



April 2026

**GEDEVASEVANGS
NYHEDSBLAD**

for efterlønsmodtagere og pensionister

INDHOLDSFORTEGNELSE

Kommende arrangementer	2
Forord ved Jytte Krohn	3
Faste aktiviteter	4
Kalender	5
Månedens menu	6
Information	7
Film: De Urørlige	8
Modeshow	9
Ud i det blå	10
Kun for mænd til Rundetårn og Børsen	11
Film om tricktyveri Lørdagsfrokost Velkommen til Nicklas Sørensen	12
Opera: Livlægens besøg	13
Aftenspisning Gladsaxe Kammerkor	14
"En lang dag" Digt: Prioritering	15
Fruentimmertur til Ordrupgård museum	16
Hjernens sundhed – foredrag	17
Vinsmagning og tapas	18
Notitser	19
Bestyrelse og udvalg på Gedevassevang	20



Kommende arrangementer

6. maj	Sommerbevægelse udendørs begynder
7. maj	Tur til Gavnø Slot
20. maj	Country-aften

Forside: Påske på Gedevassevang
Foto: Alex Madsen

Så nåede vi april: Påskemåned

Jeg er et optimistisk menneske, og måske er det den kommende påske, der giver mig triste tanker. – Vi kender fra biblen dens drama, og det fremkaldte tanken om at kæde stemningen (naturligvis ikke begivenhederne) sammen med de tanker og følelser, der optager os i disse år

Fra glæden og det nogenlunde ubekymrede, da Jesus rider ind i Jerusalem palmesøndag til de næste forfærdelige dage, hvor hovedpersoner fuldstændig vender om på stemningen og hos Jesus fremkalder frygt, fortvivlelse, ensomhed og død, og hos andre: forræderi, vold, ondskab og grusomhed. Som vi ved: alt ender dog godt for os, Jesus genopstår og kaster lys over et nyt forhold mellem Gud og mennesker.

For ikke så længe siden følte vi os nogenlunde ubekymrede, fordi vi syntes, vi kendte verden og vores fremtid, i dag føler vi os usikre, måske endog frygtsomme, fordi den verdensorden, vi var fast forankrede i, vakler i uforudsigelighed, uro og krige: Hvem kan vi overhovedet stole på? Hvem kan stoppe de kræfter, der lige nu dominerer? Hvad sker der med Danmark/Grønland, med Europa? Hvad med demokratiet? Hvad med de næste generationer?

Slut med triste tanker og sortsyn, det er trods alt forår, nu tager vi lige en drejning, først med et tilbageblik, så til det nærværende: Vores generation har været skånet for armod/egentlig fattigdom, vi bliver sundere, ældre. – Vi har oplevet fred og fremgang. - Vi er den sidste generation, der har oplevet mange ting, fx deletelefoner og skrivemaskiner, og farlige sygdomme er udryddet, fx kopper og polio.

Hvad kan vi gøre for at have det godt med os selv og andre?

Jo, vi kan engagere os, interessere os for det nære liv omkring os. - Vi kan sørge for at have struktur på vores dage, have noget at stå op til, ringe til venner og gøre det rart for andre at være sammen med os. - Vi kan øve os i at acceptere andre mennesker, som de nu er. - Vi kan lade minderne få plads, ikke kun som et album man tager ned fra hylden, for minder skal skabes som tanker om de gode dage, der dog har været flest af.

Vi kan tænke på kommende dage som en bog med blanke sider, vi skal udfylde, den hedder: "Hvert øjeblik er en ny begyndelse". Vi er stadig med til at skabe de muligheder, livet indeholder.

Og lad os så nyde påsken og den nye måned, måske med sammenkomst med familie, venner og Gedevassevang, der altid husker os på, at det er nærværet, der tæller.

Påskehilsen, Jytte Krohn



GEDEVASEVANGS FASTE AKTIVITETER

Ugeprogram hvor du kan deltage i ugens faste aktiviteter.

På disse aktiviteter er tilmelding ikke nødvendig

Småkagebagehold	Mandag kl. 13.00
Sang og Musik	Tirsdag kl. 10.00
Bankospil	Tirsdag kl. 14.00
Kreativt værksted	Fredag kl. 10.00

På disse aktiviteter skal du være tilmeldt

Pensionistkoret	Mandag kl. 10.00
Træning på Motofliser	Mandag, onsdag og torsdag Alle hold slutter i uge 16
Spisegruppe med afhentning	Tirsdag og torsdag
Bevægelse på gulv	Onsdage kl. 9.50 - 11.00
Bevægelse på og omkring stol - fra uge 8 også	Onsdage kl. 11.10 - 11.55 Torsdage kl. 11.00-11.45

Motionscentret Pusterummet har åbent hver dag fra kl.10.00 -14.00. Som ny skal man deltage i en times instruktion, før man må træne. Vejledning i pusterummet hver torsdag ml. kl. 12 - 13 fra uge 8 (19.2). Ring til vores reception på tlf. 4495 2255 og bestil tid til en instruktion.

Gedevasevangs reception er åben hver dag fra kl.10.00 – 12.00.

Her vil vores frivillige receptionister besvare spørgsmål og give dig en rundvisning. Her kan du også tilmelde dig forskellige hold.

I Gedevasevangs Nyhedsblad kan du læse om månedens større arrangementer. Nyhedsbladet udleveres i receptionen og findes på Skovgården og på kommunens biblioteker.

Se mere om alle vores faste aktiviteter i sæsonens aktivitetsblad.

Bevægelse og Samvær på og omkring Stol

Da der længe har været venteliste på stolegymnastik, starter vi et stolegymnastikhold om **torsdagen kl.11- 11.45 i salen**. Har du lyst til at være med eller er du på venteliste så skriv dig på i receptionen. Er du tvivl om det er noget for dig, så kom og vær med den første gang - helt uforpligtende.

Vi startede torsdag den 19.2 kl. 11.

Pris 315 kr. for undervisning frem til og med den 23. april.

 - Hilsen Lise

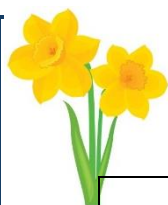
April 2026

Ons.	1.	Film: De urørlige	Kl. 13.30 – ca. 15.30
Tors.	2.	Skærtorsdag	Lukket
Fre.	3.	Langfredag	Lukket
Lør.	4.		Lukket
Søn.	5.	Påskedag	Lukket
Man.	6.	2. påskedag	Lukket
Tirs.	7.	Sang og musik med Allan Steen Banko aflyst	Kl.10.00 – 11.30
Ons.	8.	Lene Glud Modeshow	Kl. 14.00 – 16.00
Tors.	9.		
Fre.	10.		
Lør.	11.		
Søn.	12.		
Man.	13.	Ud i det blå	Kl. 10.00 - ca. 12.15
Tirs.	14.	Sang og musik med Anne Pedas Banko	Kl. 10.00 – 11.30 Kl. 14.00 – 16.00
Ons.	15.	Info om Tricktyveri Kun for mænd	Kl. 14.00 – 16.00 KL. 11.30
Tors.	16.		
Fre.	17.		
Lør.	18.	Lørdagsfrokost	Kl. 12.00 – ca. 14.00
Søn.	19.		
Man.	20.	Aftenspisning og Gladsaxe Kammerkor	Kl. 17.30 Kl. 19.00 – 19.45
Tirs.	21.	Sang og musik med Bærentzen Banko	Kl. 10.00 – 11.30 Kl. 14.00 – 16.00
Ons.	22.	Fruentimmertur	Kl. 10.00
Tors.	23.		
Fre.	24.	Forskerdag - Hjernesundhed	Kl. 13.00 - 15.00
Lør.	25.		
Søn.	26.		
Man.	27.	Ud i det blå	Kl. 10.00 – ca. 12.15
Tirs.	28.	Sang og musik med Grete Hermansen	Kl. 10.00 – 11.30
Ons.	29.	Vin og Tapas	Kl. 14.00
Tors.	30.		



**Receptionens åbningstid er
kl. 10.00 – 12.00.**





I april måned ser madplanen således ud:



Dato	Menu
Uge 14	
Ons. 1.	Fiskefrikadeller med kartofler og tomatsose
Tors. 2.	Skærtorsdag
Fre. 3.	Langfredag
Uge 15	
Man. 6.	2. påskedag
Tirs. 7.	Kalkunschnitzel med grønt og kartofler
Ons. 8.	Champignonsuppe
Tors. 9.	Grillkøller med coleslaw og bådkartofler Dessert 22 kr.
Fre. 10.	Shepherds pie med råkost
Uge 16	
Man 13.	Pølser med varm kartoffelsalat
Tirs. 14.	Gryderet med mos
Ons. 15.	Brunkål med rugbrød
Tors. 16.	Grønsagslasagne med tomat salat Dessert 22 kr.
Fre. 17.	Dampet laks med stuvet spinat
Uge 17	
Man. 20.	Tomatsuppe med kødboller og flutes
Tirs. 21.	Farserede porrer med sauce og kartofler
Ons. 22.	Overraskelse
Tors. 23.	Nakkefilet med kartofler og sauce Dessert 22 kr.
Fre. 24.	Kylling i karry med ris
Uge 18	
Man. 27.	Tærte med salat
Tirs. 28.	Chili sin carne med ris (vegetarisk)
Ons. 29.	Torsk med kartofler og sennepssauce
Tors. 30.	Skinke med kartoffelsalat Dessert 22 kr.

Ret til ændringer forbeholdes

Menu pris 55,-

Torsdagsdessert pris 22,-

Køkkenet har åbent alle hverdage 08:30 – 14:00

Intet salg udenfor åbningstid

Der er mulighed for at betale med MobilePay



INFORMATION



OBS vigtig info OBS!

Fra 1. marts sælges ALLE billetter i receptionen fra den første hverdag i måneden. Reglen om 4 billetter pr. deltager/køber gælder stadig!

Til store arrangementer åbnes dørene 15 minutter før!



Pusterummet har nu fået sit eget telefonnummer: 2232 1730. Man bedes booke og melde fra til dette nummer i stedet for det gamle!



Sommerbevægelse

Onsdag den 6. maj starter vi bevægelse udendørs.

Kl. 10 går et hold ned til søen med øvelser undervejs.

Kl.10.45 er der stående og siddende bevægelse i 45 minutter, hvor efter vi sammen nyder en kop kaffe og et stykke brød.

Vi slutter kl.12

Mange møder først op kl. 10.45, gåturen er helt frivillig.

Du kan enten bare møde op, de gange du kan. Drop in pris: 50 kroner.

Eller tilmelde dig de 7 gange frem til juli for 300 kroner. (3.6 ingen undervisning). Prisen inkluderer kaffe og brød.

Glæder mig til at se jer. Alle er velkommen

Hilsen Lise



Rejsen til Andalusien 13.-20. oktober

Enkelte ledige pladser. Henvendelse og program i receptionen.



Billeder til bladet

Bemærk ny e-mailadresse: bladet@gedevasevang.dk

Da redaktionsgruppen ikke deltager i alle arrangementer / ture / rejser opfordrer vi hermed til at fotografer sender billeder til os.

Redaktionen

Film på storskærm:

De Urørlige

onsdag den 1. april kl. 13.30 – ca. 15.30

Den franske film fortæller om et umage venskab mellem en handicappet rigmand og en ghettoknægt, der bliver hans plejer. Den viser, hvordan humor kan bruges i forhold til tabubelagte emner, og den bygger på en sand historie.

Den velhavende og aristokratiske Philippe har mistet sin kone og er blevet lam efter en paragliding ulykke. Da han søger en personlig plejer, vælger han med vilje den mindst egnede, den sorte Driss, med en halvkriminel fortid. Philippe er træt af høflighed og medlidenhed med sit handicap, og Driss repræsenterer netop den ærlighed og ligefremhed, han savner.

Driss vokser med opgaven, bliver præsenteret for klassisk musik og kunst, og omvendt åbner han Philippes øjne for pop og joint'ens virkning. Han lærer at stå for den daglige pleje af Philippe, men må efter en tid flytte hjem, for at tage sig af sin familie. – Indimellem er der adskillige underholdende intriger, og filmen slutter åbent med en eventuel kærlig udvikling mellem Philippe og en penneveninde.

Filmen varer 112 minutter. Hovedpersonerne spilles af Francois Cluzet (Philippe) og Omar Sy (Driss).

**Pris for kaffe og kage kr. 40,
som betales ved indgangen**

God fornøjelse!



Lene Glud Modeshow

Onsdag den 8. april kl. 14-16

Kom og bliv præsenteret for sommerens mode og tendenser i farver og snit fra Lene Glud.

Det bliver en hyggelig eftermiddag i selskab med vores egne mannequiner, som viser de nye trends.

Mens vi ser på opvisningen, drikker vi et glas kølig hvidvin, og senere er der mulighed for at se nærmere på tøjet – og endog købe det.

Der serveres kaffe og kage, mens vi overvejer/foretager vores indkøb.

Der kan betales kontant, med MobilePay eller Dankort.

Pris for et glas vin, kaffe og kage: kr. 75, som betales ved indgangen.



Ud i det Blå – april 2026

Mandagsture med Gedevasvangs busser

Første tur er mandag den 13. april.

Derefter kører vi mandage i lige uger i

E.S. Bussen og Esther 2.

Turene går ud i naturen i Nordsjælland, så deltagerne kan nyde det smukke landskab.

Vi medbringer madkurv og ostemad til pitstop midtvejs.

Turenes varighed: Kl. 10:00 - ca. 12:15.

Prisen er 65 kr. til kaffe, ostemad og kørsel.

Billetsalg i Gedevasvangs reception.

Vi glæder os til samværet med jer

Ole, Rita, Steen og Hanne



Kun for mænd

Rundetårn og Børsen

Onsdag den 15. april kl. 11:30

Grundet åbningstiderne de steder, hvor vi skal ind, bliver turen lidt anderledes end den plejer at være.

Vi mødes på Farum Station kl. 11:30!!!

Vi kører til Værløse, hvor vi spiser på vores sædvanlige sted kl. ca. 12-13:30.

Derefter tager vi S-toget til Nørreport, og herfra går vi til Rundetårn og ser det nye tag. Dernæst vandrer vi til Børsen og ser på genopbygningen.

Med toget hjem til Farum igen!

Hele turen er for egen regning

Vel mødt

Jens



Film om tricktyveri

Onsdag den 15. April kl. 14-16

Vi viser 2 film, oprindeligt bragt på TV2: **Den falske politikommissær.**

Den første: **En svindler på linjen.**

Den handler om Anders og andre ofre, der er blevet ringet op af en falsk politikommissær – manipuleret til at udlevere kreditkort eller købe guld. Hvem står bag svindelnetværket?

Den anden: **De tror, jeg hedder Aksel Ravn**

Sporene efter den falske politikommissær fører til Thailand – langt fra de danskere, der har mistet millioner. På en strandbar i Phuket får han uventet selskab.

Billetter i receptionen, kaffe og kage: kr. 75



Lørdagsfrokost

Lørdag den 18. april kl. 12.00-ca.14.00

Der serveres:

2 stykker smørrebrød

1 genstand

Kaffe og kage

Der er tilmelding og betaling i receptionen efter

"først til mølle" princippet.

Pris kr. 100



Velkommen til Nicklas Sørensen

som tiltræder 1. april

25 timer som udendørsmand.



Opera på Gedevaselang

The visit of the Royal Physician (Livlægens besøg)

Mandag den 20. april kl. 13.30 – ca. 16.30

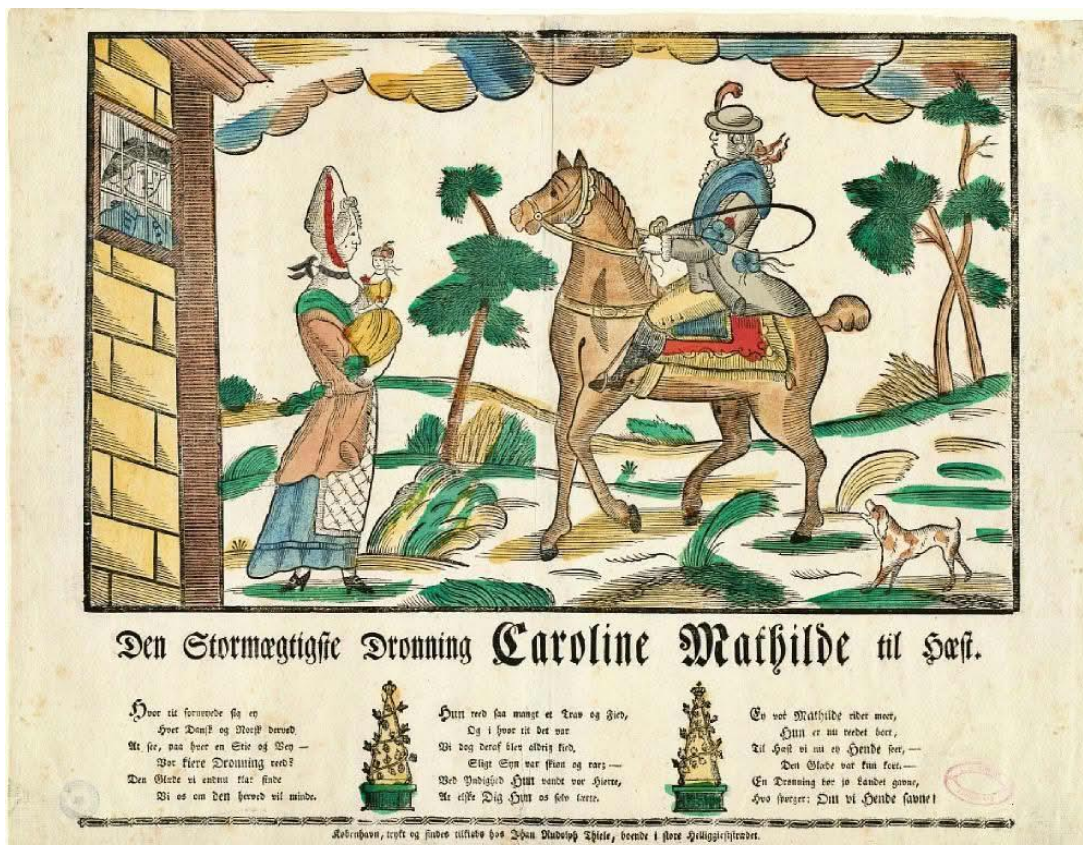
Dansk opera af Bo Holten med libretto af P. O. Enquist

Operaen foregår i en bevægende periode af Danmarks historie med Christian VII, Caroline Mathilde og Struensee som midtpunkter i et drama, der udspiller sig ved hoffet og udstilles for folket.

Operaen er optaget i Den kgl. Danske Opera med komponisten på dirigentpodiet og en fin vifte af danske sangere på scenen. Der er dansk undertekst.

En flot og medrivende opera som alle kan glæde sig til at stifte bekendtskab med.

Vi indleder med et glas vin, og undervejs er der kaffe med husets kage.



Pris kr. 55 som betales ved indgangen. Mød blot op.

Med de bedste operahilsener

Lise, Vibeke og Inger Louise

Aftenteamet

byder på spisning

mandag d. 20. april kl. 17.30

Denne gang består menuen af:

Hele kyllingelår

med salat, dressing og flutes

Kaffe og kage

Pris kr. 100 ekskl. drikkevarer

Billetter i receptionen.

Gladsaxe Kammerkor

besøger Gede vasevang

mandag d. 20. april kl. 19

Gladsaxe Kammerkor optræder igen på Gede vasevang og i lyset af den fine modtagelse ved flere tidligere besøg kommer vi med store forventninger.

Gladsaxe Kammerkor er et blandet kor og har sunget i 55 år med et repertoire af klassisk musik fra renæssancen til i dag.

Gladsaxe Kammerkor synger denne gang under ledelse af Shaked Evron, som har været korets dirigent i 2 år. Koret synger bl.a. værker af La Cour, Nystedt, Finzi, Jeppesen og Rutter.

Nedenfor ses et muntert billede fra en øveaften i Bagsværd Kirke, vores hjem i alle kirkebygningens 50 år.



En lang dag



Pergamentagtige hænder og boblende blodårer, sidder hun i sin gode stol. Med tågede øjne prøver hun at tyde en kryds og tværs med de nye briller.

Hun glemte at tage skålen med de små kager med. Det må vente til næste gang, hun skal op af stolen.

Det kan være hun pludselig skal skynde sig ud på badeværelset. Bare hun når det.

Tilbage i den gode stol glemte hun kagerne. Det må vente til næste gang, hun skal op af stolen.

Prøver nu at se lidt TV, men kan ikke forstå hvad personerne siger, de taler alt for hurtigt. Hun slukker og tager sin bog, læser lidt og falder i søvn.

Savler lidt — bogen falder på gulvet.

Hun vågner op, tænkt er klokken allerede så mange. Det bliver dejligt at komme i seng efter en lang dag.

December 2025 / Hanne Bang



Prioritering

Vi har en trivselskommission,
som har en national mission.

Den siger, vi skal "preppe".

Personligt tror jeg næppe,
jeg "hopper med på vognen"

og køber dåseroggen,
og hamstrer tun og pasta.

Nu si'r jeg altså: Basta!

Så må jeg dø af sult og tørst,
for jeg skal nå at leve først
og ikke lukke frygten ind,
som fylder mange danske sind.

Jeg la'r mig ikke koste rundt,
for det er ikke særlig sundt.

Jeg vil ha' ro og fokus
på forår og på krokus.

Bente Landau

Fruentimmertur

Udflugt til Ordrupgård museum

Onsdag den 22. april kl. 10:00

Fruentimmertur onsdag den 22. april med afgang fra Gedevejssvang kl. 10.00.

Turen går denne gang til museet Ordrupgård, hvor vi blandt andet skal se den flotte udstilling Café Society: Kunst og fællesskaber i belle époque Paris.

Vi får god tid til selv at gå rundt og se de øvrige udstillinger.

Turen slutter denne gang på Gedevejssvang, hvor vi skal spise smørrebrød.

Pris for entre, kørsel og frokost 295,00 kr.

Drikkevarer for egen regning

Hilsen og på gensyn

Dorit og Bodil



Foredrag om
hjernens sundhed
Ved forsker Astrid Wiggers
fredag den 24. april kl. 13-15

Hvert år afholdes en forskerdag eller forskeruge landet over. Her kan man tilmelde sig arrangementer på forskellige universiteter eller andre uddannelsessteder, eller man kan arrangere foredrag med en forsker med forskelligt speciale.

Her på Gedevej kan vi komme til foredrag med Astrid Wiggers, der forsker i sammenhængen mellem sanseforstyrrelser og diabetes på Steno Diabetes Neuro Unit. Ved sygdommen diabetes er nedsat følesans og andre sanseforstyrrelser almindeligt, og foredragets overskrift er:

"Kan nedsat følesans fortælle os noget om
hjernens sundhed".

Billetter i receptionen kr. 50.

Kaffe og kage.

Drikkevarer kan købes.





Gedevasevang inviterer til vinsmagning og tapas

Vi har inviteret vores lokale TZ Wine til at kigge forbi og præsentere nogle af sine produkter, og ejeren Tommy Keil vi fortælle om sin passion for vine.

Onsdag 29. april kl. 14:00

TZ Wine kommer med vine til en hyggelig aften med vinsmagning og fortællinger om de udvalgte vine, og Oasen serverer tapas, som er tilpasset vinene.

Pris kr. 125



Kort omtale af udflugt i maj

Der bliver arrangeret en tur til Gavnø Slot, for at vi kan besøge den smukke Tulipanhave den 7. maj 2026.

Derefter køres til "Fiskerlejet" ved Karrebæksminde/Enø, hvor man nyder en medbragt frokost, hvortil man kan købe drikkevarer. – Nærmere i majbladet.



Om "Bixen"

I øjeblikket er den daglige leder af genbrugsbutikken Bixen, Kirsten, sygemeldt, vikaren er **Bente Korndal**.

Man indleverer i receptionen eller til centerleder Peter Larsen. Der kan betales med mobilepay og kontant og i receptionens åbningstid også med dankort. – Prisen fastsættes af Kirsten eller Bente.



Om musikanlægget mm. i salen:

Uvedkommende bedes respektere, at **der ikke må pilles ved** anlægget i salen. Alt for tit er man ude for, at det går i udu, fordi ukyndige har pillet/"hjulpet".



Ordinært årligt møde i beboerrådet på Gede vasevang

På mødet valgtes følgende til beboerrepræsentationen:

Liselotte Ortving, Ingelise Christiansen og Sven Antik.

Som suppleant valgtes: Ivan Jørn Andersen.

De valgte til beboerrepræsentationen besluttede at udpege **Liselotte Ortving og Sven Antik** til at repræsentere beboerne i Gede vasevangs bestyrelse.

Sven Antik



Kom til Gede vasevang og gør en forskel som frivillig

Har du tid og kræfter mangler aktivitetscenteret din hjælp.

Ring til receptionen telefon 4455 2255. Åben alle hverdage 10-12 og få en aftale med centerleder Peter Larsen.



Aktivitetscenter Gedevasevang

Hestetangsvej 30 A, 3520 Farum

Åben mandag til fredag 8-16

Telefon: 4495 2255

Mail: kontakt@gedevasevang.dk

Hjemmeside: www.gedevasevang.dk

Facebook: [gedevasevang](https://www.facebook.com/gedevasevang)

Gedevasevangs Café Oasen

Åben mandag til fredag 9-14

Telefon: 4495 0855

Mail: cafe-oasen@gedevasevang.dk

Receptionen

Åben mandag til fredag 10-12

Pusterummet

Telefon: 2232 1730

Aktivitetscenter

Åben mandag til fredag 8-16

Bestyrelsen

Mødes mindst 4 gange årligt

Bestyrelsesformand Birte Jakobsen

Næstformand Sven Antik

Medlem Arne Ziegler

Medlem Liselotte Orting

Medlem Ole Bondo Christensen

Medlem Robert Mørck

Medlem Niels Jørgen Brandt

Konst. centerleder Peter Larsen

Referent Jytte Krohn

Beboerrepræsentanter

Medlem Sven Antik nr. 24A

Medlem Liselotte Orting nr. 24B

Medlem Ingelise Christiansen nr. 46A

Suppleant Ivan Jørn Andersen nr. 33B

Nyhedsbladets redaktionen

Jytte Krohn

Karin Halbye

Alex Madsen

Peter Larsen: Ansvarshavende

Indlæg sendes til:

bladet@gedevasevang.dk

Husk deadline den 15. i hver måned

Dagteamet

Mødes mindst 1 gang hver måned

Medlem Jette Hjørne

Medlem Mariann Østner

Medlem Kirsten Turpie

Medlem Hildur Nielsen

Medlem Minna Petersen

Medlem Judy Malmstrøm

Medlem Hanne Brysting

Medlem Birgit Sørensen

Medlem Helle Frederiksen

Aktivitetsudvalget

Peter Larsen

Bent Andersen (pusterummet)

Karin Meinicke (kreagruppen)

Bente Korndal (beboer 44B)

Ingelise Christiansen (beboer 46A)

Rejseudvalget

Birte Jakobsen

Pia Wernery

Boyja Dam

Mogens Persson

Thorben Falck

Peter Larsen

