

Strandlunds Beboerinformation nr. 3 - 2026

Dato:

Marts måned

- 
1. Søndagstræf i dagligstuen kl. 10.00
 3. Vin i dagligstuen kl. 14.00
 5. Gymnastik i dagligstuen kl. 9.00
(Koll.) Præsentation af kandidater i restauranten kl. 15.00
 7. Saks & Hammer fødselsdag i dagligstuen kl. 12.00
 9. Banko i restauranten kl. 15.00
 10. Vin i dagligstuen kl. 14.00
 11. Kreativklub i dagligstuen kl. 16.00
 12. Gymnastik i dagligstuen kl. 9.00
Cykelklub foredrag i dagligstuen kl. 14.30
 13. Aftenåbent i restauranten kl. 18.00
 17. Vin i dagligstuen kl. 14.00
 19. Gymnastik i dagligstuen kl. 9.00
 23. Valg til kollektivbestyrelsen på kontoret kl. 10.30-12.00
 24. Valg til kollektivbestyrelsen på kontoret kl. 10.30-12.00
Vin i dagligstuen kl. 14.00
 25. Kreativklub i dagligstuen kl. 16.00
 26. Gymnastik i dagligstuen kl. 9.00
Fællesrummet i dagligstuen kl. 15.00
 27. Bog & kaffeklub i dagligstuen kl. 14.00
Saks & Hammer foredrag i dagligstuen kl. 17.00
 31. Vin i dagligstuen kl. 14.00

Orientering fra Administrationen

Kontakt:

Pernille Hede Fjellander

Maria Buddig Bylinska

Nikolaj Ventrup

Telefon: 39 62 11 30

Mail: strandlundfc@gentofte.dk

Administrationen håndterer henvendelser af driftsmæssig karakter fra både ejere og kollektivbeboere.

Kontoret åbningstider:

Mandag: kl. 8.00-12.00 & 12.30-14.00

Tirsdag: kl. 8.00-12.00 & 12.30-14.00

Onsdag: kl. 8.00-12.00 & 12.30-14.00

Torsdag: kl. 8.00-12.00 & 12.30-14.00

Fredag: kl. 8.00-12.00

Strandlunds hjemmeside: www.strandlund.gentofte.dk

indeholder alt info om Fællescentret, Kollektiv- og Ejerboligerne – herunder bestyrelsesarbejder (referater, budgetter og regnskaber, husorden og vedtægter mm.), boligernes udformning, arrangementer og beboerklubber og meget mere.

Bestyrelserne:

Fællescenterbestyrelsen:

Næste møde er aftalt til d. 8. april 2026 kl. 18.00 i Fællescentrets dagligstue.

Kollektivbestyrelsen:

Næste møde er aftalt til d. 8. april 2026 kl. 16.30 i Fællescentrets dagligstue.

Bestyrelsen i Ejerlejlighedsforeningen:

Næste møde er aftalt til torsdag d. 19. marts 2026 kl. 16.00 i Fællescentrets dagligstue. Der er generalforsamling torsdag d. 21. maj 2026 kl. 16.30. Dagsorden mm. udsendes senere.

Hjælp uden for åbningstiden:

Denne hjælp er **kun** beregnet på akut hjælp til f.eks. manglende elektricitet i boligen eller utætte vandrør, og kun uden for administrationens åbningstider. Hvis man rekvirerer håndværkere uden forudgående kontakt til nedenstående bestyrelsesmedlemmer, vil det være for egen regning.

Ejere kontakter Ulla Høst nr. 47, tlf: 21 79 75 73, Helle-Vibeke Warlev Nielsen nr. 111, tlf: 40 73 05 60 eller John Torp Andersen nr. 81, tlf: 40 53 11 14

Kollektivbeboere kontakter Preben Christensen, nr. 78, st., tlf: 29 90 16 70, Rita Rahbek Russel, nr. 98, st. tlf: 28 36 63 11, eller Lotte Wissing, nr. 30, 1., tlf: 24 83 92 02

Hjemmeplejen: Om dagen er nummeret 39 98 75 62 og om aftenen er nummeret 39 63 18 68. Dette gælder også weekender og helligdage.

Restaurant Strandlund:

Mad og madudbringning, eller ved private arrangementer tlf: 39 62 45 25.

Der vil være aftenåbent i restauranten fredag d. 13. marts kl. 18.00.

Restaurant Strandlunds menuplan vedlægges for marts måned 2026

Nyt fra Administrationen & bestyrelserne:

- **Husk at lufte ud i din bolig**
 - Boligen skal udluftes flere gange dagligt.
 - Som tommelfingerregel skal der luftes ud, hvis der dannes kondens på ruderne.
 - Effektiv udluftning opnås ved at lave gennemtræk.
 - Udluft hellere ofte og kortvarigt end sjældent og langvarigt.
 - Boligens temperatur bør holdes omkring 21 grader celsius.
 - **Referater fra bestyrelsesmøderne** - Referaterne fra bestyrelsesmøderne i hhv. Kollektivboligerne, Fællescenteret og Ejerforeningen findes på www.strandlund.gentofte.dk under de respektive foreningers bestyrelser. Her findes også andet relevant information vedr. aktiviteter, husorden mm.
 - **Betalingsopgaver** – Fremadrettet udfører De Blå Mænd betalingsopgaver den sidste onsdag i måneden, såfremt det passer med deres faste og akutte opgaver.
 - **Svømmebassin** – Det er yderst vigtigt, at alle der benytter bassinet afvasker sig grundigt, inkl. hårvask, før benyttelse (ikke hjemmefra). Fremadrettet vil bassinet blive lukket hvis klorværdierne falder, da dette er en direkte konsekvens af manglende afvaskning og dermed for store mængder bakterier i vandet. Lukning af bassinet kan betyde aflysninger af beboersvømning og tabt indtjening fra udlejning for Strandlund. Erfarer vi, at ovenstående ikke efterleves, kan det i sidste ende betyde at adgangen til bassinet inddrages. Ovenstående er også formidlet til de foreninger, der lejer bassinet.
- 
- **På beboermødet i Kollektivboligerne den 28. januar 2026 var der forslag til 3 nye aktivitetsgrupper for ejere og lejere**
 - Beredskabsgruppe (beboere, der vil hjælpe med at hjælpe andre beboere) – Marianne Lyø fra 94.1 er tovholder
 - Filmgruppe v/Dorthe Degnegaard 80, 1
 - Konflikthåndteringsgruppe v/Dorthe Degnegaard 80, 1.
 - Dans/Lancier – er der stemning for lidt dans?Der vil snarest blive meldt datoer ud for hver gruppe/aktivitet.
 - **Forbrugsregnskaber** – De beboere der får over 3000 kr. tilbage, vil få reguleret deres a conto indbetalinger.
 - **Vedr. valg til Kollektivbestyrelsen: Obs- ændrede datoer!**
 - Frist for opstilling af kandidater – fredag d. 27. februar kl. 12.00.
 - Præsentation af kandidater – torsdag d. 5. marts kl. 15.00.
 - Valg afholdes mandag d. 23. og tirsdag d. 24. marts 2026 kl. 10.30-12.00.Opdateret valgkalender er udsendt separat til alle kollektivboliger i uge 7 & 9.

Beboersvømmetider:

Mandag: kl. 6.45 - 7.45

Tirsdag: kl. 6.45 – 7.45 & kl. 19.45 – 21.00

Onsdag: kl. 6.45 – 7.45

Torsdag: kl. 6.45 – 7.45

Fredag: kl. 6.45 – 7.45

Lørdag og søndag kl. 6.45 - 8.15 & kl. 15.30 - 19.30.

(kl. 16.45-18.00 må beboere medbringe familiemedlemmer).

Bassinet må ikke benyttes uden for de nævnte tidsrum af hensyn til udlejning og rengøring.

Byttestationen:

Åben alle hverdage kl. 7.00 – 15.00 (fredag til kl. 12.00).

Containeren bliver snart afhentet. Strandlund arbejder for en mere permanent løsning med en fast overdækning.

Beauty Style & Wellness:

Cristina tilbyder mangeartede behandlinger til fornuftige priser – ansigtsbehandling, mani- og pedicure, frisørtydelser og forskellige slags massage. Tidsbestilling sker på tlf. 26 21 61 81.

Eventuelle afbud skal ske senest 12 timer før planlagt behandling.

Kreativgruppen:

Gruppen mødes i dagligstuen onsdag d. 11. & 25. marts 2025 kl. 16.00. Se mere i medsendte.

Husk spørgsmål kan rettes til Marianne Lyø på telefon 40 14 59 15.

Bog og kaffeklub:

Vi mødes næste gang d. 27. marts 2025 kl. 14.00 i dagligstuen. Holdet er for nuværende fuldttegnet, men der kan evt. oprettes venteliste. Se mere bag i bladet.

Gymnastik:

Gymnastikken finder sted hver torsdag fra kl. 9.00 – 10.00 i dagligstuen.

Vil du vide mere kan du kontakte Katrin Øster på tlf. 40 56 14 51.

Vin i dagligstuen/ på terrassen:

Der afholdes vineftermiddage i dagligstuen hver tirsdag kl. 14.00 til 16.00.

1 glas rød eller hvidvin 10 kr. og en gratis sludder.

Banko:

Der spilles banko i restauranten d. 9. marts 2025 kl. 15.00. Se mere bag i bladet.

**Deadline for klubbers bidrag til næste måneds Beboerinformation er
mandag d. 23. marts 2026 – sendes på mail til Maria - maby@gentofte.dk**

Alle bidrag skal sendes som et simpelt Word dokument med max 1-2 billeder, og uden sammenfletninger, tabeller, WordArt o.l., da der er nye regler for hvordan vores hjemmesidematerialer skal være ”tilgængelige”. I kan derfor også opleve, at jeg laver mindre ændringer i det tilsendte materiale.

Beboernyt – navnlig om navne:

Nye beboere: 68, st. – Jette Winther Nielsen

124, st. – Irene Margrethe Minna Jacobsen & Tormod Jacobsen

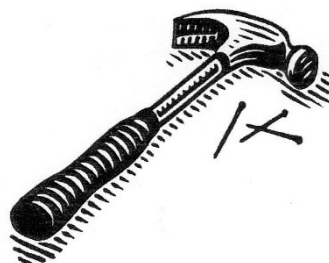
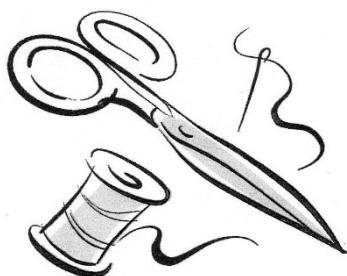
Tidligere beboere: 50, st. – Beth Dalby

Tak for den tid vi fik sammen på Strandlund, og et varmt velkommen til de nye beboere.

***Med venlig hilsen
Administrationen***

SAKS OG HAMMER

siden 2002



Marts 2026

Petanque kan spilles hele vinteren, hver søndag kl. 10, men medbring egen kaffe og brød og tag det varme tøj på.

Søndag d. 1.marts kl.10 holder vi Søndagstræf.

Vi mødes i daglig stuen til morgenkaffe mm.

Derefter kaster vi os ud i et par glade danske sange fra Højskolesangbogen, vi vil vise nogle billeder fra vores fastelavnsfest og ellers hygge med et par spil. Backgammon og Dart, så kom endelig med og hyg jer.

LØRDAG D 7. MARTS KL. 12. Holder vi fødselsdag i dagligstuen. Som sædvanlig står den på pølser m/brød, øl og vand og en fælles fødselsdags sang. Højest 30 deltagere. Tilmeld jer ved at indbetale 40 kr. til 971345, angiv "fødselsdag" + bolig nr., senest 5. marts.

Mandag d 9. marts kl. 15 spiller vi Banko i Restauranten

Obs.: kontant betaling. Se andet sted i bladet.

Fredag d 27. marts kl. 17.00 fortsætter vi vor

foredragsrække med foredrag af forfatter Torben Kitaj, omkring vor dejlige sangerinde **Raquel Rastenni**, hendes karriere og hendes liv. Der vil blive mulighed for at synge med på få af hendes sange.

Du er tilmeldt ved at indbetale 97 kr. på mobil pay 971345, senest d 24. marts. Angiv "**Raquel**" + bolig nr.

Saks og Hammer ktg. for 2026 må nu gerne indbetales 50 kr. for et helt års oplevelser. Mobil pay 971345 ved angivelse af bolig nr. og "ktg".



SAKS OG HAMMER'S BANKOSPIL

**MANDAG D. 9. MARTS 2026
KL. 15 I RESTAURANTEN**

**Vi spiller 8 spil
med en pause, til kaffe og kage.**

Billet inkl. 1 plade

Foredrag om Bayeux tapetets jagtmotiver

Af Jette Baagoe

Dagligstuen torsdag den 12. marts 2026 kl. 14.30-16.00

Foredraget er gratis. Cykelklubben giver et glas vin



Bayeux tapetet er en broderet fortælling produceret af Vilhelm Erobreren efter slaget ved Hastings i 1066. Formålet med tapetet var at forsvare Vilhelms position som Englands nye konge.

Tapetet er fuldt af scener med jagthunde og falke. De er ikke blevet inddraget i tolkningen af tapetets fortælling, men når man ved noget om jagtens betydning omkring år 1070, spiller de en vigtig rolle, og i tapetets samtid har de formentlig været læst og forstået på samme selvfølgelige måde som de øvrige motiver.

Jagthunde og falke var meget værdifulde, og hvis Bayeux tapetets jagthunde og falke tolkes som kongelige gaver, fortæller de entydigt, at den engelske konge, Edward Bekenderen, havde valgt Hertug Vilhelm af Normandiet som den næste konge af England.

På tapetets borter findes også motiver, der bl.a. viser, hvordan almindelige mennesker gik på jagt, men mest interessant er en normannisk jæger til fods, der blæser i sit horn, mens en jagtherre stormer frem på sin vældige hingst for at bemægtige jægerens bytte. Den scenes symbolik skal vi også se nærmere på. Foredraget ledsages af en power point præsentation.



En jagthund bæres ombord på et skib

Jette Baagoe, tidl. Direktør for Jagt og Skovbrugsmuseet i Hørsholm, besøgte Strandlund i februar 2025, hvor hun holdt et Spændende og meget velbesøgt foredrag om parforcejagt. Jette har modtaget mange priser, her kan nævnes Rungstedlundprisen, Frederiksborg Amts Museumspris og Jægerprisen.

Tilmelding til cykelklubbens formand Elisabet Sinding, tlf. 30246908, eller elisabetsinding@gmail.com

Kontingent for 2026 er stadig kun 100 kr. Betaling vis MobilePay: 7483BQ eller kontant i Winnie Hessings postkasse, Strandlund 13.

BOG & KAFFEKLUB



Bogtitel til læsegruppen:

Den lukkede bog - Jette Kaarsbøl

Tilmeldte kan hente bøgerne i nr. 17

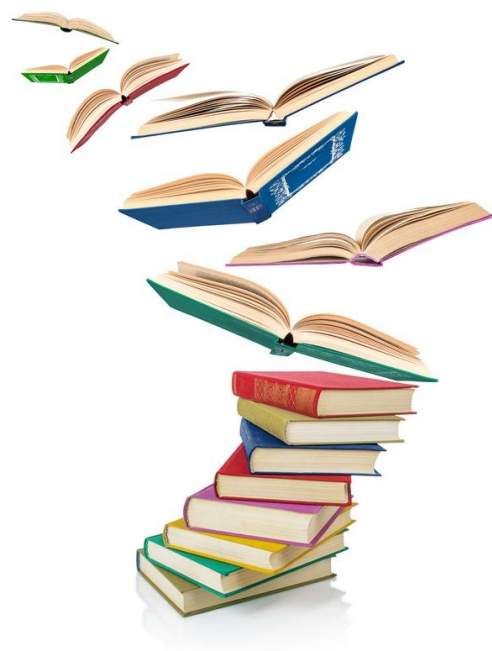
(holdet er fuldttegnet)

Næste møde er fredag

d. 27/3 2026 kl. 14.00 i dagligstuen

Hilsen

Ellen nr. 17



KREATIV GRUPPEN er for jer, som syntes det er sjovt at være kreativ, og gerne vil dele det med andre.

Om man vil sy, strikke, hækle, lave patchwork, lave smykker, male på silke, eller noget helt andet så er **KREATIV GRUPPEN** lige det rigtige sted.

Man medbringer selv materialer til hvad man ønsker at lave.

Onsdag d. 11. & d. 25. marts kl. 16.00

- I dagligstuen

Tag også gerne med hvad I lyst til at hygge med, f.eks. kaffe, the, vand, frugt eller småkager.

Jeg glæder mig til at se jer og skulle der være nogen, som ønsker en arm eller hjælp til at komme så lad mig vide det.

Husk at sende en sms på tlf. 40145915 om I kommer.

Mange kreative hilsner
Marianne Lyø Facius
Strandlund 94. 1 sal.





Efter vores møde den 15/1-26 er der opstået et ønske om at skabe et rum, som vi kalder “Fællesrummet”.

Fællesrummet er et fælles og uforpligtende mødested, hvor man kan komme forbi til en kop kaffe og en snak – eller bare være sammen med andre. Det kan være for at dele tanker, vende noget der fylder, få støtte eller gode råd, eller tale om praktiske problemstillinger i hverdagen som beboer på Strandlund.

Det er ikke sagsbehandling eller formel rådgivning, og der er ingen forpligtelser. Fællesrummet er tænkt som et åbent rum, hvor vi mødes som beboere, med en god tone og respekt for hinanden og hinandens forskelligheder.

Fællesrummet vil finde sted hver måned. Datoer og tidspunkter vil blive slået op snarest i foyeren ved restauranten og i Strandlunds Beboerinformation.

Mødet finder sted i Dagligstuen torsdag d. 26.3. kl. 15.00-17.00.

De bedste hilsner
Elisabet Sending, 144, 1.
Pia Rohde, 138, stuen



FREDAG D 27. MARTS KL. 17.00
i dagligstuen.
Af forfatter, journalist mm. Torben Kitaj.

SAKS og Hammer afholder denne gange et foredrag om denne skønne sanger og skuespiller, som nogen af os husker fra tiden, da vi var unge omkring 1945-1960.

Hun havde et omskiftelig liv: En jødisk pige der voksede op i fattigdom, måtte flygte under 2. verdenskrig, men endte som alles yndling og havde en vidunderlig klar stemme, og mange morsomme sange, som var meget populære, ja hele landet kunne synge med på dem og hun var altid i radioprogrammet Giro 413.

Vi vil høre om hendes liv og der vil være mulighed for at nynne med til nogle af sangene som "Fx" "Der sidder en Vovse" og andre af hendes sange.

Som sædvanlig spiser vi en dejlig laksemad, inkl. vin sammen bagefter.

**Du deltager ved at indbetale 97 kr. til Mobil Pay 971345, senest d.24. marts.
Alle medlemmer af Saks og Hammer er hjertelig velkomne.**

Hjertelig hilsen fra Cristina / Beauty style & wellness salonen

I år har jeg haft mit første **holdtræning** her i motionsrummet på Strandlund, **onsdage kl.10:30 til 11:45** succesen fortsætter med 10 uger mere - der er to ledige pladser til de første heldige, med start i Marts.

Jeg har også stadig mange behandlinger ud af huset, og mange på de nærliggende plejehjem - så hvis du kender nogen du gerne vil besøge der, sige til og køre med mig.

Jeg er dybt taknemlig for alt det jeg kan bistå jer med: Frisør, ansigtsbehandlinger, manicure, pedicure, massage, træning - og alt det løse, vær ikke bange for at spørge, det er derfor 'engletimen' er blevet til.

Jeg tilbyder fortsat grupperejser til Spanien, i det omfang der er tilslutning af 4 pers som vil afsted på samme tidspunkt. Du må gerne ringe eller komme forbi med dit ønskede tidspunkt, det kan blive en realitet.



Tidsbestillingen er stadig bedst på telefonen: 26216181

**På glædelig gensyn
Cristina**

Gourmanden & Konen

NYHEDSBREV
CAFÉ STRANDEN MARTS 2026



Kære alle sammen

Endnu en iskold måned er forbi, og nu erstattet at tøj, sjap og enorme vandpytter. Grødisen ved badebroen er smeltet, ikke at det betyder noget for vores glade vinterbadere, men mon ikke det alligevel er meget rart ikke at skulle skulpe rundt i små isflager?

I februar har der været 2 hyggelige filmaftner, after skiing med musik og dans, og en enkelt udlejning til gravøl.

I marts har vi følgende arrangementer:

Fredag 6. marts kl. 19.00 – Hvad er dette "AI", som alle taler om? – Gratis adgang!

AI (kunstig intelligens) i hverdagen – en introduktion for alle ved AI-entusiast, journalist og chefredaktør, Mark Sinclair Fleeton.

Hvordan påvirker kunstig intelligens vores hverdag – og hvordan kan den gøre livet lettere, tryggere og mere selvstændigt? I dette oplæg giver jeg en enkel og jordnær introduktion til AI for begyndere. Vi ser på konkrete eksempler fra hverdagen, AI som hjælpemiddel – også for mennesker med handicap – og taler åbent om både muligheder og bekymringer. Ingen teknisk forhåndsviden er nødvendig.

Vil du spise i cafeen kl. 18.00 før foredraget, serveres der bøf stroganoff med mos og rodfrugter til 150,-

Tilmelding senest 4. marts på mobil/sms 20101601 eller e-mail kontakt@Lisbetgad.dk

Lørdag 14. marts kl. 18.00 - 3-retters menu og koncert på Café Stranden - Pris 275,-.



Kom med på en musikalsk rejse ned ad "Mindernes Allé" - Kom og oplev og syng med, når Jonna Glifberg og Øyvind Ougaard optræder med: "Den danske sangskat fra 1930'erne og frem til i dag".

Caféen serverer gravet laks på hjemmebagt surbrød, stegt flæsk med kartofler, persillesovs og grøn salat. Til dessert Strandens hjemmebagte æblekage med kanel, kardemomme og creme fraiche.

Øyvind Ougaard & Jonna Glifberg fremfører en stribe særligt udvalgte melodier fra den store skatkiste af sange, som vi alle kender og elsker.

Øyvind Ougaard er én af landets mest erfarne harmonikaspillere. Han har medvirket på mere end 600 udgivelser med solister som Kim Larsen, TV2, Lis Sørensen, Sebastian, Birte Kjær, Otto Brandenburg, Eva Madsen, Anders Matthesen, Smokie (UK), Lill Lindfors (S) og utallige andre af samme skuffe. Han ved dermed, hvordan tingene skal spilles. Og dertil kommer, at han - undervejs i koncertforløbet - vil kunne fortælle nogle selvoplevede og underholdende anekdoter om hovedpersonerne bag de forskellige sange.

Jonna Glifberg har i mange år været én af hovedkræfterne i Rødovre Revyen, hvor hun har suppleret sit skuespil med at synge hjertevarme revyviser. Hun fremfører sangene med en sjælden høj grad af udstråling og sjæl.

Den musikalske rejse begynder i en tid, hvor de nye hits blev fremført i en revy, og den ender med at bringe os helt op til nutiden. Hvad numrene har til fælles, er deres tidløshed. De er velkendte og dybt elskede. Det er musik, som man bliver grebet af, og det er næsten umuligt ikke at synge med. Og den musikalske side af sagen er i særdeles kyndige hænder. Det bliver en berigende tur ned ad "Mindernes Allé" med den musikalske glæde i højsædet. Overskriften er god stemning og "syng-med-garanti"!

Tilmelding senest 10. marts på mobil/sms 20101601 eller e-mail kontakt@Lisbetgad.dk.

Søndag 29. marts kl. 18.00 – Middag og filmaften – Caféen serverer fisk og grønt – Pris 150,-



Velkommen til "Englegård" - En herregårdslignende bygning beliggende i en lille landsby i det vestlige Sverige. I byen kender alle hinanden, og nymodens sager vil man bestemt ikke have noget med at gøre.

Da enspænderen Eriks ukendte barnebarn Fanny dukker op som eneste arving ved Eriks begravelse, er der ikke længere fred i byen. Axel havde regnet med at kunne overtage Eriks ejendom, Englegård, men kommer ud i en konkurrence med Fanny. I en

motorcykel-buldrende støvsky dukker Fanny så op sammen med vennen Zac, der er klædt i sort læder og svejsebriller. Pludselig sker der noget i den solrige, svenske højsommer, og folk i byen har fået noget nyt og spændende at tale om...

Filmen handler om et lille svensk landsbysamfunds møde med to unge fra storbyens kunstmiljø. De fremmedes ankomst bliver den katalysator, som bringer en række skjulte konflikter for dagens lys.

Tilmelding senest 25. marts på mobil/sms 20101601 eller e-mail kontakt@Lisbetgad.dk.

Månedsmenu marts 2026

Der skal bestilles mad dagen før, inden kl. 14.00, mad til mandage skal bestilles fredagen før.

Ring gerne på 3962 4525 mellem 12.30 og 14.00 for bestilling af mad!

Mail: info@snowdropcatering.com

Vi leverer stadigvæk maden til døren mod et gebyr på kr. 20,00, der kan afregnes kontant eller på **mobile pay (46032)**

OBS! Måltider til afhentning kan hentes mellem 11.30 og 14.00 i restauranten

Uge 10

Mandag d. 2. marts:	Soyamarineret kylling med ris Svesketrifli
Tirsdag d. 3. marts:	Krebinetter med stuvet grønt Rabarbermousse
Onsdag d. 4. marts:	Broccolisuppe Indbagt laks med stuvet spinat
Torsdag d. 5. marts:	Buffet – husk at bestille bord!
Ud af huset:	Frikadeller med skysovs, kartofler og surt
Fredag d. 6. marts:	Pariserbøf Gulerodskage med smøreostcreme

Grundet sygdom uddeles den fulde menuplan i uge 10

Der skal bestilles mad dagen før, inden kl. 14.00, mad til mandage skal bestilles fredagen før.

Ring gerne på 3962 4525 mellem 12.30 og 14.00 for bestilling af mad!

Mail: info@snowdropcatering.com

Vi leverer stadigvæk maden til døren mod et gebyr på kr. 20,00, der kan afregnes kontant eller på **mobile pay (46032)**

OBS! Måltider til afhentning kan hentes mellem 11.30 og 14.00 i restauranten