

Beboerbladet **Esplanaden**

Februar 2013 · Årgang 17 · nr.1

**KOM MED EN TUR PÅ SPILDEVANDSCENTER AVEDØRE
SE HVORDAN DIT SPILDEVAND BLIVER RENSET
PÅ SIDE 9 & 10**



side 3



side 6



side 10

Jul i Klitrosen

Juleaften bød Clausen på julemiddag til alle der lystede

SUNDHEDSTEMA

Få tips og tricks til at spise mad der gør din hjerne glad, og læs om lokale sundhedsinitiativer

I skole med hestevogn

Se billeder og læs historier om Gl. Køge Landevejs udvikling

Esplanaden

Brøndby Strands beboerblad

Beboerbladet ESPLANADEN er talerør for Brøndby Strands beboere, institutioner, foreninger, klubber og lignende med tilknytning til området.

Artikler/billeder kan citeres/gengives mod kildeangivelse jvf. ophavsretsloven.

Vedrørende pressemeddelelser og læserbreve: Redaktionen kan vælge; at afvise, at forkorte, at bringe i uddrag eller at gengive.

Bladets midlertidige adresse er:

NetværksKontoret
Kisumparken 2
2660 Brøndby Strand
Att.: Esplanaden
Træffetid: Tirsdage mellem kl. 12 & 16 i Café 13

Tlf & fax: 43 54 39 60
E-mail: esplanaden@bmet.dk

Forside foto: Nanna Marie Lyngman

Redaktionen:

Ole Larsen ansvarsh. (konstitueret)
Telefon: 60 35 16 88

Hanne Hancke
Bitten Drews
Grete Folman
Nanna Marie Lyngman
Søs Vang
Ekstern skribent:
Dina Sivandi

Udgivere: BB 605, BB 606, BB 607, BB 608,
PAB afd. 8, Rheumpark, T 13, T 15, Lunden

Esplanadens udviklingsgruppe:

Ole Hegerlund
Hugo Thuge
Ole Larsen
Michael Buch Barnes

Grafikere:

Torben Hanberg
Ole Hegerlund
Jesper Faurby, mouselab

Tryk:

Hertz bogtrykkergården a/s
Trykt på svanemærket papir
4.400 Ex. - ISSN: 1398-6139

DEADLINE:

Artikler den 8. februar kl. 12
Kalenderen den 15. februar kl. 12
Næste blad uddeles senest
søndag den 3. marts

LEDER

Tiden flyver af sted. Nogle gange går det alt for stærkt, og så kan man blive ramt af den tanke, at alting var meget bedre i "gamle dage".

På Esplanaden er vi dykket ned i de gamle 'Strandløber'-arkiver (Esplanadens forænger, red.), for at få et glimt af fortidens tidsånd. Så hvis du bladrer om på side 9, kan du således komme med tilbage til 1976. Du vil blive overrasket – for den tekst vi har fundet frem fra gemmerne kunne lige så godt være skrevet i dag.

I andre tilfælde står det dog klart, at tiden sætter sine spor. Det gælder for eksempel på Gammel Køge Landevej, som gennem de sidste hundrede år har gennemgået store forandringer. På side 14 & 15 kan du læse om udviklingen set gennem øjnene på en kvinde der har boet ved landevejen hele sit liv.

En af årsagerne til forandringerne er befolkningstilstrømningen fra land til by i midten af det forrige århundrede. Sammen med udviklingen af det moderne vandforsyningssystem har det medført, at behovet for at rense spildevandet er blevet øget. Du kan læse hvordan rensningen foregår på side 10 & 11.

Somme tider medfører tiden således udvikling og forandring, men nogle ting hænger ved. Det gælder eksempelvis fejringen af Fastelavn, og det er der nok mange børn, som er glade for. På beboerhusenes sider; 12 & 13, samt på Brønden og Strandstuens sider; 16 & 17, kan du se, hvor der er fastelavnsfester i Brøndby Strand. Du kan også finde information om alle de andre spændende arrangementer, som finder sted i februar.

I nutidens travle hverdag kan man let blive forpustet, men på side 6, 7 & 8 finder du tips og tricks til at lave mad, der kan booste din energi. Du kan desuden læse om to nye tilbud i Brøndby Strand, som sætter fokus på sundhed.

...mens du har læst disse linjer er tiden fløjet videre. Om fortiden var mere rosenrød er svært at sige, men der er heldigvis stadig mange ting at glæde sig over i dag. Vi ønsker alle rigtig god læselyst og et godt nytår!

Mange hilsner
Redaktionen

Juleaften i Klitrosen



Aftenens gode vært, Erik Clausen.

Af Bitten Drews

Fotos af Ole Hegerlund og NetværksKontoret

Det er så dejligt, når vi kommer hinanden lidt ved. Desværre løber tiden så hurtigt, at vi glemmer det i hverdagen, men juleaften bør ingen være alene, med mindre det er deres udtrykkelige ønske. Familier kryber sammen og hygger sig, men har man ingen tilgængelig familie den aften, kan man sagtens hygge sig alligevel. Ved samarbejde i T13 stablede man en dejlig juleaften på benene og den blev holdt i Klitrosen, hvor der altid er hjertevarme.

Esplanaden besøgte Klitrosens bestyrer, Erik Clausen, for at høre, hvordan det var gået.

- Hvor i alverden kom den idé fra?

"Esther Genker spurgte om vi kunne tænke os at holde juleaften i Klitrosen. Maden ville komme fra Café 13 så vi skulle bare lune alting og så i øvrigt sørge for at alle havde det godt. Efter ca. 10 sekunder sagde jeg "Det kan vi godt", og det gjorde vi så. Men - jeg tror nu nok ideen kom fra formanden i T13".

- Hvordan var det for jer at fejre jul sammen med helt fremmede mennesker?

"Ih du milde. Det har vi gjort så tit. Hele livet faktisk".

Lars Viinberg, som deltog i julearrangementet fortæller: "Jeg kan slet ikke udtrykke, hvor FEDT det var. Jeg havde faktisk tænkt mig at tilbringe den aften med en kop kaffe og en god film. Jeg skulle arbejde alle dage omkring den juleaften, så jeg skulle bare slappe af. Men min kæreste Charlotte, der skulle til Fyn til sin familie, sagde: "Du skal da en tur i Klitrosen. De holder jul for folk, der ellers skal sidde alene". Jeg lod mig overtale, men havde ikke de store forventninger. Jeg tog i den grad fejl. Det er den dejligste aften, jeg har haft i mange år og så med mennesker, jeg ikke kendte på forhånd. Pludselig var det over min sengetid og da havde vi endnu ikke nået at finde mandlen i ris a' la' manden. Alt var perfekt. Værterne, lokalerne, maden, samværet - der kommer jeg gerne en anden gang.

I øvrigt har Klitrosen åbent hele året. Mandag, onsdag, fredag og søndag fra kl. 15 til - ? Der er altid kaffe på kanden og hygge omkring bordene. Man finder Klitrosen lige ved siden af Nærpolitiet, Tranumparken 7 st.



- Og diskoteket Clausen, kom det i brug?

"Ja minsandten. Vi har jo alle disse store mestre og solister som Bing Crosby. De skal da frem sådan en aften, men jeg kan nu ikke rigtig huske hvor meget. Snakken gik jo".

- Hvem fandt mandlen?

"Den blev slet ikke fundet. Vi var så mætte og havde snakket så meget at vi valgte at forære mandelgaven til selskabets eneste dame".

- I begyndte kl. 18, hvornår gik de sidste hjem?

"Inden vi fik delt julegaverne ud, var klokken blevet halv tolv og når jeg tænker nærmere over det, er der vel ingen, der bliver så længe af høflighed, Næ - det var en dejlig aften!".



Klitrosens hyggelige lokaler, som dannede rammerne for juleaften hos Clausen.

KORTE NYHEDER



Få del i puljen til nye aktiviteter

Går du med en god idé til en aktivitet i dit boligområde, men mangler lidt økonomisk støtte til at få ført den ud i livet? Så kan det være, du kan få glæde af Aktivitetspuljen. Her kan du ansøge om et mindre beløb til nye aktiviteter eller udvikling af nogle allerede eksisterende. Der kan maks. ansøges 5.000 kr. fra puljen.

Der er udarbejdet nogle retningslinjer for ansøgning af puljen. Kontakt NetværksKontoret for nærmere information

Ansøgninger skal sendes til NetværksKontoret, Kisumparken 2, 2660 Brøndby Strand, e-mail: lew@bo-vest.dk. Ansøgninger vil blive behandlet løbende.



Tag på sommerferie med Børnernes Rejsebureau

Mandag den 8. juli til fredag den 12. juli

Børnernes Rejsebureau arrangerer traditionen tro sommerkoloni i skolernes sommerferie. I år går turen til Møllelejren i Odsherred, hvor Børnernes Rejsebureau før har været på koloni. Det er et dejligt sted med god mulighed for leg og hygge for både børn og voksne. Midt på ugen bliver der arrangeret en udflugt til Sommerland Sjælland. Turen er for børn, der bor i en af de ni boligafdelinger i Brøndby Strand og deres forældre eller bedsteforældre.

Prisen er 300 kr. for børn og 600 kr. for voksne. Dette inkluderer transport, ophold, mad, hygge og udflugt til Sommerland Sjælland. Der er et begrænset antal pladser på turen, og tilmelding sker efter først til mølle princippet, dog senest torsdag den 2. maj. Tilmeldingen er først gældende, når der er betalt depositum på 300 kr. Har du spørgsmål til kolonien, eller vil du tilmelde dig og din familie, så kontakt NetværksKontoret, Kisumparken 2, tlf. 43 54 22 75, e-mail: lew@bo-vest.dk.



Bliv frivillig it-vejleder

Er du god til computere, og har du lyst til at hjælpe andre med at blive bedre? Så meld dig som it-hjælper i Brøndby Strand. Som frivillig skal du have lyst til at hjælpe, have god tålmodighed og være god til at forklare ting til andre. Planen er, at it-vejledningen skal høre til i Mediehuset i Tranumparken 3, når det åbner.

Lyder det som noget for dig? Så kontakt NetværksKontoret, e-mail: lew@bo-vest.dk, tlf. 43 54 22 75.

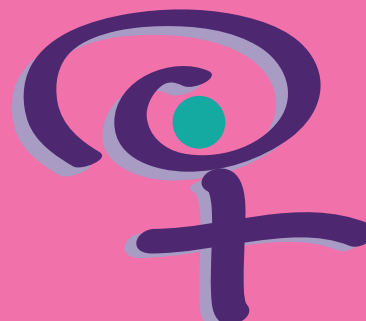
KORTE NYHEDER

Kender du Bydelsmødrene i Brøndby Strand?

Bydelsmødrene er frivillige kvinder, der støtter andre kvinder til at styrke sig selv, deres børn og deres familier. Bydelsmødrene kan bl.a. hjælpe med spørgsmål om:

- Børneopdragelse
- Fritidsaktiviteter
- Skole og institutioner
- Sundhed, kost og motion
- Kontakt til Kommunen
- Og meget andet...

Bydelsmødrene i Brøndby Strand taler ud over dansk også arabisk, tyrkisk og kurdiske.



BYDELSMØDRE

Vil du i kontakt med en bydelsmor?

Ønsker du besøg af en bydelsmor kan du kontakte Laura fra NetværksKontoret, tlf. 43 54 22 75.

Du kan også selv komme til bydelsmødrene. De mødes den sidste mandag i hver måned kl. 17-19 i beboerlokalet i Ulsøparken 16, st. Kig forbi til en samtale eller blot til en kop kaffe og lidt hygge.



Fodboldtrænere søges!

Vi er en del drenge i fodboldklubben BSI (Brøndby Strand IK), der har lyst til at spille fodbold, men som mangler nogle trænere til at tage sig af os.

Du behøver ikke at være fodboldtræner i forvejen, for klubben sørger for træneruddannelse, så du bliver klædt på til opgaven.

Kontakt formand Henrik Pedersen på tlf. 23 60 47 83, eller mød op i klubhuset Tybjergparken 12, mandag til torsdag mellem kl. 17.00 og 20.00, hvor du kan få en snak med nogen fra klubben.



Åbent hus i Dagplejehuset Gurrelund

Hver fredag mellem kl. 9 & 11 fra den 11. januar - 15. marts

Her kan du få et indblik, i hvad det vil sige at have sit barn i dagpleje. Kort fortalt er dagpleje et tilbud til alle børn fra 0 år til 2 år og 8 måneder. Dagplejerne får tilsyn af en dagplejekonsulent, der er uddannet pædagog.

Adresse: Dagplejehuset Gurrelund, Gurrelund 78, 2660 Brøndby Strand. Tlf. 43 73 02 19.

TEMA OM KOST OG SUNDHED

Gi' din hjerne et spark – spis din hjerne i form

Af Søs Vang

Vågn op! Siger du sådan til din hjerne i løbet af dagen, ja sågar allerede fra morgenstunden? Så læs videre og få råd til at optimere din dag med supermad til hjernen. Artiklen er inspireret af bogen 'Superfood til Hjernen' af Gemma Reece, som har en god og overskuelig indgang til at skabe nye og sundere kostvaner, og bogen indeholder både baggrundsviden om fødevarerne og lækre madopskrifter.

Hjernen har brug for brændstof

Hjernen er centralnervesystemets kraftværk og det er netop denne kommandocentral, som styrer alle vores bevægelser og gør os i stand til at tænke og tage beslutninger. Fordi hjernen er så komplekst et organ med et utal af funktioner, den skal varetage døgnet rundt, har den brug for regelmæssigt at blive tanket op. Hjernen får sit brændstof fra de madvarer, vi dagligt indtager, derfor er det godt med lidt omtanke inden vi bare propper munden. Du kommer jo heller ikke diesel på en benzinmotor, vel?

Hvorfor er det SÅ vigtigt med sund mad?

Kosten påvirker hjernens kemiske sammensætning. Denne kemiske sammensætning har betydning for vores humør, adfærd, indlæringsevne og reaktionsevne. Der findes et utal af vitaminer, proteiner, kulhydrater, urter og lignende, men i denne artikel vil jeg primært fokusere på vigtigheden af at spise omega-3+6+9 fedtsyrer. De er helt uundværlige for vores hjerne, og med de udfordringer vi alle stilles overfor i hverdagen, bør vi være mere opmærksomme på, at vi er omhyggelige med at få disse fedtsyrer/olier.

Kroppens kostbehov er aldersafhængigt

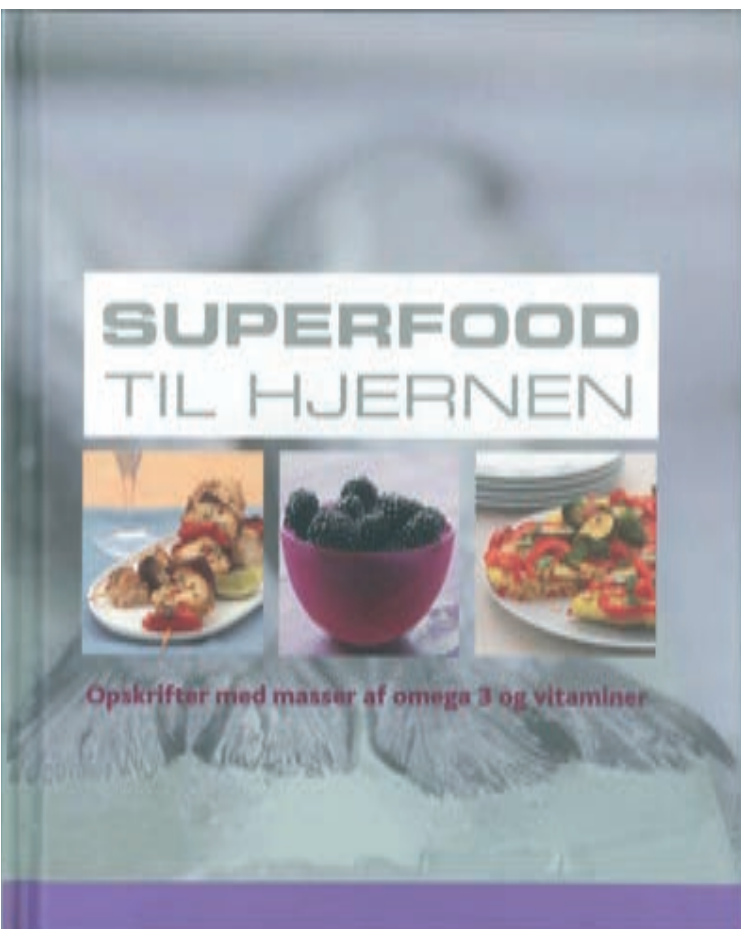
Forskere har nu gennem 30 år opnået en større forståelse for, at alder og kost også hænger sammen og gør en forskel. De har delt det op i følgende:

Kost til gravide og børn i voksenalderen

Det har vist sig, at gravide med lavt indhold af omega-6-fedt-



TEMA OM KOST OG SUNDHED



Bogen "Superfood til hjernen", af Gemma Reece.

syre i kosten har en forhøjet risiko for depression. Og at indtag af Omega-3 fedtsyrer fremmer barnets udvikling i fosterstadiet og gennem barndommen, og minimerer eller forebygger lidelser senere i livet, såsom alzheimers. Børn der får fiskeolie, omega-3 fedtsyrer, og kæmpenatlysolie, mindsker desuden risikoen for at komme til at lide af ordblindhed og ADHD. Omega-6 fedtsyrer, som findes i kæmpenatlysolie og hjulkronolie, kan muligvis også optimere hjernefunktionen. Det er desuden vigtigt at gravide får folinsyre, fordi dette B-vitamin har vist sig at være vigtigt for hjernens opbygning hos fosteret. Folinsyre findes blandt andet i spinat, broccoli, kinakål og bælgrugter

Voksenmad

Fiskeolier anbefales også, når du kommer til voksenlivet. Desuden anbefales aminosyren L-Tyrosin, der kan betragtes som byggestenen, der får hjernens celler til at "tale" bedre sammen. Det finder du i både avokado, mælk, mandler og fuldkorn.

Sund mad for ældre

Mange tror, at løbet er kørt, når man når alderdommen, men nej her kan du også nå at optimere hjernen og modvirke svindende hukommelse og andre typiske udfordringer. Det er vigtigt, at ældre får både omega-3+6 fedtsyrer, da mangel

på især 3'eren har vist sig at øge risikoen for stress og depression. Undersøgelser har desuden vist, at alzheimers og et lavt indtag af stoffet Cholin kan hænge sammen, og at du kan reducere hukommelsesproblemer med denne syre. Hvis du spiser æg, sojabønner, spinat og tilberedt oksekød, er du godt hjulpet på vej.

Nu tænker du sikkert: "Hold da op, hvor lyder det avanceret, og det kan jeg da slet ikke finde ud af, og jeg har virkelig ikke tid til sådan noget!". MEN mist ikke modet: DET ER NEMT!! En god måde at få flere forskellige ting med i den daglige kostrutine kunne jo være at prøve EN ny madvare hver dag/ uge, og lede efter opskrifter med hjernemad på internettet. Og så det er bare om at komme i gang med at spise din hjerne sund!



Ristet rugbrød med æg og peberfrugt – nemt, lækkert og sundt!

På næste side kan du læse om to nystartede initiativer i Brøndby Strand, som fokuserer på at spise sundt og holde kroppen i form. Se om det er noget for dig...

TEMA OM KOST OG SUNDHED

En god start på dagen

I december måned serverede Café Perlen i samarbejde med NetværksKontoret morgenmad for skolebørn, og hver morgen kom ca. 10 børn mellem 0. og 4. klasse forbi til lidt morgenmadshygge. En tirsdag morgen er Marius og Tobias, de første der møder op. De ser trætte ud og siger ikke så meget, men efter lidt mad i maven, liver de op og fortæller, at de har været der næsten hver dag. De kommer, fordi de synes, det er god morgenmad, og fordi de synes, det er hyggeligt at spise morgenmad sammen med deres venner. Lidt efter kommer også Elissa og Alaa, som i dag har deres lillebror med, og senere dukker også deres fætter og kusine, Mohammed og Lina op. "Vi er her fordi det er hyggeligt at spise morgenmad sammen, og det er mere roligt end derhjemme, hvor man nogle gange skal skynde sig", fortæller Elissa og Lina.



Morgenmaden i Perlen fortsætter i 2013, men lidt færre gange om ugen, og der er altid plads til en til, og det er gratis at deltage. For yderligere information kontakt NetværksKontoret.



Sundhedscafé, vægtklub og foredrag om vægttab

Sundhedscafé med vægtklub er et nyt initiativ, som Brøndby Strand for Fremtiden starter op tirsdag den 5. februar. Sundhedscaféen vil finde sted tirsdage i lige uger kl. 16-17.30 i Café 13, Kisumparken 2. Sundhedscaféen er for alle, og det er gratis at deltage.

Det vil hver gang være muligt at komme forbi i tidsrummet kl. 16-17.30 og blive vejlet og målt om livet i vægtklubben. Derudover er der mulighed for at udveksle erfaringer omkring vægttab, kostvaner, motion, rygestop, sygdomsforløb etc. Ca. en gang om måneden vil der blive arrangeret foredrag, workshops o. lign. i sundhedscaféen.

I er velkomne til at komme med forslag.

Hvad er vægtklubben?

Vægtklubben er for dem, der gerne vil eller er i gang med at tabe sig og ønsker en fast opfølgning på deres vægttab. Der bliver udarbejdet et skema, som den enkelte kan udfylde, så man kan følge sin egen udvikling.

5. februar – foredrag om vægttab

Tirsdag den 5. februar vil Sophie Dornoy, som er professionsbachelor i ernæring og sundhed holde oplæg om vægttab. Hun fortæller bl.a. om, hvad det anbefales at have fokus på ved vægttab og introducerer nogle kostprincipper. Foredraget henvender sig til alle, der har interesse i vægttab.

For mere information om sundhedscaféen: Ring til Laura på NetværksKontoret, tlf. 43 54 22 75.

Datoer for sundhedscafé i februar og marts er den 5. & 19. februar, den 5. og 19. marts. Eventuelle særarrangementer vil blive annonceret særskilt her i bladet og i opgangene.



HUSKER DU

DER VAR EN GANG I BRØNDBY STRAND

I forbindelse med at Brøndby Strand bebyggelsen har eksisteret i cirka 40 år, kigger vi tilbage på tiden der er gået, ved at bringe udvalgte artikler fra Esplanadens forgænger STRANDLØBEREN.

I denne omgang er vi faldet over en tale, der blev holdt på Sct. Hans aften i 1976, af Eiler Kock. Talen er lige så aktuel i dag som den var i 1976 - desværre.



Uddrag fra talen:

Meget tyder på at den krise vores samfund står i ikke er en økonomisk, men en holdningsmæssig krise. At krisens inderste fundament ikke er af økonomisk, men af menneskelig karakter. (...)

Det som har karakteriseret Danmark frem for så mange andre lande er vort hidtil så stabile politiske demokrati og et bredt politisk ønske om at skabe et velfærdssamfund. Til grund for dette ligger som en nødvendighed bestemte menneskelige holdninger. Demokratiets grundlag er samtalen mellem mennesker. At man taler sig til rette om tingene, og at der ud af samtalen nås et kompromis, et resultat, og at det ikke er den stærkeste der får sin vilje. Men er vores problem i dag ikke, at vi ikke rigtig kan snakke med hinanden? At vi i optagethed af øget velstand og flere materielle goder har så travlt, at vi ikke har tid til at tale sammen. Vi er blevet for trætte når dagen er omme, vi har ikke tid til at tage del i problemernes løsning. Samtidigt er problemerne blevet så komplicerede at vi står af.

Velfærdssamfundets fundament er solidariteten mellem mennesker. Overbevisningen om ansvaret for næsten. Troen på at vi har en forpligtigelse til at hjælpe hinanden. At den stærke har ansvaret for den svage. At man ikke kan leve en rig menneskelig tilværelse, hvis næsten lider nød, hvis han ikke har de samme muligheder. Uden en sådan menneskelig holdning kan velfærdssamfundet ikke eksistere.

Men er problemet ikke, at denne for velfærdssamfundet grundlæggende og nødvendige menneskelige holdning er i skred? Solidariteten mellem mennesker er ved at blive afløst af en grænseløs egoisme og selvtilstrækkelighed. Grundlaget for vores velfærdssamfund er ganske enkelt i skred. (...)

Selvom vi (...) har skabt et bedre samfund og ikke meget af det der er gennemført burde være ugjort, er det alligevel et spørgsmål om ikke mennesket – mod alle hensigter – er kommet i klemme. (...) Har vi skabt en ydre tryghed hos mennesket, men en indre usikkerhed?

Fra spildevand til badevand

Tekst og fotos af Nanna Marie Lyngman

Vandet strømmer ud af hanen og efterlader tallerkenen ren og fri for sæbeskum. Det hele fortsætter videre ned i køkkenvaskens rist, og ud i afløbet. Men hvor forsvinder vandet, madresterne og kemikalierne hen herefter? I Brøndby Kommune er svaret: 'Spildevandscenter Avedøre'.

Sådan renses spildevandet

"Faktisk behandler vores renseanlæg spildevand fra 10 kommuner. I disse kommuner bor der omkring en kvart million mennesker, som tilsammen udleder spildevand i en mængde der varierer mellem 25-34 millioner m³ om året", fortæller kommunikationschef, Stig Dalum.

Når vandet er nået frem til spildevandscentret, gennem de i alt 2.300 km kloakledninger, skal det igennem en rensning i flere etaper før det er rent nok til at blive sendt ud i Køge Bugt.

Mekanisk, biologisk og kemisk rensning.

Udvikling og nye riste

Der bliver forsket meget i at udvikle mere miljørigtige og effektive løsninger til at drive renseanlæg. Spildevandscenter Avedøre indgår for eksempel i et udviklingssamarbejde med spildevandscentret 'Lynettefællesskabet' og Københavns Energi. "Et eksempel på en effektivisering er, at vi som en del af en stor udbygning af renseanlægget har fået helt nye riste til at opsamle det synlige affald. Ristene har huller på kun 6 millimeter og fanger langt mere af det uønskede materiale end de gamle riste", fortæller Stig Dalum.

Med de nye riste har spildevandscentret således fordoblet det affald de opsamler i rensningens første del. "Det kan tydeligt ses på strandens vandkvalitet",



Spildevandet renses først for alt synligt affald, såsom papir, tamponer og vatpinde.



Vandet ledes derefter ud i et anlæg hvor det bliver rensat yderligere for bundfældet sand, og for fedt som flyder op til overfladen.



Til sidst bliver spildevandet rensat for fast organisk stof i en såkaldt forklaringstank.

fortæller Ruth Swedenborg, som er formand for foreningen 'Strandens Venner', der jævnligt går tur i Brøndby Strandpark for at rydde området for affald der er skyllet på land. "Efter de nye riste er blevet taget i brug, er der langt mindre affald at finde på stranden", uddyber hun.

Hjælp med at holde vandet rent

Selvom rensningsanlæggene hele tiden bliver mere og mere effektive kan de ikke fjerne alle miljøskadelige stoffer fra spildevandet. Men vi kan hver især gøre meget for at mindske forureningen af det vand vi skyller ud i vores afløb.

Læs mere om

Spildevandscenter Avedøre på
www.spildevandscenter.dk



Efter den mekaniske rensning indeholder spildevandet stadig meget opløst organisk stof. Det bliver nedbrudt af mikroorganismer under skiftevis iltholdige og iltfrie forhold.

Her kommer 5 gode råd, som er nemme at følge:

1. Kig efter produkter med lavt indhold af miljøskadelige stoffer:

Dem kan du finde ved at kigge efter det nordiske miljømærke Svanen eller EU's miljømærke Blomsten.



2. Smid IKKE følgende produkter i toiletet:

Vatpinde
Bind
Hår
Emballage
Kondomer
Vatroundeller
Medicinrester
Cigaretskod



3. Spar på opvaskemiddel og sæbe: Fyld opvaskemaskinen helt før du tænder den.

4. Du behøver kun 3 rengøringsmidler til at holde huset rent:

Opvaskemiddel til let beskidte områder.
Universal rengøringsmiddel til områder der er mere snavsede.
Citronsyre til afkalkning.

5. Undgå at bruge skyllemiddel:

Selvom det får tøjet til at dufte rent har det reelt ingen rengøringseffekt.



Når denne rensningsproces er overstået bundfældes det resterende spildevandsslam i såkaldte efterklaringstankene, og det rensede spildevand pumpes via 1.1 km lange udløbsledninger til Køge Bugt.

NYT FRA AKTIVITETSHUSENE

Café 13 i februar



Studiekreds Skt. Petri Kirke

Tirsdag den 5. februar kl. 13.00 i Cafe 13
Vi fortæller om Gravkapellerne, hvor flere kendte personer ligger begravet. De alle har haft stor indflydelse på vort lands historie.

Tirsdag den 19. februar

Vi besøger vi kirken, gravkapellerne og urtehaven. Kirkens Guide fører os rundt og fortæller om fortiden og nutiden. Herefter spiser vi frokost i nærheden. Turen koster kr. 100 kr. for 3'ere's medlemmer og kr. 125 kr. for vore gæster. Mødested angives senere.

Fastelavn er mit navn

Søndag den 10. februar kl. 10.00-13.00
Brunch og lejerforeningens fastelavns-fest

10.00 -13.00 Brunch

Pris 65 kr. børn under 12 år 35 kr.

10.00 – 11.00 Ansigtsmaling

11.00 Tøndeslagning

11.45 – 12.30 Underholdning

12.30 Kåring af bedst udklædte barn og voksen

Billetter sælges i Café 13 eller på Ejendomskontoret, Ulsøparken 4 for 20 kr. Slikposer til alle børn, der har købt billetter.

Billetter inkluderer: Fastelavnsbolle, sodavand og slikpose.



Musik i verdensklasse

Fredag den 15. februar kl. 19.00

Violinvirtuos Henryka Tronek og pianist Stefana Chitta-Stegemann

Her er en enestående mulighed for at høre musik i verdensklasse i Café 13 når den polskfødte violinvirtuos Henryka Tronek giver solokonzert fredag den 15. februar. Henryka Tronek bliver akkompagneret af den østriske pianist Stefana Chitta-Stegemann. Henryka Tronek føler af sentimentale grunde en særlig tilknytning til Brøndby Strand eftersom hendes mor - den berømte cellist Halina Kowalska-Tronek - boede her efter sin emigration fra Polen og til sin død i 1998.

Henryka giver under sit ophold i Danmark kun denne ene koncert, eksklusivt for Café 13's gæster. På programmet står musik af bl.a. Rimsky-Korsakow, Rachmaninow, Tartini, de Falla og ikke mindst Fritz Kreisler. Henryka fik sine første violinlektioner i seksårsalderen. Siden fulgte undervisning i Polen, USSR og Belgien. Hun har givet koncerter i Europa, Asien og USA, og hun har lavet indspilninger med mange orkestre bl.a. Dansk Radio Symfoniorkester.

Koncerten er gratis; men det er nødvendigt at reservere billet i Café 13 eller på telefon 43 53 81 25.



Smørrebrødsskolen

Fredag den. 8. februar 2013 og fredag den 22. februar kl. 16.00 - 19.00

*"At smørrebrød er ikke mad,
og kærlighed er ikke had,
det er for tiden, hvad jeg ved
om smørrebrød og kærlighed".*

Johan Herman Wessel

Dette må være en passende introduktion til "Smørrebrødsskolen" Kunne du tænke dig at lære at lave rigtig smørrebrød, som det kun fås i Danmark. Så meld dig til: Smørrebrødsskolen i Café 13 eller ring på telefon 43 73 81 25. Skolen er for alle, der har lyst til at lære at lave smørrebrød. Der er et begrænset antal pladser.

Skolen fortsætter i marts, april og maj ialt 8 gange.

Pris: 30 kr. pr. gang. Når vi når til det mere luksusprægede smørrebrød, så bliver prisen lidt højere.

Hver gang afsluttes med fællesspisning. Drikkevarer er for egen regning.

Rheumhus i februar



Lørdagscafe med loppemarked i Rheumhus

Lørdag d. 2. februar 2013 kl. 10.00

Veloplagte til det nye års lørdagscafe byder vi velkommen denne lørdag i Rheumhus, der i høj grad er præget af at her også er loppemarked. Her kan gøres små fine fund til både store og små og i cafeen er der salg af brød med oste samt lækker smørrebrød, øl og sodavand samt kaffe og te.

Køb af bod i Rheumhus Tlf. 43 54 11 38.



Jazzklubben holder fødselsdagsfest

Fredag d. 15. februar

Jazzklubben holder 34 års fødselsdag i Rheumhus med et brag af musik med jazzbandet; Danish Jazzmen. Der spilles et humørfyldt og dansevenligt New Orleans- og Dixieland jazz. Til middagen kl. 18.00 serveres langtidsstegt tyndstegsfilet med kartofler og rødvinssauce samt grøntsager og til dessert serveres is med vafles.

Billetter til arrangementet kan købes i Rheumhus.



Brunch i Rheumhus

Lørdag d. 23. februar kl. 10.00

Vi sætter lækkerier på bordet, bl.a. sild, røget laks, pandekager og røræg m.m. Håber at rigtig mange har lyst til at komme og nyde årets første brunch. Tilmeld jer meget gerne på forhånd.



"Du kan hvad du vil"

Tirsdag d. 12. februar fra kl. 19 - 21

Diabetesforeningen har inviteret politikommissær Elm Christensen til Rheumhus for at holde foredrag om hans rejse til Mont Blanc. Det handler om hvilke forberedelser Elm Christensen gjorde og hvilke udfordringer han mødte, da han - som diabetiker - satte sig for at bestige Mont Blanc.

Perlen i februar



Fastelavnsfest i Perlen

Den 10. februar fra kl. 12.00 - 15.00

Gå ikke glip af en hyggelig dag med tøndeslagning, sjove lege, kåring af kattekonge kattedronning og masser af dejlige godter!

I år vil Perlen igen afholde en fastelavnsfest for alle børn og deres forældre i Brøndby strand. Så klæd dig ud som en smuk prinsesse, en sej ninja eller den mest finurlige klovn! Vi byder på gratis fastelavnsboller til børnene, og kaffe til de voksne.

Arrangementet er gratis, og man behøver ikke at tilmelde sig.



Møde om "sidste gammelt nyt" fra Gl. Køge Landevej

Mandag den 4. februar kl. 19 i Brønden

Der bliver ved med at dukke 'gammelt nyt' op omkring Gammel Køge Landevej. Det drejer sig om gamle billeder, dokumenter og beretninger, som fortæller om livet ved Køgevejen før i tiden.

Det bliver der sat fokus på, når Brønden lukker dørene op for alle, der har lyst til at komme forbi og mærke historiens vingesus. Foredraget er en del af et nyt koncept, hvor Forstadsmuseet rykker ud med et mobilt museum i Brøndby, som du hver måned kan møde i kulturhusene Brønden og Kilden. Det mobile museum er Brøndbys helt egen udgave af

Historien i Gaden. Historien i Gaden er Forstadsmuseets formidlingskoncept, der formidler historien dér, hvor borgerne i forvejen færdes. Derfor rykker museet nu ud med en mobil enhed, som du kan opleve, når du i forvejen besøger de to kulturhuse og biblioteker.

Mødet er arrangeret af Lokalhistorisk forening for Brøndby Strand.

Nedenfor kan du få en forsmag ved at læse beretningen om en kvinde, som har boet ved Køgevejen hele sit liv.



Gl. Køge Landevej omkring 1930 hvor den passerer Rosenåen, ved den nuværende Tjørnevang. (Lokalarkivet)

Bageren på Køgevejen nr. 710 hvor der nu er pizzeria. Nedenfor til højre ses autoværkstedet som lå der frem til midten af 1950-erne. Vejen oven for er Pilevængen. (privatfoto)





Inge (th) og hendes veninde Lilian med cykler på Gl. Køge Landevej i 1942. (privatfoto)



Frisørsalon på Gl. Køgevej nr. 659. (privatfoto)

Et langt liv ved Gl. Køge Landevej

Af Johan Suszkiewicz

"Da der i 1970'erne var bilfrie søndage gik vi tur midt på Køgevejen", fortæller Inge om sin ungdom ved den befærdede vej. Og er der nogen der kender Gl. Køge Landevej, så er det hende. Hun har nemlig i bogstaveligste forstand levet sit liv ved Køgevejen.

Stærk trafik

Da Inge Hansen blev født for næsten 80 år siden, drev hendes mor en købmandsbutik på køgevejen, og hendes far drev en smedje omme bag ved. Senere er hun flyttet et par gange, men kun få meter. Så Inge har fulgt med i, hvordan vejen har forandret og udviklet sig gennem alle årene.

De bilfrie søndage, blev indført i nogle måneder omkring årsskiftet 1973-74 i forbindelse med en oliekrise for at spare på brændstoffet, og det gav fred og ro på vejene om søndagen, hvor der ellers var kommet mange biler og stærk trafik. Det var før Køge Bugt motorvejen åbnede og overtog noget af trafikken sydpå fra København.

"Der var mange ulykker", siger Inge, og hun husker, at hun en gang skulle tage sig af en lille pige som lå på deres køk-

kenbord og ventede på en ambulance, fordi hun var kommet til skade ved en bilulykke ud for deres hus.

Mange hestevogne

Så var der noget mere roligt på Køgevejen, da Inge var barn i sidste halvdel af 30'erne og ikke mindst under krigen. Dengang fordrev Inge blandt andet tiden ved vejen, ved at skrive nummerplader ned på bilerne, som kørte forbi. Der var ikke flere biler, end at det var til at følge med. "Dengang kunne man se på nummerpladen, hvor bilerne kom fra, og det var jo mere spændende, at få et nummer langt fra end en lokal", fortæller Inge. I øvrigt var der ikke kun biler på vejen, men også mange hestevogne. Især under krigen, hvor det ikke var til at få benzin.

Inge kørte også i skole i hestevogn. Det første år gik hun i den gamle strandskole, som lå på Brøndbyvester Strandvej, nogenlunde hvor spejderhytten nu ligger i Ulsøparken. "Her måtte jeg gå eller cykle det første stykke ad Køgevejen. Men så blev vi børn fra Brøndby Strand flyttet til Brøndbyvester Skole og skulle i stedet tage "skolebussen", som egentlig var en hestevogn. Det var jo stadig krigstid med

mangel på brændstof", forklarer hun.

Fra gartnerier til boliger

De mange hestevogne på Køgevejen gav meget mere arbejde til Inges far i smedjen. Hestene skulle jo regelmæssigt have nye sko. Men efter krigen var det igen bilerne, som efterhånden tog over. Samtidig begyndte en del af de mange gartnerier at lukke. Deres jord blev udstykket til parcelhusgrunde og mange af sommerhusene blev også til helårshuse. De mange nye fastboende gav mere salg i moderens købmandsbutik, som var den ældste i Brøndby Strand, og den første på Køgevejen, når man kom fra København. Men den fik ikke lov til at være alene om handelen på Gl. Køge Landevej. Efterhånden som der kom flere beboere, kom der også flere forretninger, og Gl. Køge Landevej blev Brøndby Strands butiksgade.

Men i 1970'erne fulgte en anden udvikling. De store boligområder i Parkerne var taget i brug og i 1978 var Brøndby Strand centeret åbnet. Handelen flyttede således et andet sted hen, og i 1984 lukkede Brøndby Strands første butik. Men Inge bor stadig lige ved.

BRØNDEN I FEBRUAR



Kom og hør sydstatsblues i Brønden

Onsdag den 13. februar kl. 19.30.

Guy Forsyth og hans band leverer en særlig blanding af blues og Americana. Guy spiller både på akustisk, elektrisk og slideguitar, ukulele, sav og mundharpe og synger. Billetterne koster 100 kr. og kan købes på www.brondby.dk/billetexpressen og i Brønden.



Årets første "Lørdagsmusik i Cafeen" åbnes af de 2 spilleglade fyre fra 2. Times

Lørdag den 2. februar kl. 13-15 – gratis adgang.

Repertoire spænder vidt lige fra Kim Larsen til U2 og Guns N Roses.

Strandcafeen serverer 2 stykker smørrebrød med en øl og en snaps for kun 59 kr. Det er en god idé at bestille bord på tlf. 35 11 30 25, men du er også velkommen til bare at nyde musikken.

Sæt kryds i kalenderen! Brønden byder på gratis "Lørdagsmusik i cafeen" den 1. lørdag i marts, april og maj fra kl. 13.00.

Gratis koncert med vindere af Øresundssolist 2012

Lørdag den 23. februar kl. 14

For 2. gang kan Brøndby Musikskole præsentere 2 af vinderne fra Øresundssolist i en koncert i Brønden. Det er en konkurrence for unge klassiske talenter på begge sider af Sundet. Dette års Øresundssolist vindere: Maria Steinaa, fløjte og Jonas Lyskjær Frølund, klarinet.



My name is Bond, Oscar Bond...

Mens filmbranchens absolutte superstars gør sig klar til at indtage den røde løber i Hollywood, gør Kulturhuset Brønden sit ypperste for at drysse glamour ud over sine gæster. Anledning? Der er Oscar-uddeling den 24. februar! I år er det 85. gang, at Oscar-uddelingen finder sted, og denne gang har den et særligt James Bond-tema for at fejre, at den hemmelige agent har været på banen i 50 år. Så tag godt imod Oscar og Bond i Brønden i februar måned!



Koncert med THE BILLY CROSS BAND

Torsdag den 28. februar kl. 20

Billy Cross har spillet med Bob Dylan, Bjørn Afzelius, Link Wray og mange flere.

Billetterne til koncerten koster kun 100 kr. og kan købes på www.brondby.dk/billetexpressen og i Brønden.

Strandcafeen tilbyder denne aften en 2 retters koncertmenu til kun 129 kr.

Billetter til menuen kan købes på www.brondby.dk/billetexpressen og i Brønden.

Husk bordbestilling tlf. 35 11 30 25

STRANDSTUEN I FEBRUAR



Jytte Abildstrøms Teater: Barnevognen

Fredag den 1. februar kl. 15-15.35.

Imellem middagslure og traveture kommer der liv i barn og sovekanin – og der sker mere mellem dyne og madras og mellem himmel og jord, end man er vant til. Kom og tab sutten af bar grin!

Aldersgruppe: 1½-4 år.

Gratis billetter fås på www.brondby.dk/billetexpressen og i Brønden.



Mød Forstadsmuseet i Brønden

Tirsdag den 5. februar kl. 13-17

Forstadsmuseet rykker som noget helt nyt ud med et mobilt museum i Brøndby, som du hver måned kan møde i kulturhusene Brønden og Kilden. Læs mere på side 14 & 15.

Forstadsmuseet i Brønden første tirsdag i måneden kl. 13-17.



Strikkecafé

Tirsdag den 5. og tirsdag den 19. kl. 16-19

Vi hygger os med strikketøjet, og hjælper hinanden, hvis der er noget, vi ikke kan finde ud af.

Prisen er 30 kr. inkl. kaffe og kage.

Alle er velkomne.

Fastelavn i Strandstuen

Mandag den 11. februar kl. 12

Igen i år holder vi vores egen lille fastelavns hyggedag, hvor vi starter med lidt mad. Derefter vil der være nogle forskellige gamle lege, og til sidst vil der være kaffe og fastelavnsboller.

Der er ingen tilmeldning, men der skal betales for mad/ kaffe /brød.



Seniorbio – nu med ny teknik

Onsdag den 13. kl. 13.30 i Brønden

Fra Brøndens side vil vi gerne beklage de problemer, som vores deltagere oplevede i forbindelse med de 2 sidste forestillinger, og som vi desværre ikke havde nogen indflydelse på. Projektet med at afholde Seniorbio er nyt for os, og vi vil gøre vores bedste for at det bliver en godt oplevelse. Vi vil som kompensation byde på gratis kaffe og kage.

Gratis billetter til næste forestilling kan hentes i Brønden frem til den 11. februar.

Kulturtur til Arbejdermuseet & Spise med Price

Tirsdag den 26. kl. 11 (på Nørreport st.)

Turen går til arbejdermuseet, og frokosten nydes på brødrene Prices Restaurant.

Mødesteder:

Nørreport st. / Brøndby Strand st. / Hvidovre st.

Nærmere oplysning om tidspunkter:

Kontakt værestederne Strandstuen eller Møllehuset.



Banko

Onsdag den 27. kl. 11.00

6 plader – 10 spil – 60,-kr inkl. Kaffe
Banko Bolle kan bestilles for 15,- kr.

KLUMME

Man skal ikke græde over spildt kirsebærsauce

Af Bitten Drews

Illustration af Grete Folman

Midt i den mørkeste tid på året kommer december i al sin stråleglans. Men har I lagt mærke til, at alt det der karakteriserer vores overflodstid, lige fra mad til gaver, er pakket ind som skulle det aldrig pakkes ud igen? Selv folk i deres ungdoms år kommer til kort overfor en skjorte der, når man endelig har fået pakket den ud, yderligere er holdt sammen af 30 nåle, som man dårligt kan se og ikke aner, hvor man skal gøre af, for ikke at stikke renovationsarbejderne også. Og når det kommer til maden er det værd at tage fat i sin fladtang til at få fat i plastiksnippen på spanden med rødkål. Juleaften er dermed reddet bortset fra den problematiske karton med kirsebærsovs. Der giver jeg næsten op. Når mine skuldre sidder helt oppe omkring ørerne spænder jeg kartonen fast i en skruestik og saver flapperne af. DET VAR SÅ DET.

Så kommer frokosterne 1. og 2. juledag. Der ville selv Fort Knox rødme i solnedgangen. Jeg ved ikke, hvor svært det er at komme ind til de formentlig sparsomme guldreserver i Fort Knox, men jeg ved, hvor svært det er at bryde ind i en dåse med fisk! Der sidder en fin ring, lige som på en øldåse og efter at have rejst ringen op bruger jeg en skruetrækker som løftestang samtidig med at jeg trykker ned på midten af dåsen. Så ryger ringen af, og Rådvads 40 år gamle dåseåbner kommer frem. Hvis den heller ikke klarer det, så har jeg da heldigvis både hammer og mejsel og i yderste nødsfald - skakten.

Når alle er mætte begynder alt det "sjo-ve". For efter at have udsat fordøjelsen for svære prøvelser i form af alskens herligheder skyllet ned med både øl og brændevin, skal resterne pakkes ind igen. Denne gang bestemmer jeg selv

indpakningsmetoden og køber forsøgsvis klæbende plastik i ruller. "Det er så nemt", sagde en veninde. Hvis det er rigtigt, sidder hendes hænder anderledes end mine. Først kunne jeg ikke finde enden på rullen. Da jeg fandt den vikled den sig hele vejen omkring min hånd og op ad min arm. Hvordan jeg fik båret mig ad er en gåde, men på et tidspunkt var jeg væsentlig mere indpakket end maden og når jeg med min frie hånd prøvede at klippe det i stykker klæbede det også til saksen. Jeg kan efter dette sagtens sætte mig ind i, hvor-

dan den stakkels hanedderkop har det efter at have været i klørerne på hunedderkoppen.

Lettere overdrivelse fremmer forståelsen siger man og den sidste del er muligvis lettere overdrevet, men hvorfor i al verden skal alt pakkes så godt ind, at det er næsten håbløst at få det pakket ud igen og - gavner det mon vores jord i det lange løb? Efter endnu en godt overstået jul, som jeg stadig elsker, vil jeg dog sige, at jeg er dybt taknemlig over, at Jesus var enebarn.



Og vinderen blev...

I december udlovede Esplanaden en julegave til én heldig Brøndby Strand beboer, som kunne svare rigtigt på, hvor mange rendyr Julemanden har og hvad de hedder.

Det korrekte svar er: Julemanden har 9 rendyr som hedder Rudolf, Danser, Springer, Smukke, Konge, Komet, Amor, Torden og Lynild.

Redaktionen trak lod blandt alle de korrekte bud, og den heldige vinder blev Eva Andersen fra Daruplund, som løb af med en omgang julegodter.

**Café 13**

Kisumparken 2,
2660 Brøndby Strand
Tlf.: 43 73 81 25
Husbestyrer Gitte Dinéss
www.cafe13.dk

Caféen

Tirsdag og torsdag kl. 9-20.
Onsdag kl. 9-15.
Fredag kl. 9-14.
Mandag lukket.
Salg af cappuccino, te, kaffe,
espresso, varm chokolade og kolde
drikke. Ostemad og kage.

Frokostbuffet

Tirsdag - fredag kl. 11.30-13.

Fællesspisning

Tirsdag og torsdag kl. 17-19.
To retter mad. Salatbuffet med
hjemmebagt brød.

Banko: Hver 3. tirs./md. kl. 19.30-22.30.

Senior PC

Tirsdage mellem kl. 9.30 til ca. 12.30.
Holdet er fyldt op. Du kan komme på
venteliste.
Henv.: Erik Larsen - tlf: 43 53 02 13

60+ PC

Onsdage mellem 9.30-12.
Holdet er fyldt op. Du kan komme på
venteliste.
Henv.: Mona Poulsen - tlf. 30 29 37 57

Slibning af knive og sakse

Sølv/guld smykker renses
Afleveres i åbningstiden.
Priser fra 20 kr. og opefter.

Brunch

Anden søndag i måneden.
Voksne 65 kr./børn 35 kr.

Mandagsklubben fra kl. 15-18

For børn mellem 7-13 år.
Henv.: Özlem, tlf. 52 30 56 61

Fotoklubben

Hver onsdag kl 19-21.
Henv: Claus Djervad tlf. 24839162

**RHEUMHUS**

Albjergparken 4,
2660 Brøndby Strand
Tlf.: 43 54 11 38
Husbestyrer Birgitte Jensen

Caféen

Mandag og onsdag kl. 9-20.
Tirsdag og torsdag kl. 9-14.
Fredag kl. 9-13.
Hverdage serveres morgenbrød,
smørrebrød og sandwich m.m.
Te og kaffe.

Se menu på <http://brondbynett.dk/rheumhus>

Mandag+Onsdag aftenspisning

fra kl. 17-19.30.
Husk tilmelding dagen før på
tlf: 43 54 11 38

Søndags-banko

Første søndag i måneden. Dørene
åbnes kl. 12 og spillet begynder kl. 13.

F-A-K-S

Foreningen af Kroniske
Smertepatienter - Lokalfdelingen
i Rheumhus. Åbent hus hver tirsdag
fra kl. 10-14. Henv.: Birthe Omdahl,
tlf.: 39655448, mobiltlf.: 27420573
mail: birtheomdahl@booh.com
eller www.faks.dk

Syng Sammen Aften

Syng sammen aften starter igen i sep-
tember, sidste torsdag i måneden.

Folkedans

Folkedans starter i september,
mandag i ulige uger.

**Aktivitetshuset PERLEN**

Hallingparken 5,
2660 Brøndby Strand
Tlf: 43 73 42 20
E-mail: cafeperlen@yahoo.dk
Husbestyrer Thorsten

Udlejning af selskabslokaler

Kontakt Café Perlen

Caféen og Netcaféen åben:

Mandag, tirsdag og torsdag kl. 8-14
Onsdag kl. 8-19
Fredag lukket

Dagligt:

I Cafeén er salg af morgenbrød, smør-
rebrød, sandwich, dagens ret. Kaffe,
the, espresso, varm chokolade, cap-
puccino, kolde drikke.

Aftenspisning:

Onsdag varm mad fra kl. 17-19

Brøndby Selvhjælpsgruppe:

Hver anden torsdag i lige uger
kl. 11-14
Henv. Jens Rathje tlf. 43 73 70 63

Perlens Dreng

Mandag og onsdag kl. 18-23

Pigeklub

Tirsdag 15.30-17.30

Strikkeklub mandag kl. 13-16

Skakklub mandag kl. 18-23.30

Mødregruppe søndag kl. 12-15

Strandens Spilleklub torsdag
kl. 18-23.30

Lørdagsaftenhygge kl. 16-24

Klub 3éren tirsdag fra kl. 18-23

De unge søndag fra kl. 17-23



Vil du vide, hvilke klubber og foreninger der er i Brøndby Strand, hvornår de er åbne, og hvor de bor, så kan du finde dem i NetværksKontorets nye brochure "Din og min fritid." Den kan fås på dit ejendoms kontor, i aktivitetshusene Café 13, Perlen og Rheumhus, og naturligvis på NetværksKontoret. Du kan også downloade den på www.brondbynett.dk/NetværksKontoret.

KALENDER – februar 2013

Lørdagsmusik i Cafeen

Lørdag den 2. februar kl. 13-15

Sted: Brønden

Lørdagscafe med loppemarked i Rheumhus

Lørdag den 2. februar kl. 10

Sted: Rheumhus

Foredrag i Pensionistforeningen 3'eren

Tirsdag den 5. februar kl. 13

Sted: Café 13

Strikkecafé

Tirsdag den 5. februar kl. 16-19

Sted: Strandstuen

Sundhedscafé

Tirsdag den 5. februar kl. 16-17.30.

Sted: Café 13

Jazzklubben holder fødselsdagsfest

Fredag den 8. februar kl. 18

Sted: Rheumhus

Smørrebrødsskolen

Fredag den 8. februar kl. 16-19

Sted: Café 13

Brunch og fastelavn

Søndag den 10. februar kl. 10-13

Sted: Café 13

Fastelavn i Perlen

Søndag den 10. februar kl. 12-15

Sted: Perlen

Fastelavn i Strandstuen

Mandag den 11. februar kl. 12

Sted: Strandstuen

Diabetesforeningen

inviterer til foredrag

Tirsdag den 12. februar fra kl. 19-21

Sted: Rheumhus

Kom og hør sydstatsblues i Brønden

Onsdag den 13. februar kl. 19.30.

Sted: Brønden

Seniorbio

Onsdag den 13. februar kl. 13.30

Sted: Brønden

Banko for børn

Onsdag den 13. februar 11 – 13

Sted: Café 13

Koncert – musik i verdensklasse

Fredag den 15. februar kl. 19.00

Sted: Café 13

Sundhedscafé

Tirsdag den 19. februar kl. 16-17.30.

Sted: Café 13

Udflugt med Pensionistforeningen

3'eren til Skt. Petri kirke

Tirsdag den 19. februar kl. 10

Sted: Brøndby Strand st.

Smørrebrødsskolen

Fredag den 22. februar kl. 16-19

Sted: Café 13

Brunch i Rheumhus

Lørdag den 23. februar kl. 10

Sted: Rheumhus

Gratis koncert med vindere af

Øresundssolist 2012

Lørdag den 23. februar kl. 14

Sted: Brønden

Kulturtur til Arbejdermuseet

& Spise med Price

Tirsdag den 26. februar kl. 11

Mødesteder: Nørreport st. / Brøndby

Strand st. / Hvidovre st.

(Kontakt værestederne Strandstuen eller Møllehuset.)

Banko

Onsdag den 27. februar kl. 11

Sted: Strandstuen

Koncert med THE BILLY CROSS BAND

Torsdag den 28. februar kl. 20

Sted: Brønden

Gratis lørdagsmusik i Brønden

Lørdag den 2. Marts fra kl. 13

Sted: Brønden



ØNSKER DU FLERE OPLYSNINGER:

Café 13, Kisumparken 2, 2660 Brøndby Strand, tlf. 43 73 81 25
Perlen, Hallingparken 5, 2660 Brøndby Strand, tlf. 43 73 42 20
Rheumhus, Albjergparken 4, 2660 Brøndby Strand, tlf. 43 54 11 38
Hjemmesider: www.brondbystrand.dk/boligafdelinger/beboerhuse/
Brønden, Brøndby Strand Centrum 60, tlf. 43 28 20 80
Hjemmeside: www.kulturhusetbronden.dk

DEADLINES TIL KALENDER OG ARTIKLER:

Arrangementer til kalenderen i marts: Send et tip om tid, sted og arrangement senest d. 15. februar kl. 12.
ALLE ANDRE indlæg til Esplanaden har deadline d. 8. februar. Bladet uddelles senest d. 3. marts. Vi tager forbehold for fejl og mangler i kalenderen. Esplanadens mailadresse er: Esplanaden@brnet.dk