

Ældre Sagen

Nyt fra lokalafdelingen i Lyngby-Taarbæk



Senior-Posten
Nr. 2 Maj 2024 - Årgang 35

Lokalbestyrelsen i Lyngby-Taarbæk



Poul Andersen
formand



Bjarne Holm
Markussen
næstformand



Anne Verheij
frivilligkoordinator
sekretær



Kate Lindahl
ældrepolitik



Kate Mau
sport & motion



Hanne Koldkjær
arrangementer



John Andersson
redaktør "Det Sker"



Lone Gatzwiller
suppleant, kasserer



Stefan Winding-Lauesen
suppleant, webmaster

Senior-Postens redaktion



Kirsten Håkansson
ansvarshavende
redaktør

kirstenhaakansson@hotmail.dk



Poul Nielsen
redaktør



Henning Andersen
fotograf

Anne Verheij

John Andersson
annoncer,
janderss@kabelmail.dk

FORMANDEN SKRIVER

Kære medlemmer

Årsmødet

Efter en festlig underholdning af "Dixieland Senior" havde vi et rigtig godt og hyggeligt årsmøde den 3. marts. I årsberetningen kunne jeg bl.a. oplyse, at vi i slutningen af februar var oppe på 9.535 medlemmer. Vi har haft en nettotilgang på 464 medlemmer siden sidste år. Det er flot. I kan læse mere om årsmødet inde i bladet og på hjemmesiden. Tak til jer, som mødte frem. Og tak til jer, som var med till at forberede og gennemføre mødet.

Venlig hilsen

Poul Andersen

Flytning til Rustenborghuset

Bestyrelsens forberedende arbejder forud for en udflytning fra kommunens ejendom på Gasværksvej til den kommunale ejendom Gammel Rustenborg på Rustenborgvej er i fuld gang og kører planmæssigt.

Vi flytter ind primo juni 2024 og skal fremover dele Gammel Rustenborg sammen med den selvejende institution Rustenborghuset. Beslutningen om at samle Rustenborghusets og Ældre Sagens aktiviteter hviler på en politisk beslutning i forbindelse med Budgetforhandlingerne 2024-2027.

Vores dialog med Lyngby-Taarbæk Kommune om det mere praktiske har været god, og dialogen med bestyrelsen i Rustenborghuset har været præget af meget stor åbenhed og fleksibilitet. Begge parter ser nu frem til naboskabet, hvor vi fremover vil drive vores organisatorisk adskilte aktiviteter i det fælles hus Gammel Rustenborg.

Hold øje med vores hjemmeside - her vil der frem til indflytning blive orienteret om status.

På bestyrelsens vegne

Bjarne Holm Markussen

"flyttekoordinator"

Senior-Posten på internettet

Samme dag, som Senior-Posten begynder at blive uddelt, bliver bladet lagt på vores lokale hjemmeside på internettet.

www.aeldresagen.dk/lokalafdelinger/lyngby-taarbaek

På forsiden af hjemmesiden kan I scrolle ned næsten til bunden, hvor I ser forsiden af Senior-Posten.

Klik på bladet eller teksten under det, så kommer det aktuelle blad frem, lige til at bladre og læse i.

INFORMATIONER

Aktive Seniordage i juni i Lyngby Idrætsby

Ældre Sagen deltager sammen med Lyngby-Taarbæk Kommune.

Seniordagene åbner den 7. juni 2024, der vil være en inspirationsdag, hvor der sættes fokus på det gode og aktive seniorliv med oplæg om sundhed, fællesskaber og frivillighed. Flere end 25 frivillige organisationer deltager. Vi har en bemanded stand, opstillet fra kl. 10.00-16.00.

Ugen efter kan interesserede borgere besøge os på vores aktivitetssteder i kommunen, hvor der vil være mulighed for at blive skrevet op som deltager i holdaktiviteten eller eventuelt melde sig som frivillig hjælper, hvor der er behov for det.

Besøgsvenner

Der er mange ensomme ældre, som sidder og venter på at få besøg af en person, der har tid til at snakke, gå en tur eller drikke en kop kaffe.

Hvis du gerne vil have en besøgsven, eller hvis du har lyst til selv at blive besøgsven, kan du henvende dig til

Kontaktperson: Tove Kristensen, tkr@hotmail.dk

Bisiddere

Vi tilbyder vores hjælp til dem, der har brug for en person til at gå med til et møde. Det kan dreje sig om møder med kommunen eller visitationsmøder.

En del har brug for at få hjælp til besøg hos læge, tandlæge eller hospital.

Nogle har svært ved at overskue deres papirer og få styr på, hvad der skal gemmes. Det har vi også kunnet hjælpe med. Hjælpen er gratis, men borgeren

skal selv betale transport. Har du brug for os eller lyst til at blive bisidder, så ring

Kontaktperson: Annie Jensen, 45 85 19 37.

Bogbygning

Tid: Anden og fjerde onsdag i måneden kl. 13-15.30

Sted: Biblioteket på Gasværksvej 10

Kender du vores hyggelige bibliotek? Vi har både dansk og oversat litteratur, nyt og klassisk, underholdning inklusive krimier samt biografier og et ganske lille udvalg af dvd'er. Ud over de nævnte byttedage kan biblioteket ikke benyttes.

Kontaktperson: Bente Kure, 45 88 27 68.

Eventyrklubben for voksne mænd

Mødetid: Den første fredag i måneden kl. 10

Mødested: Under uret på Lyngby Station

Eventyret er en månedlig udflugt til en seværdighed i nærområdet med en efterfølgende let frokost i en nærliggende café. Deltagerne betaler selv for eventuel transport (pensionistrejsekort) og samt for frokosten.

Vi mødes første gang fredag den 2. august, hvor udflugten går med S-tog og bus 26 til Den Sorte Diamant, Det Kgl. Bibliotek med haveanlæg og frokost i den stedlige café. Der er fri entré.

Der er ikke krav om tilmelding. Interesserede møder bare op.

Kontaktperson: Jan Wohlert, der kan kontaktes via sms på 28 15 39 02.

Filmklubben for medlemmer i Lyngby-Taarbæk

Vi har haft et rigtig dejligt første halvår med stigende antal morgenfriske gæster. Som en ekstra overraskelse kom Bodil Jørgensen til marts-filmen Rom og fortalte om optagelserne og sine spændende opgaver den kommende tid. Der er ikke planlagt en film i juni, men hold alligevel øje med hjemmesiden. Vi arbejder på en overraskelse.

Kontaktperson: Hanne Koldkær.

Fodposter

Vil du være "Fodpost" og bringe Senior-Posten ud 4 gange om året, så

Kontakt kontoret: 45 87 42 51, fodpostlyngby@gmail.com

Frimærkeklubben vil gerne have flere medlemmer

Sidder der nogle frimærkesamlere ude omkring, som godt kunne tænke sig at dele deres viden med andre samlere eller måske vil donere deres samling, har vi en hyggelig klub her i Ældre Sagen.

Vi mødes torsdage i lige uger fra 13-ca. 16, hvor vi hygger os med en lille auktion, en god snak og ikke mindst kaffe og kage. Ved sæsonafslutningen, både forår og efterår, får vi en frokost med det hele.

Vi betaler 100 kr. halvårligt for at få det til at hænge sammen.

Kig ned på Gasværksvej 10 og få en kop kaffe og se, hvad vi laver, eller ring til klubbens kontaktpersoner, hvis du vil have mere information.

Kontaktpersoner: Erk Gade, 20 24 91 21, René Wejemand, 42 95 12 62.

Handyman

Har du brug for lidt praktisk hjælp i hjemmet til mindre opgaver som for eksempel opsætning af billeder, fastgøring af en ledning og lignende småting, som ikke kræver en autoriseret håndværkers indsats, kan du henvende dig til kontoret og "bestille" en handyman. Dog ikke til havearbejde og snerydning.

Kontakt kontoret: 45 87 42 51.

Herreværelset

Tid: Fredage 26. april, 24. maj og 28. juni

Kl. 12-15

Sted: Rustenborgvej 2A i Lyngby

Nødvendig tilmelding senest 4 dage før af hensyn til bestilling af smørrebrød til

Kontaktperson: Jan Wohlert, der kan kontaktes via sms på 28 15 39 02.

IT computerhjælp i hjemmet

Har du problemer med printer eller internettilslutning, har du en stationær pc, eller kan du ikke forlade dit hjem, kan vores computerhjælp komme hjem til dig. Ring til **vagttelefonen 50 11 54 67** og fortæl om dit problem, oplys dit navn, adresse og medlemsnummer, så kan vi arrangere, at en hjælper besøger dig.

Hjælperen har Id-kort fra Ældre Sagen med.



FARSTRUP
FURNITURE



STOLEBUSSEN

Hvis du ikke kan komme til os,
kommer vi til dig.

Ring efter Stolebussen på tlf:
45 87 54 04



Vestergaard Møbler

LYNGBY | Jernbaneplassen 19-23 | Tel. 4587 5404
KØBENHAVN | Torvegade 55-57 | Tel. 3257 2814

www.farstrupstole.dk

IT Café

Tirsdage kl. 13-15 i Ældre Sagens hus, Gasværksvej 10, 1.sal

NB! Der er trappelift Sidste dag på Gasværksvej bliver den 21.maj.

Hver tirsdag er vi klar til at bistå med problemer og opsætning af pc, smartphone eller tablet. Installering/sletning/opdatering af apps, og hvad der ellers kan dukke op af problemer. Alle er velkomne, og vi gi'r en kop kaffe.

Vi holder sommerferie og er tilbage på Gammel Rustenborg første tirsdag i august. Det er ikke nødvendigt at bestille tid.

Kontaktperson: Ingrid Christoffersen, 29 60 08 26.

Tegne/akvarelhold - aktivitetsleder efterlyses

Til vores tegne/akvarelhold anden og fjerde onsdag i måneden kl. 13-17 mangler vi en aktivitetsleder, der kan være inspirator og vejleder og være med til at udvikle holddeltagernes tegne- og malefærdigheder. Er du interesseret og ønsker lidt mere orientering, så kontakt kontoret på 45 87 42 51.

Vil du være frivillig på en uges Madskole for børn?

Sommerens madskoler for børn i alderen 8-12 år, arrangeret af 4H og ÆldreSagen, mangler frivillige madskoleinstruktører i vores lokalområde.

Madskolen foregår på Trongårdsskolen i uge 27 og 28. Så har du lyst til at bruge fem dage på at lære friske og glade børn at lave mad sammen med andre frivillige, så læs mere og tilmeld dig her på Ældre Sagens hjemmeside:

www.aeldresagen.dk/madskoler



Vejledning

Ældre Sagens sagkyndige stiller sig fortsat til rådighed for de medlemmer, der har behov for hjælp inden for nedennævnte områder.



Juridisk vejledning. Advokat Eva Meiling har træffetid den første og tredje mandag i hver måned kl. 13-14.30.

Vejledningen er gratis, men kan kun ske efter forudgående telefonisk aftale med kontoret på 45 87 42 51.



Økonomisk vejledning inkl. pension. Økonom Peter Nielsen har træffetid den første onsdag i hver måned kl. 13-14.30.

Vejledningen er gratis, men kan kun ske efter forudgående telefonisk aftale med kontoret på 45 87 42 51.

ÅRSMØD

Søndag den 3. marts 2024

Velkomst

Formanden Poul Andersen bød velkommen, og derefter indledtes årsmødet med underholdning af vores eget jazzband "Dixieland Senior" Uffe Henriksen, leder af bandet, præsenterede efterfølgende de øvrige medlemmer, der har spillet sammen i 25 år og er mellem 75 og 91 år.



Valg af dirigent.

Derefter blev advokat Eva Meiling valgt som dirigent med akklamation.

Beretning om bestyrelsens virksomhed

Poul Andersen aflagde beretning om bestyrelsens virksomhed, og da der ikke var nogen bemærkninger, blev den godkendt.

Bestyrelsens regnskab

Kasserer Lone Gatswiller gennemgik regnskabet for 2023, der er revideret og godkendt af hovedkontoret. Budgettet for 2024 er endnu ikke godkendt, men forventes godkendt ca. 1.maj.



Bestyrelsens fremtidige virke

v/Poul Andersen og Bjarne Holm Markussen

Fredag den 7. juni 2024 er sidste dag for vores aktiviteter på Gasværksvej, hvorefter vi flytter til Gl. Rustenborg. Efter en fremlæggelse med en oversigt over vores kommende lokaler blev der åbnet for spørgsmål fra salen.

Der var spørgsmål vedrørende øget kontingent.

Det bestemmes ikke lokalt.

Derefter en debat om parkeringsforholdene på Rustenborgvej, der vil være nogenlunde de samme som på Gasværksvej.

Der efterlystes andre adgangsmuligheder til huset, bortset fra den stejle trappe. Det bliver undersøgt. Vores kontor og mødelokaler ligger på første sal, men der er elevator. Brugen af cafeen er stadig under behandling.

Derefter konstaterede dirigenten, at der ved fristens udløb ikke var indkommet nogle forslag, hvorefter der var pause.

Efter pausen var der fællessang "Livstræet", akkompagneret af Jane Thomsen.



ØDET

24 på Stadsbiblioteket

Uddeling af årnsåle

10 års nål: Tak til Marianne Warnhoff, der fik overrakt sin nål, og til Lone Christensen, Steen Grove Rasmussen, Bodil Heesche og Henning Halberg Larsen, der ikke var til stede.

15 års nål: Tak til Kjellfrid Nielsen, der fik overrakt sin nål, og til Poul Jørgensen, der ikke var til stede.

20 års nål: Tak til Bente Kure, der fik overrakt sin nål, og til Elina Sand, der ikke var til stede.

25 års nål: Tak til Kjeld Lersey, der fik overrakt sin nål.

Valg af bestyrelsesmedlemmer

Der er blev ikke stillet modkandidater til de af bestyrelsen foreslåede medlemmer og suppleanter, så Hanne Koldkjær, Anne Verheij, Poul Andersen og Kate Lindahl blev genvalgt for 2 år. Lone Gatzwiller og Stefan Winding-Lauesen blev genvalgt for 1 år.

Eventuelt

Bestyrelsen blev rost, og der blev udtrykt ønske om en dialog med hovedorganisationen om vores krav om bedre vilkår for de ældre, for eksempel om pension. Poul Andersen vil tage det med til næste delegeretmøde.

Det blev foreslået at invitere en repræsentant fra hovedbestyrelsen til næste årsmøde til belysning af vilkårene.

En kvindegruppe blev efterlyst. Man er meget velkommen til starte en.

Derefter sluttede mødet. Formanden takkede de fremmødte 114 medlemmer og overrakte dirigenten en buket med tak for et godt ledet årsmøde.



ARRANGEMENTER

Rundvisning på Amagermuseet

Torsdag 30. maj kl. 12.15-ca. 17

Mødetid: kl.12.05

Mødested: Jernbaneplassen 1, Lyngby. Bussen holder ved JKE-design



Store Magleby er også kendt som "Hollænderbyen" på grund af de nederlandske indvandrere, der kom til Amager i 1500-tallet.

Her kan man opleve Amagers unikke hollandske kulturarv i de autentiske interiørstuer, moderne udstillinger og museets enestående samling af amagerdragter. Se Tømmerupstuen vægmalerier og Julius Exners idylliske fremstillinger af Amagers bondekultur.

Pris: 195 kr. for bus, entre, rundvisning samt kaffe og kage.

Billetter kan købes på vores hjemmeside eller ved personligt fremmøde på kontoret, Gasværksvej 10, fra tirsdag 21. maj kl. 13 til mandag 27. maj kl. 15.30.

Husk medlemskort.

Maks: 24 deltagere.

Turledere: Jørgen Laursen og Lis Touborg.

Foto: Amagermuseet

ELHOLM BEGRAVELSE

Hellerup tlf. 39 65 45 30

Callisensvej 5, 2900 Hellerup

Virum tlf. 45 83 45 30

Grønnevej 83, 2830 Virum



Læs mere på
www.elholmbegravelse.dk



Uddannede og certificerede bededamer
CHRISTINA GAUGUIN LONE ANDERSEN

**Gratis og uforpligtende
rådgivning vedr.**

Min sidste vilje

- få dokumentet tilsendt
eller hent ved en af
vores forretninger



Besøg i vinduets verden hos Willum Window Collection

Torsdag 6. juni kl. 13-ca. 15.30

Mødetid: kl.13

Mødested: Receptionen Maskinvej 4, 2860 Søborg.

Vi får en omvisning, hvor vi hører om vinduets historie og dets betydning for adgang til lys, luft og udsyn. Vi bliver ledt gennem en tidstunnel af rum og stilperioder, der giver en tredimensionel og sanselig oplevelse af vinduets udvikling fra jernalderen til nutidens energivinduer. Vi kan fordybe os i temafortællinger om vinduet, f.eks. i arkitekturen og produktionen af glas.

Få mulighed for efter omvisningen selv at gå på opdagelse i de ca. 400 vinduer i magasinvæggen fra 1600-tallet frem til i dag, fordyb dig i glasproduktionens historie eller oplev udstillingens mange forskellige vinduer, indsamlet fra mere eller mindre kendte steder.

Efter omvisningen besøger vi caféen på stedet, hvor vi får kaffe/te og kage.

Pris: 50 kr. Billetter købes på vores hjemmeside eller ved personligt fremmøde på Gasværksvej 10 fra tirsdag 21. maj kl.14 til torsdag 30. maj kl. 15.30.

Maks: 24 deltagere. Husk medlemskort.

Turleder: Ruth Jacobsen.

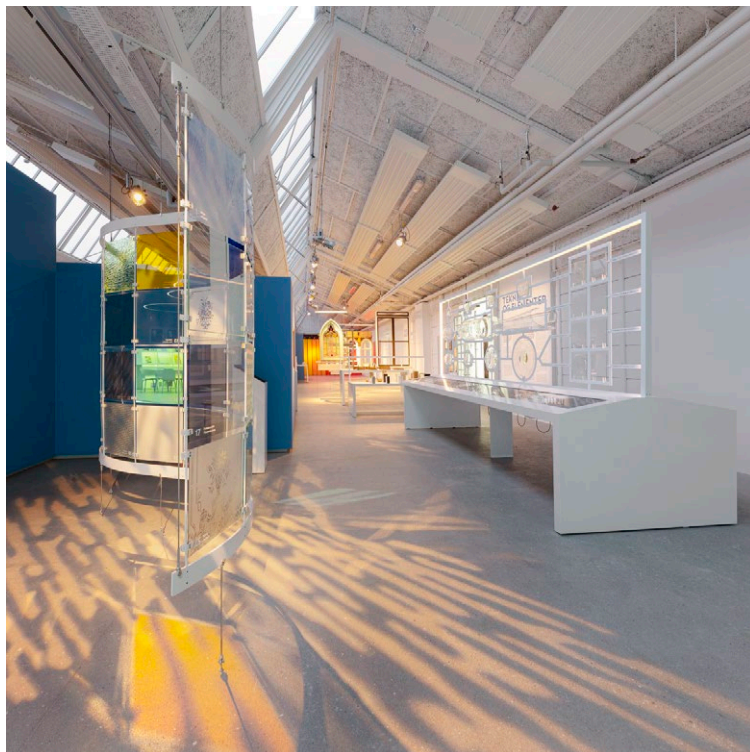


Foto: Willum Window Collection

Rundvisning i Operaen

Mandag 17. juni kl. 11-12.30

Mødetid: kl. 10.45

Mødested: Foran Operaen, Ekvipagemestervej 10, 1438 København K.

Oplev Operaens imponerende foyer, der med sit overvældende lysindfald, Olafur Eliassons verdenskendte lysskulpturer og unikke udsigt over Københavns Havn og Frederiksstaden omfavner den blanke ahornskal omkring Store Scene. Se Per Kirkebys og Per Arnoldis udsmykninger og hør den usædvanlige historie om bygningens tilblivelse.

Følg med ind i salens dunkle atmosfære, hvor det forgyldte loft og gløden-
de træværk er i centrum. Kom om bag scenen, hvor flytbare scenefelter
gør det muligt at flytte gigantiske og komplekse scenografier i en hånd-
vending, og højteknologiske løsninger muliggør teatermagi og illusioner,
som ikke kan opnås andre steder i landet.

Se kontrasten mellem Store Scene og Takkelloftet, hvor fleksibilitet er
nøgleordet og lader scene og sal flyde sammen. Se også Takkelloftets
stringente foyer, hvor Tal R's moderne abstraktion har hovedrollen.

Pris: 135 kr.

Billetter købes på vores hjemmeside eller ved personligt fremmøde på kontoret,
Gasværksvej 10 fra onsdag 22. maj kl. 14 til torsdag 30. maj kl. 15.30.

Maks. 29 deltagere. Husk medlemskort.

Turleder: Kirsten Fossing.

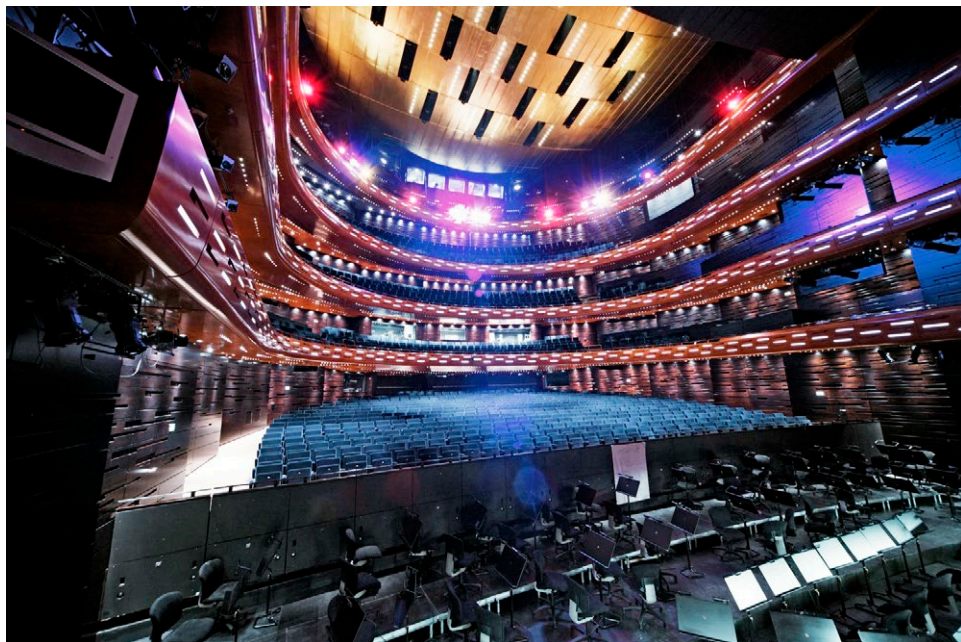


Foto: Lars Schmidt

Omvisning og frokost på Holmegaard Værk

Onsdag 26. juni kl. 9-ca. 16

Mødetid: kl. 8.45

Mødested: Jernbaneplassen ved Invita Køkkener.



Foto: Museum Sydøstdanmark

I de smukke sjællandske omgivelser ved kanten af Holmegaard Mose slår det gamle Holmegaard Glasværk dørene op til en verden af design, håndværk og historie - og vi bliver ført gennem det hele på vores guidede tur. Under besøget bliver vi blæst over af historien om Danmarks første, sidste og eneste eksisterende glasværk. Her blev ikoniske stykker glas som Provence-skålen, skibsglassene og Blixen-vasen tænkt, formet og født. Museet formidler fortiden som inspiration for fremtiden. Vi oplever nye kreative værksteder og får formidlet historien om en af de største arbejdspladser i Fensmark nær Næstved. Efter den guidede rundvisning og lidt tid på egen hånd får vi kl. 12.30 smørrebrød, kaffe og kage i restauranten på stedet. Drikkevarerne er for egen regning. Bussen returnerer kl. 14.

Pris: 450 kr. for bustur, rundvisning, entre og frokost.

Billetter købes på vores hjemmeside eller ved personligt fremmøde på Gasværksvej 10 fra onsdag 22. maj kl.13 til torsdag 30. maj kl. 15.30.

Maks. 29 deltagere. Husk medlemskort.

Turledere: Ruth Jacobsen og Lis Touborg.

Rundvisning med fængselsguide i Vridsløse

Torsdag 22. august kl. 13-16

Mødested: Porten, Fængselsvej 39, 2620 Albertslund.

Turen er desværre ikke egnet for dårligt gående.

Kom med på en særlig rundvisning bag murene i det nu lukkede Vridsløselille Statsfængsel, som i mere end 160 år har været vartegn for Albertslund.

På rundvisningen vil én af fængslets tidligere ansatte gøre os klogere på fængslets lange historie og på fremtiden for den kommende bydel, Vridsløse.

Vi bliver ført gennem autentiske fangehuller, sikringsceller, isolationsgårde, arbejdspladser, kirke mv., hvor fortællingen krydres med guidens personlige anekdoter.

Historiske nedslag bliver sat i perspektiv af balancen mellem forbrydelse/ straf og afsoning/ resocialisering.

Efter rundvisningen, der varer to timer, får vi kaffe og kage på det lokale bryghus, Slowburn, der ligger inden for fængslets mure.

Pris: 255 kr., for entré, omvisning, kaffe og kage.

Billetter købes på vores hjemmesiden eller ved personligt fremmøde på Rustenborgvej 1c, fra torsdag 1. august kl. 13 til tirsdag 13. august kl. 15.30.

Husk medlemskort.

Maks: 29 deltagere.

Turleder: Ruth Jacobsen.

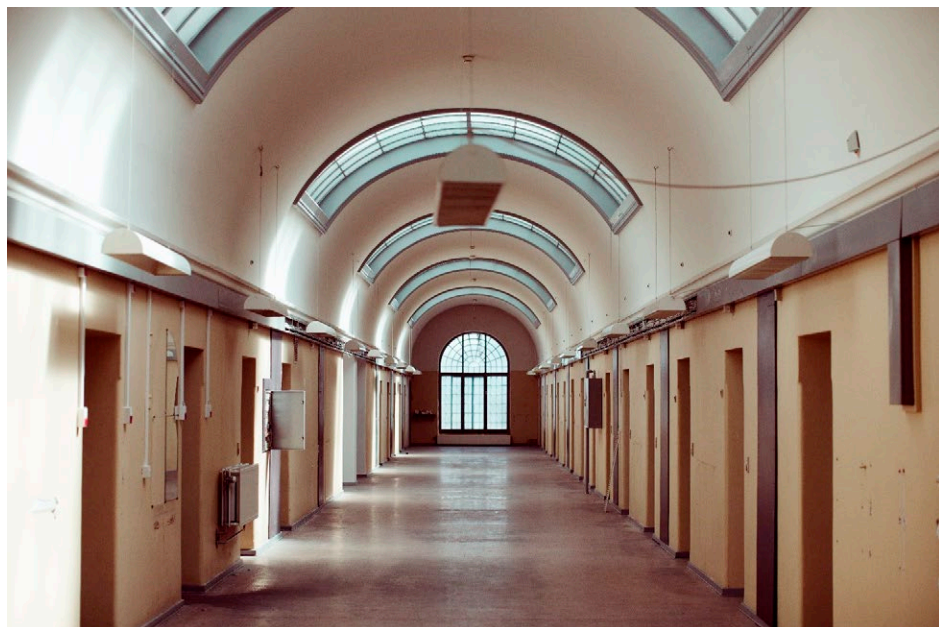


Foto: Jess Bang

Rundvisning på CopenHill/Amager Bakke

Tirsdag 3. september kl. 13.30-ca.16.30

Mødested: CopenHill, Vindmøllevej 6, 2300 København S

Gratis parkering på offentlig p-plads ved CopenHill.

Tag Bus 37 til Amager-værket og gå i 7 minutter.

Turen er ikke egnet for dårligt gående, da der er mange trapper.

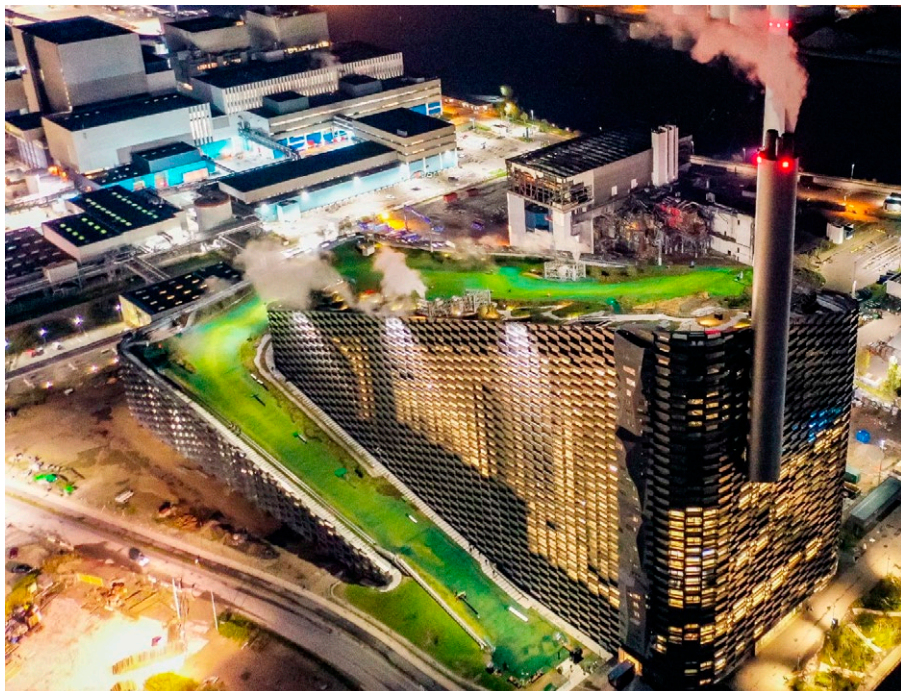


Foto: Press/CopenHill

Kom med på et helt unikt besøg med rundvisning på tagfladen af Amager Bakke, hvor I kan opleve det spektakulære projekt helt tæt på.

Turen går med elevator til toppen, hvor I bliver klogere på projektet generelt, arkitekturen, udfordringer, muligheder, visioner, tankerne bag og lidt røvehistorier om de seneste ti års byggeri, mens I nyder udsigten 85 meter over Øresund og København. Vi slutter med kaffe/te og kage, som vi nyder på den overdækkede Rooftop Cafe i 78 meters højde.

Rundvisningen er udendørs, så tag venligst tøj og sko på, tilpasset vejret.

Pris: 260 kr. for rundvisning, entre og kaffe/te og kage.

Billetter købes på vores hjemmeside eller ved personligt fremmøde på Rustenborgvej 1C tirsdag 6. august kl. 13 til torsdag 15. august kl. 15.30.

Maks: 24 deltagere. Husk medlemskort.

Turleder: Hanne Koldkjær.

ARRANGEMENTER Maj-aug

Arrangement	Dag	Dato
Amagermuseet	torsdag	30. maj
Villum Window Collection	torsdag	6. juni
Rundvisning i Operaen	mandag	17. juni
Holmegårds Glasværk	onsdag	26. juni
Rundvisning i Vridsløselille Fængsel	torsdag	22. august
CopenHill/Amager Bakke	tirsdag	3. september

Arrangementerne er nærmere beskrevet på side 17

Oplagstal: 7300 eksemplarer

Fotos: Henning Andersen (hvor ikke andet er anført) og Ældre Sagens Billedbank

Forsiden: Baadefarten ved Frederiksdal

Tryk: KLS Pure Print A/S, Jernholmen 42A, 2650 Hvidovre

Stof til bladet og evt. ændringer mailes til Kirsten Håkansson, kirstenhaakansson@hotmail.dk



Behandling i hjemmet
Akupunktur | Fodpleje | Smerteklinik

Fodmanden

Onlinebooking:
www.fodmanden.dk
SMS: 42 437 537
info@fodmanden.dk



Book
en grundig
synsprøve på
nytsyn.dk



FLEYE COPENHAGEN

LINDBERG^{COM}

TOM FORD

Din lokale optiker i Virum

Hos Nyt Syn Holms Optik får du altid den bedste service, grundige synsprøver og synsløsninger i topkvalitet. Vi er specialister i ZEISS-glas og benytter altid det nyeste måleudstyr fra ZEISS. Butikken er fyldt med smarte brillestel i høj kvalitet, og vi kan tilpasse alle typer bløde kontaktlinser. Vi glæder os til at se dig i butikken.

Nyt Syn Holms Optik
Geels Plads 16, 2830 Virum
45 85 27 85, nytsyn.dk/virum



nyt syn.

GÅTURE

Gå med ud at gå...

Foråret har været koldt, men snart bliver det sommer. Det er den lyse og dejlige tid, hvor det bobler af liv omkring en. Kom ud, nyd det, få kondien forbedret, og du får det bedre og kommer i godt humør.

Vi går halvanden til to timer i 2 hold - det ene, motionisterne, er for dem, der ønsker at gå stærkt, - det andet, moderaterne, er for dem, der undervejs også vil se sig lidt omkring.

Der er ingen tilmelding. Sæt et kryds i kalenderen og mød op.

Vi hverken krammer eller giver hånd, prøver at holde afstand. Er du syg eller utilpas, så bliv hjemme.

Tirsdag 14., torsdag 16. og onsdag 22. maj kl. 10 **Jægersborg Dyrehave/Hvidtjørnesletten/Springforbi**

Mødested: P-plads ved Hjortekærlågen

Bus 182 eller 183 fra Lyngby Station til stoppested Lundtoftevej.

Tirsdag 28., torsdag 30. maj og onsdag 5. juni kl. 10 **Frederik d. 7.'s Skodsborg/Jægersborg Hegn/Lokeshøj/Bøllemosen**

Mødested: P-plads på skovsiden af Skodsborg Station

Bus 40E fra Lyngby Station til Skodsborg Station.

Tirsdag 11., torsdag 13. og onsdag 19. juni kl. 10 **Geels Skov/Søllerød Sø/Søllerød Kirkeskov**

Mødested: P-plads over for Holte Station ved skovbrynet

Bus 190 fra Lyngby Station eller S-tog til Holte Station.

Tirsdag 25., torsdag 27. juni og onsdag 3. juli kl. 10 **Trørød Skov/Enrum**

Mødested: P-plads ved Brugsen, Trørød Torv

Bus 193 eller 195 fra Holte Station til stoppested Trørød Torv.

Tirsdag 9., torsdag 11. og onsdag 17. juli kl. 10 **Gl. Virum/Frederiksdal/Prinsessestien**

Mødested: P-plads ved Sorgenfri Kirke

Bus 191 fra Lyngby Station eller S-tog til Sorgenfri Station.

Tirsdag 23., torsdag 25. og onsdag 31. juli kl. 10 **Femsølyng/Aasebakken/Rude Skov**

Mødested: P-plads ved Høsterkøb Kirke

Bus 354 fra Holte Station til stoppested Høsterkøb Kirke.

Tirsdag 6., torsdag 8. og onsdag 14. august kl. 10 **Gentofte Sø/Brobæk Mose/Nymose**

Mødested: P-plads over for Gentofte Kirke

Bus 179 fra Lyngby Station til Kirketorvet eller S-tog til Gentofte Station.

Ud i det blå... og grønne

Disse ture er for dem, som ønsker at gå lidt længere ture. Der er op til tre pauser undervejs. Varm kaffe/te og en madpakke er et must til fortæring i løbet af dagen. Husk også et siddeunderlag. Fornuftigt tøj og fodbeklædning er en selvfølge. Vi benytter os normalt af offentlige transportmidler, så husk rejse- og/eller mimrekort.

**Vi mødes normalt foran Holte Station på skovsiden
kl. 10 på følgende tirsdage**

7. maj, *4. juni, 2. juli og 30. juli.

Vi tilstræber at være hjemme igen i Holte før kl. 18.

*Turen den 4. juni går som så ofte før til Sofiero. På denne tur kører vi selv og mødes på Helsingør Station lidt før kl. 10. Nærmere herom på de forudgående to timers ture.



Småture

Nu er det snart sommer, og alt omkring os er grønt og frodigt. Den friske luft skader ingen, tværtimod, og det er sundt at få rørt sig. Kom nu med ud og nyd naturen. Vi går godt og vel en times tid i moderat tempo og uden alt for store stigninger. Der er ingen tilmelding, sæt et kryds i kalenderen, mød op og gå med. Vi giver ikke længere hånd, og føler man sig syg eller sløj, bliver man hjemme.

Onsdag 15. maj kl. 10

Vintappersøen/Mariebjerg Kirkegård

Mødested: P-plads ved Kapellet. Indkørsel fra Nybrovej
Bus 184 fra Lyngby Station til stoppested Mariebjerg.

Torsdag 23. og onsdag 29. maj kl. 10

Jægersborg Dyrehave/Stampeskov

Mødested: P-plads ved Hjortekærlågen
Bus 182 eller 183 fra Lyngby Station til stoppested Lundtoftevej.

Torsdag 6. og onsdag 12. juni kl. 10

Geels Skov

Mødested: Virum Station
Bus 190 eller 191 fra Lyngby- eller Holte Station eller S-tog.

Torsdag 20. og onsdag 26. juni kl. 10

Kobroen/Prinsessestien/Klopstocks Eg/Nybro

P-plads ved Sophienholm
Bus 191 fra Lyngby - eller Sorgenfri Station til stoppested Sophienholm.

Torsdag 4. og onsdag 10. juli kl. 10

Rude Skov

Mødested: P-plads ved Holtehallerne
Bus 334, 385 fra Holte Station til Holtehallerne eller 354 fra Holte Station til Rudesøvej.

Torsdag 18. og onsdag 24. juli kl. 10

Vejlesø-/Dronninge-/Furesøstien

Mødested: P-plads ved Holte Station, søsiden
Bus 190 fra Lyngby Station eller S-tog til Holte.

Torsdag 1. og onsdag 7. august kl. 10

Jægersborg Strandhave

Mødested: P-plads ved Springforbi Porten, Strandvejen 819
Bus 388 fra Lyngby Station til stoppested Ved 13 km Stenen.

En historie fra Lyngby Baadfarten Af Henning

I disse dage indleder Baadfarten sin 117. sæson

Det er et sikkert forårstegn, når Baadfarten sætter sine både i vandet fra "vinterpladsen" ved Søpromenaden.

Baadfarten er jo nærmest en institution i kommunen, som vi nødigt vil undvære, og det er dejligt at se, at man fortsætter den gode tradition med sejladser på Lyngby Sø, Bagsværd Sø og Furesøen.



Foto: A.Th. Collin. Baadfarten 1910 ved Frederiksdals Kro

Det kunne måske være sjovt at høre om Baadfartens historie, så den kommer her i korte træk:

I forbindelse med anlæggelsen af Nordbanen i 1863-64 fik københavnernes nem adgang til de rekreative områder nord for byen, og en yndet fornøjelse var rowing på søerne.

Ved Furesøen var der i forbindelse med badeanstalten etableret en ordning med offentlig lystsejlad med både, der kunne tage ca. 10 passagerer, og som med hånd- eller fodkraft blev drevet frem af stærke mænd.

Efter anlæggelse af Fæstningskanalen fra Lyngby Sø til Frederiksdal 1887-88 kom der for alvor gang i planerne om en bådforbindelse fra Lyngby via Frederiksdal ud i Furesøen.

I 1893 begyndte den offentlige sejlad med maskindrevne skibe, og den første dampbåd var en gammel bugserbåd, der fik navnet "Svanen". Der var plads til 26 passagerer. I de efterfølgende år blev flåden udvidet, blandt andet med dampbåden Charlotte Amalie, der var opkaldt efter dronningen, der havde sat så mange virksomheder i gang langs Mølleåen

Lyngby-Taarbæk i fortid

Baadfarten og Andersen

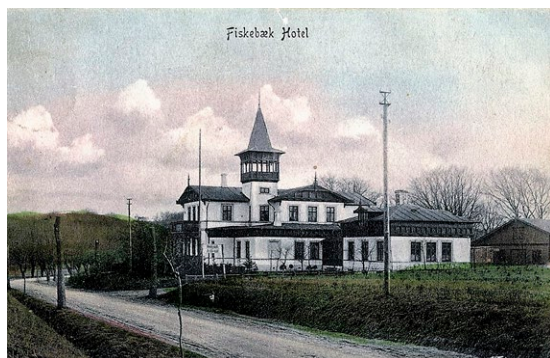
I 1895 havde sejladsen taget et sådant omfang, at man besluttede at danne "Aktieselskabet Baadfarten Lyngby-Farum" med det formål "at drive Færgefart m.m. på Fæstningskanalen, Lyngby-, Fure-, Farum- og eventuelt andre Søer og Aaløb i Nordsjælland". I Baadfartens flåde indgik i starten en amfibiebåd ved navn "Svanen", der skulle besejle Farum Sø. (ikke den "Svanen", der er nævnt ovenfor).



Foto: A. Th. Collin. Amfibiebåden "Svanen", ca. år 1900

Men det var ikke muligt at sejle fra Furesøen ind i Farum Sø, så omkring 1894 blev der anlagt et jernbanespor langs Fiskebækken ved det daværende Hotel Fiskebæk, og så kunne "Svanen", der var monteret med hjul, "sejle over land" og passere mellem Farum Sø og Furesø.

"Svanen" havde flere tilskuere end passagerer i Fiskebæk, så sejladsen på Farum Sø blev indstillet i maj 1899, og ruten sluttede herefter i Fiskebæk, lige ud for det dengang populære Fiskebæk Hotel.



Årene frem til 2. verdenskrigs begyndelse var de bedste år for Baadfarten, idet københavnere blandt andet ved benyttelse af S-banen, der blev anlagt midt i 30'erne, tog til Lyngby og Holte, når de skulle ud i naturen. Baadfarten var et privat selskab, som i mange år gav et beskedent overskud.

I 1976 købte de dengang seks kommuner omkring søerne i fællesskab Baadfarten, og virksomheden er stadig et kommunalt selskab. I dag er det selskabet Stromma Danmark, der driver den traditionsrige "Baadfarten".

Kun for Ældre Sagen hos THIELE

10% rabat - også på tilbud

Hos Thiele får du altid 10% rabat - også på tilbud.

Dog undtaget kontaktlinser og tilbud hvori
der indgår to eller flere briller.

Flerstyrkebriller med gratis læsebrille

Få en gratis læsebrille, værdi kr. 995
ved køb af brillestel med mærkevare flerstyrkeglas.
Så kan du altid læse - også når du ligger ned!

Mobil brilleservice

Vi kommer til dig med synsprøve og briller
(Pris kr. 450 efter 10% rabat)

Flerstyrkelinser til specialpris

Specialpris på deltidsbrug af flerstyrkekontaktlinser

Mulighed for screening af aldersbetingede øjensygdomme

Speciel seniorsynsprøve kr. 0,-

Se mere på seniorsyn.dk
et samarbejde med Ældre Sagen

Betal evt.
over 24 mdr.
Udbetaling 0,-
Gebyr 0,-
Rente 0,-
ÅOP 0,0%



KONGELIG HOFLEVERANDØR

THIELE

LYNGBY HOVEDGADE 66 A TLF. 45 88 08 41
LYNGBY STORCENTER TLF. 45 88 63 36

FASTE AKTIVITETER

Deltagelse forudsætter medlemskab af Ældre Sagen

Oplysninger om og tilmelding til aktiviteterne kan ske ved henvendelse til kontaktpersonerne eller Ældre Sagens kontor,

Gasværksvej 10, 45 87 42 51, mandag-torsdag kl. 13-15.30.

SPORT & MOTION

Badminton

Tid: Mandag og fredag kl. 10-12

Onsdag kl. 10.30-12.30

Torsdag kl. 8-10

Sted: Lyngby Idrætsby

Kontaktperson:

Anders Jensen, 26 25 20 68.

Bordtennis

Tid: Mandag kl. 10-15,

Tirsdag og torsdag kl. 13-15

Lørdag kl. 10-12.

Hele året, i skolesommerferien dog i begrænset omfang.

Sted: Lyngby Idrætsby.

Motionsbordtennis på mange niveauer, dog ikke begynderniveau. (Begynderspil kan fås hos bat60.dk).

Der spilles oftest double, fordi der er mange medlemmer om få borde.

Man medbringer selv bat, og der må kun benyttes indendørs træningssko. Første fremmøde aftales med en kontaktperson.

Kontaktpersoner:

Søren Bak, 29 13 50 75,

spbak2@hotmail.com

Karen Kleinstrup, 53 76 77 13,

karen.kleinstrup@gmail.com

Gert Birkesø, 61 27 37 90,

gerb2908@gmail.com

Cykeldrenge Virum

Tid: Tirsdag kl. 10-12

Sted: Virum Station

Kontaktperson: Niels Trier,
20 30 46 83.

Cykelpiger Virum

Tid: Mandag kl. 10-12

Sted: P-pladsen ved Sorgenfri Kirke
Cykelhjelm anbefales.

Kontaktperson: Vibeke Bille,
21 73 74 51, vibekebille@live.dk

Cykelpiger Lyngby

Tid: Mandag kl. 9-12 Alle uger

Sted: På hjørnet af Klampenborgvej og
Firskovvej. Vi er op til 12 personer.

Kontaktperson:

Vibeke Falkenstjerne, 28 60 52 53,
falkenstjerne@email.dk

Gymnastik Lyngby

Tid: Mandag kl. 9.30-10.35.

Sted: Lyngby Stadionhal

Kontaktperson: Kirsten Nielsen.
grønnevej249@gmail.com

Gymnastik i Lundtofte

Tid: Torsdag kl. 9.30-10.30 (ny tid)

Sted: Lundtoftehallen, Ravnholmvej 11

Kontaktperson: Ole Thomsen,
gymnastiklundtofte@gmail.com

ANNOUNCE:

Miljøprint tilbyder Ældre Sagens medlemmer gratis hjælp til computer og printer



Ældre Sagen og **Miljøprint** har indgået en aftale om at yde hjælp til medlemmerne i Lyngby-Taarbæk Kommune.

Hos **Miljøprint** kan man få hjælp til sin computer og printer, uden at det koster noget!

Hvis det ikke er muligt at komme forbi vores forretning, kan der bestilles et servicebesøg, som bliver takseret til kr. 495,00 inkl. moms og kørsel.

Miljøprint kan også hjælpe og vejlede ved køb af nyt computerudstyr eller printer.

Vi har ligeledes et bredt udvalg af originale og uoriginale lasertonerpatroner og blækpatroner til langt de fleste printere.

Vi sælger også papir samt udfører alle former for print-kopi opgaver.

Tilmeld dig nyhedsbrev, så send os en mail på nyhed@miljoprint.com

Vi har lavet en webshop med gratis levering til alle i Lyngby og nærområde.

Det betyder, at i disse tider, kan du bestille dit blæk/toner på webshoppen.

Afkryds gratis levering, og vi vil så aflevere samme dag, og sætte varerne udenfor døren. Betaling kan ske via faktura eller direkte i webshoppen.

Har du spørgsmål er du velkommen til at ringe til os.



Miljøprint ApS Sorgenfrigårdsvej 80 - 2800 Kgs. Lyngby

Tlf. 29 61 29 52 Email: info@miljoprint.com

Åbningstider: Hverdage kl. 10.00-17.30/Lørdag kl. 10.00-14.00

Kegler

Tid: Onsdag kl. 9-12

Sted: Lyngby Idrætsby

Kontaktperson: Inge Schou, Pedersen, 26 79 80 76,
ingeschou.pedersen@gmail.com

Tid: Fredag kl. 9-12

Sted: Lyngby Idrætsby

Kontaktperson: Kurt Dirach,
28 56 68 44, krydderi@youmail.dk

Krolf

Tid: Onsdag kl. 9.30-12

Tid: Torsdag kl. 9.30-12

Fra maj til udgangen af september

Sted: Lyngby Idrætsby, store plæne ud mod Sorgenfrigårdsvej

Kontaktperson: Mogens Mattsson,
50 40 79 58,
mogens-mattsson@hotmail.com

Petanque

Tid: Ugens første fire dage kl. 10-12 fra maj til september

Sted: Haven på Gasværksvej 10

Kontaktperson: Poul Jørgensen,
45 87 66 20, pjeng@webspeed.dk

Selvtræning - din styrke

Selvtræning er et tilbud til selvhjulpne pensionister fra 65 år, bosiddende i Lyngby-Taarbæk kommune.

Tid: Mandag og onsdag sent eftermiddag, torsdag kl. 7.45-8.45

Sted: TRC/Møllebo i Lyngby

Tid: Mandag til Torsdag i dagtimerne

Sted: Lyngby Idrætsby

Kontaktperson: Interesserede kan henvende sig kl. 9-10 på 20 18 05 86 eller selvtraening@ltk.dk

Senior Dans

Tid: Fredag kl. 12-14

Sted: LKI Lyngby, Carlshøjvej 2

Sæson fra fredag 13. september til 28. marts 2025

Ferie i uge 42 og i uge 7

De første par gange er prøvetimer.

Dans giver motion til hjerne, hjerte og humør. Seniordans er for alle, og vi danser til dejlig musik.

Kom med eller uden en partner. Der er ingen bænkevarmere i Seniordansen, så kom og vær med!

Kontaktperson: Lise Klint,
22 80 45 33.

Stavgang

Deltagerne skal være godt gående. Medbring egne stave.

Hold 1

Tid: Tirsdag kl. 10-11

Sted: Møllehuset ved Fuglevad Station

Kontaktperson:

Ida Wilhelm Hansen, 28 49 91 71.

Hold 2

Tid: Torsdag kl. 10-ca.11.30

Sted: Virum Station ved P-pladsen

Kontaktperson: Ole Flyger,
20 36 17 07.

Stolegymnastik

Tid: Fredag kl. 10-11

Sted: LKI Lyngby, Carlshøjvej 2

Henvendelse fredag kl. 8-9 til

Kontaktperson: Karin Danielsen,
61 66 92 69.

Udendørsmotion for herrer

Tid: Tirsdage kl. 10-11

Sted: Græsplænen ved Nationalmuseet i Brede

Kontaktperson: Ole F. Thomsen,
29 88 33 88.



Begravelsesforretning Sørup

Grundlagt 1933 - 3. generation

Gasværksvej 12
2800 Kongens Lyngby
voresbedemand.dk

Kenneth Sørup

Lyngby - Lundtofte - Virum - Sorgenfri - Gladsaxe
Personlig og professionel rådgivning - Stilfuldt og økonomisk

Tlf. 4587 1235

Træffes døgnet rundt • Aftaler træffes gerne i deres eget hjem



RANDI DAM
26 15 85 32

MARIANNE HVID
28 70 38 78



frahjemtilhjem1@gmail.com

FRA HJEM TIL HJEM - OMSORGSFULD FLYTTEHJÆLP

Står du foran en flytning til ældrebolig eller plejehjem, skal der tages hånd om mange praktiske ting:

- Indretning af din nye bolig så den fungerer, og du føler dig hjemme.
- Nedpakning og udpakning samt kontakt til flyttefirma.
- Håndtering af de ejendele som du ønsker at skille dig af med samt eventuelt nyindkøb.
- Andre opgaver du måtte have relateret til din flytning.

Din bolig er et vigtigt fundament i dit liv. Vi skaber et trykt forløb, hvor du føler dig set, og hvor vi sammen med dig løser de udfordringer, der er ved en flytning.

Vi er begge erfarne i indretning af hjem og er praktisk anlagt. Vi glæder os til at hjælpe dig på plads i dit nye, hyggelige og personlige hjem.

Kontakt os gerne for et uforpligtende tilbud.

HOBBY

Fotoklubben

Tid: 3. onsdag i måneden kl. 13

Sted: Gasværksvej 10

For alle interesserede, øvede som begyndere. Hver måned kan der indleveres maks. to fotos, format A4 eller mindre til en konkurrence.

Konkurrence- og tekniske emner

15. maj: Gimp og Rawtherap (Mogens).

19.juni: Sommertur.

Kontaktperson:

Mogens Dam, 20 20 16 23,
mogensdam64@gmail.com

Frimærkeklubben

Tid: Torsdag kl. 13-ca.16 i lige uger

Sted: Gasværksvej 10

Samlere er velkomne til klubbens møder, hvor der diskuteres, byttes og afholdes auktioner.

Kontaktpersoner:

René Wejlemand, 42 95 12 62,
renewejlemand@gmail.com

Syning

Tid: 1. onsdag i måneden og torsdag i ulige uger kl. 13-15.30

Sted: Gasværksvej 10

Få råd og hjælp med klipning, syning, forandring og gode idéer.

Husk at medbringe egen syæske.

Kontaktperson:

Liselotte Nymann Pedersen,
41 60 19 32.

Tegning og akvarel

Tid: 2. og 4. onsdag i måneden kl. 13-17

Sted: Gasværksvej 10

Se efterlysning af aktivitetsleder på side 7.

Kontaktperson: Henvendelse til kontoret, 45 87 42 51.

Voksmaling

Tid: 3. tirsdag i måneden kl. 13-16

Sted: Gasværksvej 10

Kontaktperson:

Marianne Bernhardt, 27 85 38 06.

FRISØR – ANNE-DORTHE

Abcklip er nu at finde i salonen på Baunehøj,

Bauneporten 20, 2800 Kongens Lyngby – efter aftale.

Om det er vask, klip, permanent, farve eller striber er du garanteret god service med et smil.

Du er velkommen til at bestille tid hos mig i salonen.



Mere end 30 års erfaring!

Med venlig hilsen

Din frisør – Anne-Dorthe

www.abcklip.dk • Mobil 30 70 01 69 • Mail: abc@abcklip.dk

LITTERATUR

Litteraturkreds 1

Tid: 1. onsdag i måneden
kl. 13.15-15.15

Sted: Gasværksvej 10

Kontaktperson: Gerda Larsen,
40 38 64 54,
larsengerda1@gmail.com

Litteraturkreds 3

Tid: 2. mandag i måneden
kl. 10-12

Sted: Gasværksvej 10

Henvendelse til kontoret.

Litteraturkreds 4

Tid: 3. tirsdag i måneden
kl. 10-12

Sted: Gasværksvej 10

Henvendelse til kontoret.

MUSIK

Jazz

Tid: Tirsdag kl. 19-21.45

Sted: Hummeltofteskolens
musiklokale

Kontaktperson: Uffe Henriksen,
24 27 47 38,
uffe@sorgenfriconsult.dk

Latin-amerikansk musik

Tid: Tirsdag kl. 16-19

Sted: Hummeltofteskolens
Musiklokale

Kontaktperson: Michael Madsen,
20 44 77 98,
4m@pc.dk

Rock eller Rust

Tid: Fredag kl. 16-19

Sted: Hummeltofteskolens
musiklokale

Kontaktperson: Allan Cornelius,
51 60 16 17, aco2@c.dk

SPIL

Hyggebridge

Tid: Torsdag kl. 13-16

Sted: Stadionhallen, Lundtoftevej 53

Det er ikke nødvendigt at have en makker ved tilmelding, men det forventes, at spillerne har et grundlæggende kendskab til bridge.

Midt på eftermiddagen serveres kaffe fra cafeteriet på Stadion.

Pris: cirka 200-300 kroner årligt.

Kontaktperson:

Steen Grove-Rasmussen,
22 82 93 04,

groverasmussen@email.dk

L'hombre

Tid: Mandag kl. 9.30-12.30

Sted: Gasværksvej 10, 1. sal

Nye deltagere er meget velkomne.

Kontaktpersoner:

Poul Jørgensen, 45 87 66 20,

pjeng@webspeed.dk

Kirsten Jacobsen, 40 19 61 07.

Skak

Tid: Fredag kl. 9.30-12

Sted: Gasværksvej 10

Hvis du har spillet før, er der altid nogle, du kan få et godt spil med.

Vi spiller uden ur og når et par spil hver fredag.

Kontaktperson:

Peter Christian Linde, 21 79 12 23,

peter@brede.dk

Allan Keller, 61 46 36 88.

Whist

Tid: Fredag kl. 13-16

Sted: Gasværksvej 10

Nye deltagere er meget velkomne

Kontaktpersoner:

Lene Jensen, 22 93 17 41,

Sven Gillesberg, 25 85 20 05.

SPROG Sted: Gasværksvej 10**Engelsk konversation**

Tid: Mandag i lige uger kl. 13-15

Kontaktperson: Jette Rohde,

22 24 10 95,

privat-jette-22@hotmail.com**Engelsk konversation**

Tid: Onsdag i ulige uger kl. 10-12

Kontaktperson:

Uffe Vagner Henriksen, 24 27 47 38,

uffe@sorgenfriconsult.dk**Engelsk konversation**

Tid: Onsdag i lige uger kl. 11-12.30

Kontaktperson: Lis Buchwald Olesen,

30 42 49 47, lbomib1@gmail.com**Engelsk konversation**

Tid: Torsdag kl. 10.30-12

Kontaktperson: Ida Lise Jensen,

29 66 62 06, idalise.j@gmail.com**Russisk**

Tid: Mandag

kl. 12.30-15

Kontaktperson:

Elena Sand, 33 15 41 24.

English conversation

for fluent speakers

Tid: Mandag i lige uger kl. 10-12

Kontaktperson: Søren Svare,

27 73 72 91,

soeren.svare@gmail.com

Tid: Fredage kl. 10-12

Kontaktperson: Kirsten Svare,

23 67 95 66, ksvare2830@gmail.com**Fransk konversation**

Tid: Torsdag i ulige uger

kl. 10.30-12.30

Kontaktperson:

Marie-Francoise Ahrenkiel,

ahrenkielgmf@mail.dk**Fransk konversation**

Tid: Tredje onsdag i måneden

kl. 13-15

Kontaktperson: Solveig Mølgaard,

61 65 61 89, solmoe@gmail.com**Tysk konversation**

Tid: Torsdag i lige uger

kl. 10-12

Kontaktperson:

Gerda de Blanck, 60 62 21 19.

**Line Rasmussen**

Eksamineret behandler

Carlshøjvej 51, Butikstorvet

2800 Kongens Lyngby

chiline.dk**40922858**

Medlem af DAKOBE og RAB

Kropsbehandling

Har du og din krop brug for lindring, forkælelse og velvære?

Jeg tilbyder professionel og nærværende behandling, som består af massage, zoneterapi og akupunktur. Behandlingen kan gives i kombination eller hver for sig efter dine ønsker og behov!

For Ældre Sagens medlemmer er prisen 650 kr. for en times behandling.

Velkommen – jeg glæder mig til at hjælpe dig!



Afsender: Ældre Sagen, Gasværksvej 10, 2800 Kongens Lyngby

Solen skinner og foråret er på vej.
Nyd hægekøjen, Ring til TMT.

Forårstrim af hus og have

- Plæneklipping
- Ukrudtsbekæmpelse
- Hovedrengøring
- Hækkklipping
- Alm. Rengøring
- Vinduespolering

Effektiv rensning og imprægnering
af belægninger mv. Efter tilbud

TMT.

TMT Entreprise ApS
Virumvej 94 • 2830 Virum

Telefon 50 50 87 87
www.tmt.dk • post@tmt.dk