

Strandlunds Beboerinformation nr. 3 - 2025



Dato: Marts måned 2025

1. Saks & Hammer – Fastelavn for voksne i dagligstuen kl. 16.00
4. Vin i dagligstuen kl. 14.00
6. Gymnastik i dagligstuen kl. 9.00
7. Bog & kaffeklub i dagligstuen kl. 14.00
10. Banko i restauranten kl. 15.00
11. Saks & Hammers 23-års fødselsdag i dagligstuen kl. 12.00
12. Kreativgruppen i dagligstuen kl. 16.00
13. Gymnastik i dagligstuen kl. 9.00
16. Spilletime i dagligstuen kl. 14.00
18. Vin i dagligstuen kl. 14.00
19. Beboermøde for Kollektivboligerne i restauranten kl. 13.30
20. Gymnastik i dagligstuen kl. 9.00
25. Vin i dagligstuen kl. 14.00
26. Kreativgruppen i dagligstuen kl. 16.00
27. Gymnastik i dagligstuen kl. 9.00
28. Aftenåbent i restauranten kl. 18.00
30. SOMMERTID – vi stiller urene én time frem

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.

Bestyrelsen:

Fællescenterbestyrelsen:

Næste møde er aftalt til torsdag d. 24. april 2025 kl. 18.00 i Fællescentrets dagligstue.

Kollektivbestyrelsen:

Næste møde er aftalt til torsdag d. 24. april 2025 kl. 16.30 i Fællescentrets dagligstue.

Bestyrelsen i Ejerlejlighedsforeningen:

Næste møde er aftalt til torsdag d. 3. april 2025 kl. 16.00 i Fællescentrets dagligstuen.

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 Elisabet Sinding, nr. 144, 1., tlf: 30 24 69 08.

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.

Restaurant Strandlunds menuplan vedlægges for marts måned 2025.

Der er aftenåbent fredag d. 28. marts 2025 kl. 18.00. denne gang med japansk tema. Se mere bag i bladet.

Nyt fra Administrationen:

- **Tricktyverier** – Vi opfordrer til ekstra årvågenhed. Lås døre, også når du er hjemme. Luk ikke fremmede ind, bed om id hvis du er i tvivl. Gem værdigenstande ude af syne og undlad at have større kontantbeløb liggende. Udlevér aldrig kort og/eller koder til nogen.
- **Affald** - Vi opfordrer kraftigt alle beboere til større omtanke når der sorteres affald. F.eks. er "Restaffald" ikke til puder, kasser og drikkekartoner – disse skal sorteres til "storskrald", "Pap" og "Plastik". Er du i tvivl om sorteringen, kan du hente vejledning på kontoret. Hvis en container er fyldt, bedes du benytte en anden – lågene skal kunne lukkes helt i for at minimere lugtgener og forekomst af skadedyr.
- **Afløb mm.** – Rens af afløb, aftørring af støv og overflade rens af luftudtag hører under helt almindelig rengøring. Vi hjælper dog gerne mod betaling.
- **Beboersvømning** – Vær opmærksom på at overholde de angivne svømmetider. Derudover må der ikke holdes saunagus i Strandlunds saunaer, da duftene kan genere nogle brugere. Tøj og sko må ikke lægges i saunaerne, og man SKAL altid være mindst 2 voksne.
- **Hunde** – Hundeejere bedes være opmærksomme på at følge Strandlunds regler vedr. hunde. Hunde skal holdes i snor og deres efterladenskaber skal fjernes.
- **Info** – Kommunens hjemmepleje flytter pr. 1. marts 2025 til ny adresse på Hartmannsvej.
- **Beboermøde for Kollektivboligerne** – onsdag d. 19. marts kl. 13.30 i restauranten. Separat skrivelse uddeles snarest.



Telefonlisten:

Efter mange forespørgsler bliver det igen muligt at få udleveret en beboertelefonliste, såfremt den enkelte beboer vil give samtykke til det. Hvis du ønsker at fremgå af listen, bedes du derfor udfylde nedenstående og aflevere den i kontorets postkasse. Listen udleveres nu fra kontoret. Indtil videre fremgår 85 ud af 210 boliger på listen.

-----klip-----

-----klip-----

-----klip-----

Bolig nr.: _____ Navn: _____

Tlf.: _____ Underskrift: _____

(Hvis du allerede har afleveret en slip, så ser du blot bort fra denne)

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.

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. 12. og 26. marts 2025 kl. 16.00.

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

Læs mere i medsendte.

Bog og kaffeklub:

Vi mødes i dagligstuen d. 7. marts kl. 14.00 – se mere i medsendte.

Kunstklubben:

Kjeld Isbrandt Petersen udstiller i restauranten i marts og april måned 2025 – se mere i medsendte.

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 hver tirsdag kl. 14.00 til 16.00.

1 glas rød eller hvidvin 10 kr. og en gratis sludder. Hvis vejret tillader det, så mødes vi på terrassen bag Fællescentret.

Banko:

Vi spiller banko i Strandlunds restaurant mandag d. 10. marts kl. 15.00. Gæster er meget velkomne. Se mere i medsendte.

Deadline for klubbers bidrag til næste måneds Beboerinformation er mandag d. 24. marts 2025 – 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, 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: 4, 1. – Åsa Ekstein
24, st. – Helle Juul Størner
44, st. – Ghita E. G. Olsen
101 – Jette Riis

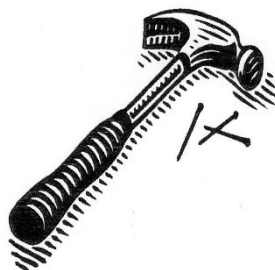
Tidligere beboere: 6, 1. – Peter Tretow-Loof
12, 1. – Ghita E. G. Olsen (intern flytning)
112, 1. – Bent Tang-Jørgensen

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 2025

Lørdag d 1. marts kl. 16.00 FASTELAVN FOR VOKSNE i dagligstuen

Absolutte sidste tilmelding torsdag d.27. februar

Søndagstræf aflyst i denne måned

Mandag d. 10. februar kl. 15. BANKO. Se andet sted i bladet.

Tirsdag d 11 kl. 12.00 holder S+H 23-års fødselsdag i dagligstuen

Som sædvanlig serverer "drene" pølser og brød + øl, vin, kage.

Tilmelding ved indbetaling af 52 kr. til 971345 "fødselsdag". Max 30 deltagere

Søndag d 16. marts kl. 14. Spilletime i dagligstuen

vi spiller Bezzerwizzer og andet. og drikker kaffe for 10. kr. Bare mød op.

Obs obs.: lørdag d 1. mart kl. 16 FASTELAVN FOR VOKSNE

vi starter med at synge sammen med HANS BRODERSEN, medens I forfrisker jer med jeres medbragte yndlingsdrik: vin, øl, drinks eller kaffe.

Hans Brodersen vil spille til et udvalg af kendte sange fra et sang-blad.

Kl. 17.30 vil vi spise Ristaffel efterfulgt af kaffe og fastelavnsbolle.

Prisen er 181 kr. og bedes indbetalt på 971345 allersenenest **27. februar.**

OBS.: Kontingent til Saks og Hammer er stadig kun **50 kr.** til 971345 skriv blot "ktg. + bolig nr." i kommentarfeltet. (navnet kan vi godt se.)

Betaling til arrangementer foretrækkes på **Mobil Pay 971345**

Her angives bolig nummer + vort "forslag" (som kan være fx JUL)

I nødstilfælde læg en kuvert med penge i postkasse hos

Grethe nr. 63 eller hos John P. i postkasse 132,1

BOG

&

KAFFEKLUB



Bogtitel til læsegruppen

Hans Christian: Jesper Wung-Sung

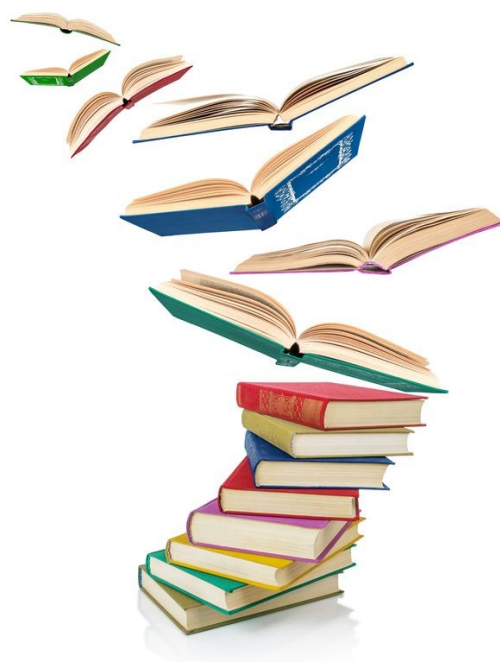
Interesserede tilmeldte kan hente
bøgerne i nr. 17 efter d. 18/2.

Næste møde er fredag

d. 7/3 2025 kl. 14.00 i dagligstuen

Hilsen

Ellen nr. 17





SAKS OG HAMMER'S

**MANDAG D. 10. MARTS 2025
KL. 15 I RESTAURANTEN**

Vi spiller 8 spil

med en pause, til kaffe og kage.

Billet inkl. 1 plade, kaffe/kage	50 kr.
Ekstra plader	15 kr.
Rabat 4 ekstra plader	50 kr.
1 glas vin kan købes	10 kr. pr. glas

Helst Kontant betaling

Men mulighed for betaling via Mobil 971345.

Vis overførslen til kassereren, og skriv BANKO i tekstfeltet.

Gæster er også velkomne

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 den 12.03.25

Onsdag den 26.03.25

Dagligstuen kl. 16.00

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.

Udstilling på Strandlund
marts – april 2026

Billeder af Kjeld Isbrandt Petersen

Jeg er uddannet grafisk designer fra Kunstakademiets Arkitektskole i 1982 og har arbejdet med marketing og branding i forskellige virksomheder siden da.

Som barn tegnede jeg en del, men forsømte det sidenhen til fordel for andre aktiviteter.

Jeg begyndte at male i 2019, hvor jeg fik tid til at fordybe mig i det, jeg i årevis kun havde tænkt på. Det blev starten på mit kreative virke.

Inspirationen finder jeg ofte i naturen, på rejser og naturligvis i andre kunstners værker.

Jeg maler både i akryl og olie samt arbejder lidt med akvarel, kul og pastel. De forskellige medier giver flere muligheder og stiller forskellige krav til ens temperament, hvilket passer mig godt.

Jeg prøver stadig at finde min stil, der indtil videre er naturalistisk med en "irriterende" hang til detaljen.

Jeg håber at mine billeder på denne udstilling kan vise, at det aldrig er for sent at kaste sig ud i det, man går og drømmer om.

God fornøjelse.

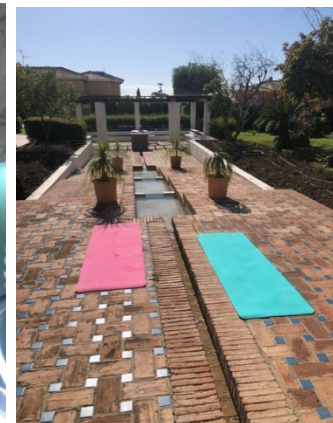
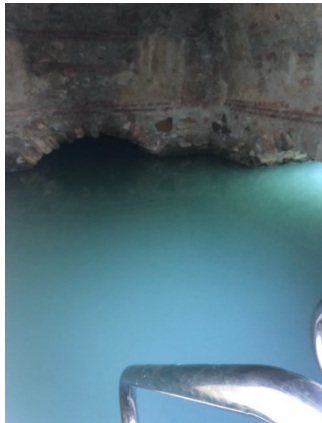
Kjeld Isbrandt Petersen



Hilsen fra Cristina / Beauty, style & wellness

Kære beboere, hjerteligt velkommen ind i 2025 til dig som ny tilflytter (som måske endnu ikke ved at salonen eksisterer) og til dig som har kendt mig længe. Selvom det stadig er vinter og vi samler kræfterne til en ny opblomstring, tillad mig at inspirere dig til velvære og ny energi. Jeg er her for at støtte dig i processen, om det er frisør ydelser, massage, manicure, pedicure, engle timer, personlig træning og vejledning du må ikke holde dig tilbage i at spørge - ring 26216181 eller kig forbi salonen i foyeren. Jeg kommer gerne hjem til dig hvis du er forhindret også når du flytter på plejehjem (derfor kan det være svært at finde mig uden aftale)

For de helt friske, startede jeg i november rejser til varmen / syd Spanien. I år tilbyder jeg første rejse i marts (14-21.03) og denne gang er det kun for kvinder. Der vil være fokus på balance, elasticitet i form af yoga, sulfosæbe, massagebehandlinger, åndedræsteknikker, mindfulness og en masse af sol og glæde. Der er plads til 4 damer. Billederne er fra starten af februar hvor der var 18*-20*



Taler det til dig, ring og hør nærmere.

Jeg er dybt taknemlig for at måtte facilitere det, som dit hjerte begærer. <3 Cristina



Japansk aften d. 28. marts 2025 kl. 18.00

Forret:

Hjemmelavet sushi, edamamebønner, kyllingespyd og wakame

Hovedret:

Beef Tataki af oksekød med ponzusauce og forårsløg
-serveret med marineret grønt, miso-dip, ris og japansk brød
(shokupan)

Dessert:

Yuzu-is med pæresirup, bær og hvid chokolade

Tilmelding skal ske senest mandag d. 24. marts på telefon 39624525 eller i restauranten.
Menuen fås også ud af huset, minimum 2 kuverter. Allergier og hensyn til diæter skal oplyses i forbindelse med bordbestilling.



Månedsmenu marts 2025

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

Ring gerne mellem 12.30 og 14.00 ! Tlf. 39624525. Telefonsvarer aflyttes IKKE.
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. 3. marts	Boller i karry med ris og chutney	Appelsinfromage
Tirsdag d. 4. marts	Hakkebøf med bløde løg, sovs og kartofler	Drømmekage
Onsdag d. 5. marts	Gulerods-ingefærsuppe	Laks ala Anne 😊
Torsdag d. 6. marts	Buffet med lun ret og oste - husk at bestille bord	Ud af huset: Pulled pork med coleslaw og bagt kartoffel
Fredag d. 7. marts	Hønefrikassé med små kartofler	Jordbærgrød med fløde

Uge 11

Mandag d. 10. marts	Teryaki-kylling med grønt og ris	Ferskner med flødeskum
Tirsdag d. 11. marts	Stegt flæsk med persillesovs og små kartofler	Appelsinsandkage
Onsdag d. 12. marts	Champignonsuppe	Lakselasagne med spinat og tomat
Torsdag d. 13. marts	Buffet med lun ret og oste – husk at bestille bord	Ud af huset: Shepherds Pie
Fredag d. 14. marts	Stegt kylling med bagte rodfrugter og sauce	Citronfromage

Uge 12

Mandag d. 17. marts	Skipperlabskovs med rugbrød og rødbeder	Hindbærgrød
Tirsdag d. 18. marts	Stegt lever med svampesauce	Kærnemælksfromage
Onsdag d. 19. marts	Ærtesuppe	Stjernes kud ala Strandlund
Torsdag d. 20. marts	Buffet med lun ret og oste – husk at bestille bord	Ud af huset: Skinke-porretærte
Fredag d. 21. marts	Wienerschnitzel af gris med klassisk tilbehør	Chokolademousse

Uge 13

Mandag d. 24. marts	Spaghetti Bolognaise	Syltede pærer med flødeskum
Tirsdag d. 25. marts	Slagterens hjemmelavede medister med stuvet spinat	Brunsviger
Onsdag d. 26. marts	Stegte sild med dildstuede kartofler + rabarbergrød	OBS! KUN UD AF HUSET DENNE DAG!
Torsdag d. 27. marts	Buffet med lun ret og oste – husk at bestille bord	Ud af huset: Svinemørbrad med svampesauce
Fredag d. 28. marts	AFTENÅBENT – JAPANSK AFTEN	Se mere herom i bladet
Mandag d. 31. marts	Mexicanske pandekager med fyld	Ananas med flødeskum

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

Ring gerne mellem 12.30 og 14.00! Tlf. 39624525. **Telefonsvarer aflyttes IKKE.**

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.