00-11.30 F.2. Din rullende kiosk Se tidsplan på opslaget Banko Kl. 13.30-14.45 i caféen	Din rullende kiosk Se tidsplan på opslaget Banko Kl. 13.30-14.45 i caféen	Din rullende kiosk Se tidsplan på opslaget Banko Kl. 13.30-14.45 i caféen
Torsdag	10-sep	Stolegymnastik Kl. 10.45-11.30 i caféen	Stolegymnastik Kl. 10.45-11.30 i caféen	Stolegymnastik Kl. 10.45-11.30 i caféen	Stolegymnastik Kl. 10.45-11.30 i caféen
Fredag	11-sep				
Lørdag	12-sep				
Søndag	13-sep				
Mandag	14-sep	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	15-sep				
Onsdag	16-sep	Din rullende kiosk Se tidsplan på opslaget Gudstjeneste Kl. 13.30-14.30	Din rullende kiosk Se tidsplan på opslaget Gudstjeneste Kl. 13.30-14.30	Din rullende kiosk Se tidsplan på opslaget Gudstjeneste Kl. 13.30-14.30	Din rullende kiosk Se tidsplan på opslaget Gudstjeneste Kl. 13.30-14.30

AKTIVITETSKALENDER SEPTEMBER 2026

Solgården		B-huset	F-huset	D-huset	E-huset
Torsdag	17-sep	Stolegymnastik Kl. 10.45-11.30 i caféen	Stolegymnastik Kl. 10.45-11.30 i caféen	Stolegymnastik Kl. 10.45-11.30 i caféen	Stolegymnastik Kl. 10.45-11.30 i caféen
Fredag	18-sep				
Lørdag	19-sep				
Søndag	20-sep				
Mandag	21-sep	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	22-sep				
Onsdag	23-sep	Din rullende kiosk Se tidsplan på opslaget Fællessang og klaverkoncert Kl. 13.30-14.30 i caféen	Din rullende kiosk Se tidsplan på opslaget Fællessang og klaverkoncert Kl. 13.30-14.30 i caféen	Din rullende kiosk Se tidsplan på opslaget Fællessang og klaverkoncert Kl. 13.30-14.30 i caféen	Din rullende kiosk Se tidsplan på opslaget Fællessang og klaverkoncert Kl. 13.30-14.30 i caféen
Torsdag	24-sep	Stolegymnastik Kl. 10.45-11.30 i caféen	Stolegymnastik Kl. 10.45-11.30 i caféen	Fællessang v/Ana Maria Kl. 13.30-14.00 D.1. Stolegymnastik Kl. 10.45-11.30 i caféen	Stolegymnastik Kl. 10.45-11.30 i caféen
Fredag	25-sep				
Lørdag	26-sep				
Søndag	27-sep	Solgårdens Musikalske Venner præsenterer Cecilia Lindwall og Hans Christian Dahl Kl. 14.30 i caféen	Solgårdens Musikalske Venner præsenterer Cecilia Lindwall og Hans Christian Dahl Kl. 14.30 i caféen	Solgårdens Musikalske Venner præsenterer Cecilia Lindwall og Hans Christian Dahl Kl. 14.30 i caféen	Solgårdens Musikalske Venner præsenterer Cecilia Lindwall og Hans Christian Dahl Kl. 14.30 i caféen
Mandag	28-sep	Efterårskoncert med musikterapeuterne Kl. 11.00-11.45 i caféen	Efterårskoncert med musikterapeuterne Kl. 11.00-11.45 i caféen	Efterårskoncert med musikterapeuterne Kl. 11.00-11.45 i caféen	Efterårskoncert med musikterapeuterne Kl. 11.00-11.45 i caféen
Tirsdag	29-sep				
Onsdag	30-sep	Din rullende kiosk Se tidsplan på opslaget Erindringsdans Kl. 14.00-15.00 i caféen	Din rullende kiosk Se tidsplan på opslaget Erindringsdans Kl. 14.00-15.00 i caféen	Din rullende kiosk Se tidsplan på opslaget Erindringsdans Kl. 14.00-15.00 i caféen	Din rullende kiosk Se tidsplan på opslaget Erindringsdans Kl. 14.00-15.00 i caféen

Næste nummer udkommer oktober 2026

