

Beboerbladet **Esplanaden**

Maj 2011 · Årgang 15 · nr. 4



PARSIFAL I BRØNDBY STRAND
side 10 - 11

NEDTÆLLING TIL KULTURWEEKEND
side 7 & 17



side 3

Købmanden i Ulsøparken

"Landsbykøbmand" med internationale varer.



side 6

Historien i Gaden

Historiens Huse i Hvidovre viser historien, der hvor den fandt sted.



side 15

Den almene boligsektor

Tilbageblik på året der gik.

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 give.

Bladets adresse er:

Beboerbladet Esplanaden
Hallingparken 2, stuen
2660 Brøndby Strand

Tlf & fax: 43 54 39 60

E-mail: esplanaden@brmet.dk

Redaktionen:

Ole Larsen ansvarsh. (konstitueret)
Telefon: 24 48 04 55

Inger Larsen
Hanne Hancke
Bitten Drews
Serkan Korkmaz
Grete Folman
Ida Christoffersen
Martin Rosvang Hartvig
Fast skribent: Anet Tamborg

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

Grafiker:

Torben Hanberg
Jesper Faurby, mouselab

Tryk:

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

DEADLINE:

Artikler den 8. maj kl. 12
Kalenderen den 15. maj kl. 12
Næste blad uddeles senest
søndag den 29. maj.

LEDER

I første halvdel af april kunne man møde rustningsklædte riddere, fabeldyr og smukke ungmøer med blomsterkranse i håret, når man gik aftentur omkring Tranumparken. At det var operaen Parsifal, der var på færde, var ingen hemmelighed for beboerne. Publikum havde derimod købt billetter til et ukendt sted som en del af oplevelsen. Af tilskuernes bemærkninger kunne man forstå, at det var en stor og positiv oplevelse at se en anderledes opera på et fremmed sted. Også de lokale medvirkende fik en oplevelse, som de sent vil glemme. Klitrosen og Esther Genkers lejlighed blev til teaterscener, og i hele området omkring Tranumparken blev der sunget fra balkoner og i parkeringskældre. Det lokale Parsifalkor faldt så godt i hak, at det planlægger at fortsætte og de vil gerne optage nye medlemmer.

En ny oplevelse giver energi, men det gør det også at fortsætte traditionerne. En af dem er KulturWeekend, som i år ligger i pinsen fra den 10. til 12. juni. Planlægningsgruppen har været i gang siden efteråret, og mange aktiviteter er allerede planlagt. Men inden for traditionerne er der også plads til fornyelse. I år deltager karateklubben for første gang. Karateklubben er en "gammel" klub fra 1983 og et eksempel på, at det, der begynder lokalt, kan ende i både landsdækkende og internationale netværk. Det giver børnene og de unge en god ballast til at komme videre i livet. Læs mere om karateklubben på side 7.

I øjeblikket fokuseres der meget på sundhed, og det er ingen tilfældighed. Man taler om "livsstilssygdomme", som blandt andet har at gøre med vores nye spisevaner. Shawarmaer og cola har erstattet rugbrød og postevand, det giver overvægt og ofte også mangel på energi. Det er baggrunden for, at Institut for Sygdomsforebyggelse har oprettet projektet Sund Start, der undersøger, om man kan forebygge overvægt hos mindre børn. Sund Start har lånt lokaler i T13 og du kan læse mere om det på side 8. Det er vigtigt at slå til lyd for sund kost for alle aldersgrupper. For tiden tales om en næsten eksplosiv udvikling af diabetes 2, også kendt som "gammelmandssukkersyge". Sygdommen kan forebygges gennem sund kost, og en kostomlægning er endnu vigtigere, hvis man har fået den. Det kan du få mere at vide om på side 9, hvor vi også fortæller om Vestegnsprojektets informationsdage om diabetes, der afholdes i Café 13. Her kan man også få målt sit blodsukker. Esplanaden har i et års tid haft indlæg med overskriften Husker Du? Her fortælles om tiden fra dengang Brøndby Strand blev til et boligområde. Det har inspireret Nete Eriksen til at skrive om sin barndom i Bjerrelund. Erindringerne kommer i dette og næste nummer af bladet. Hvis andre har lyst til at bidrage, er de lige så velkomne som Nete.

I dette nummer kan du også læse om projektet Historien i Gaden og om købmanden i Ulsøparken. Og så har Allan Nielsen, der er formand for Boligselskabernes Landsforening Kreds 9, skrevet sine overvejelser om den udvikling, som den almene boligsektor har gennemgået i det seneste år. Brøndby Strand er fyldt med både historier og historie.

Venlig hilsen

Redaktionen



Købmanden i Ulsøparken

- vi kender kunderne ved navn

tekst og fotos: Anet Tamborg

Når man ser facaden på købmandsbutikken i Ulsøparken, tænker man måske, at det bare er en lille butik, der kun lige har det nødvendige. Men så snart man åbner døren, bliver man klar over, at det er helt forkert. Her er almindelige dagligvarer, men hvis man giver sig tid til at gå på opdagelse på de mange hylder, kan man også finde alskens specialiteter.

- Vi er en international forretning med danske, arabiske, pakistanske, bosniske og syriske varer, siger ejeren Haydar Agirbas og viser frem af specialiteter som granatæble- og dadelsirup samt dadelpuré.

- Vi har også krydderier, hele 124 forskellige. Da jeg købte forretningen, var den meget mindre og der lå en frisør i den ene ende. Jeg udvidede, da frisøren op sagde sit lejemål. Senere har jeg udvidet med frugt- og grøntafdelingen i et lokale i butikkens bagerste del. Og så ligger shawarmabutikken ved siden af, den erhvervede jeg, da den skulle have ny ejer.

- Hvor længe har du været købmand i Brøndby Strand?

- I seks år. Inden da havde butikken mange skiftende ejere, og jeg tror, at det kun er den allerførste købmand, der har været her længere end jeg. Jeg kan godt lide at være et sted længe. De små børn er blevet store, og vi kender hinanden. Det gælder alle kunderne, vi kender hinanden ved navn og taler sammen om stort og småt. Vi griner og pjatter og smådriller hinanden. På samme måde har jeg det med frisøren og Røde Kors Genbrugsbutik, der ligger ved siden af. Det er en lille verden i verden.



- Du har hjælp i butikken. Har du hjælp til andre ting?

- Nej, jeg gør det meste selv. Jeg tager på grønttorvet tidlig om morgenen og køber ind, så jeg ved, hvad jeg får. Det gælder også blomster. De andre varer bliver bragt hertil af leverandørerne. Hver morgen kommer der frisk brød og wienerbrød og kager. Der skal også tælles op og laves regnskab, og ikke mindst gøres rent. Det er en naturlig ting for mig, jeg har altid været ordentlig af natur, og jeg har fået mange Smileys af Fødevarestyrelsen, som kommer på regelmæssige kontrolbesøg. I Shawarmabutikken har vi en elitesmiley, og det forventer jeg også at få i købmandsbutikken. Det eneste tidspunkt jeg holder helt fri på, er søndag formiddag til klokken tolv. Der er altid noget, som skal ordnes eller planlægges, som for eksempel hvad der skal på tilbud i næste uge.

- Hvor længe har du boet i Danmark?

- Jeg kom hertil for tolv år siden. Jeg er kurder fra Tyrkiet og det var meget vigtigt for mig at lære dansk så hurtigt som muligt. Jeg har haft en anden butik i Albertslund, en restaurant i Rungsted og så butikken her. Jeg er glad for at være her i Brøndby Strand og håber at blive i mange år.

På vej hjem går jeg og tænker over, at vi er mange, som længes tilbage til den svundne tid med landsbykøbmanden, hvor man hyggede sig med de andre kunder. Måske eksisterer det hele stadigvæk, bare man ved, hvor man skal lede efter det.



KORTE NYHEDER

Nysgerrige besøgende til Åbent Hus i Tranens Dreng

Tranens Dreng rykkede allerede i starten af året ind i deres dejlige, nye, store og lyse lokaler, som er blevet ombygget som en del af HP 2 i afdeling T 13. For at vise beboere, samarbejdspartnere og andre nysgerrige de nye lokaler, inviterede Tranens Dreng til Åbent Hus torsdag den 7. april. Det var en stor succes. Flere beboere fra de nærliggende højhuse kiggede forbi, og Borgmester Ib Terp kom også for at hilse på. Alle var meget imponerede over lokalerne og den fine indretning, som Wassim, der er leder af Tranens Dreng, stolt viste frem.



De besøgende blev vist rundt i de lækre lokaler.



Fritidsjob i Legepatruljen for 13 - 14-årige

Søger du et fritidsjob, og er du 13 eller 14 år gammel? Bor du i Brøndby Strand Parkerne, Daruplund/Resenlund eller Gurrelund/Bjerrlund? Vil du være med til at gøre en masse børn glade? Så er det måske noget for dig, at blive Legeguide i Herfra og Videre's nye Legepatrulje. Som legeguide er du én eftermiddag i ugen med til at sætte sjove og sociale lege i gang for mindre børn i Brøndby Strand. Du skal deltage i et en-dags kursus, og du skal også have lov af dine forældre til at arbejde. Er du interesseret i at søge jobbet, så hent et ansøgningsskema på NetværksKontoret, Kisumparken 2 eller skriv til os på lew@bo-vest.dk, så sender vi et ansøgningsskema. Vil du vide mere, kan du kontakte Laura på tlf: 43542275. Ansøgningsfrist mandag den 16. maj.



Tag med Børnernes Rejsebureau på sommerkoloni

Børnernes Rejsebureau inviterer børn, der bor i Brøndby Strand, og deres forældre eller bedsteforældre til sommerkoloni fra den 11.-15. juli. Turen går til Sommerhjemmet Kilden, som ligger i Lyndby lige ud til Roskilde Fjord. Prisen er 600 kr. for voksne og 300 kr. for børn og inkluderer bustur, mad, hygge og udflugt til vikingeskibsmuseet i Roskilde. Spørgsmål og tilmelding rettes til NetværksKontoret, Kisumparken 2, tlf. 43 54 22 75, e-mail: lew@bo-vest.dk. Ved tilmelding skal betales et depositum på 300 kr.

KORTE NYHEDER

Træk i gummistøvlerne og tag med ud og fisk

Du kan stadig nå at komme med Børnenes Rejsebureau på fisketur søndag den 22. maj. Billetter kan købes på NetværksKontoret, Kisumparken 2, tlf. 43 54 22 75 senest fredag den 6. maj. Vi mødes på Brøndby Strand Station kl. 9.30 og tager sammen toget til Helsingør, hvor fiskekutteren sejler fra. Hjemkomst ca. kl. 19. Pris: 60 kr. for børn og 100 kr. for voksne. Leje af fiskestang koster 40 kr.

Har du fisketegn?

Alle personer over 18 år skal kunne fremvise gyldigt fisketegn for at komme med på turen. Lystfisketegn købes på hjemmesiden www.fisketegn.dk. Spørgsmål vedrørende køb af fisketegn kan stilles til NetværksKontoret.



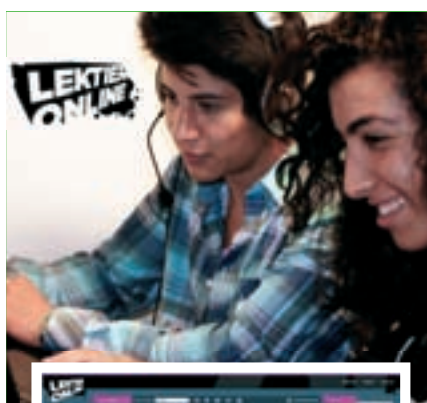
Fejring af klokkespillets 25 års jubilæum

Søndag den 4. maj kl. 19

Kom til fælleskoncert med Lars Jørgensen - tidligere organist i Brøndby Strand Kirke og kirkens første klokkenist - og kirkens nuværende organist og klokkenist Annelise Sørensen. Koncerten er udendørs og varer ca. 45 minutter, og herefter er der kaffebord i kirkens lokaler, hvor klokkenist Ulla Laage vil øse af sin store viden om klokker. Gratis adgang.

Sms-service

Nu kan du få sms'er, der fortæller om Herfra og Videre's nye aktiviteter og arrangementer. Mail eller sms dit mobilnummer til netvaerkskontoret@bo-vest.dk eller mobil nr. 60354690. Skriv om du er interesseret i at få sms om alt, børn- og ungeaktiviteter, familieaktiviteter, ældreaktiviteter eller generelle aktiviteter.



Lektier Online – Gratis lektiehjælp for elever i 7. – 10. klasse

Går du i 7. – 10. klasse, kan du klikke ind på www.lektier-online.dk hver søndag, mandag, onsdag og torsdag mellem 17:00 - 20:00. Her kan du få gratis hjælp til lektierne. På hjemmesiden kan du møde en lektiehjælper, som du både kan tale, skrive og tegne sammen med om dine lektier. Du kan få hjælp til dansk, engelsk og matematik. Du er anonym og kan stille alle de spørgsmål, du vil. Vi ses derinde.



Læseropfordring

Initiativ til klub for jernbane- og modelbaneentusiaster

Er du jernbane- og modelbaneentusiast, og kunne du tænke dig at dyrke denne fornøjelige hobby i fællesskab med andre? Jeg foreslår, at der stiftes en modeljernbaneklub for alle interesserede i Brøndby Strand og omegn. Vi kan her bygge modelbaneanlæg og tage på studieudflugter til for eksempel andre klubber. Ønsket er at søge lokaler med let adgang for gangbesværede og kørestolsbrugere, samt at søge kommunalt tilskud til klubben, så medlemsgebyret bliver overkommeligt for alle. Interesserede kan kontakte mig på awp@brnet.dk.

Venlig hilsen Arne W. Petersen

Historien i Gaden er kommet til Brøndby

HISTORIEN I GADEN

Fortorvsflisen på I G Smiths All 22B i Hvidovre
der markerer stedet, hvor Jens Nielsen blev
henrettet.



Han var uden tvivl ikke nogen "rar dreng", tyven, voldsmanden og brandstifteren Jens Nielsen, som for godt hundrede år siden mistede livet for bøddelens økse som den sidste henrettede i Danmark i fredstid. Nu har han fået et "nysgerigheds punkt" i Hvidovre, en granitflise i fortovet ud for den sidste gård han stak i brand. Det blev hans sidste ildspåsættelse, men han havde gang på gang stukket ild for at kunne plyndre i forvirring under branden. Hans historie kan læses i en af "Historien i Gaden"s foldere.

af Johan Suszkiewicz

fotos: Brøndby Lokalarkiv

Nu behøver man ikke længere at gå på museum for at lære historien i Brøndby at kende. Projektet "Historien i Gaden" på Forstadmuseet fortæller om historiske begivenheder og mindesmærker i lokalområderne, lige der hvor de befinder sig.

- Ideen er meget enkel. Historien er derude, hvor den er foregået, ikke inde på et museum, siger Poul Sverrild, leder af Forstadsmuseet i Hvidovre, om "Historien i Gaden".

Katalog over Brøndby

"Historien i Gaden" har længe fungeret i Hvidovre, og nu hvor Forstads museet er Brøndbys og Hvidovres fælles museum, skal idéen også udbredes til Brøndby. For Brøndbys vedkommende har det indtil videre resulteret i to foldere. En om Brøndby Rådhus og en om badehotellet på Gl. Køge Landevej i Brøndby Strand.

- Nu skal vi have udarbejdet et katalog over oplagte historier i Brøndby. Og alle er velkomne til at give gode ideer, siger Lisbeth Hollensen fra Brøndby Lokalar-kiv, som også hører under Forstadsmu-seet.

En af måderne at lave Historien i Gaden på er det, som kaldes "nysgerrigheds-punkter". Det er ting i bybilledet, som vækker opmærksomhed.

- Et godt eksempel er de gamle lokomotivhjul, som ligger over for Brøndby

Rådhus, siger Lisbeth Hollensen. - Hjulene siger ikke noget i sig selv. Men man bliver nysgerrig efter at vide, hvorfor de ligger der, altså hvad historien bag dem er. Et andet eksempel er det fly, som hænger i luften ved de gamle hangarer på Gl. Køge Landevej.

I Hvidovre har man et sted lagt en speciel flise ned i fortovet for at markere en gammel henrettelse. Og i Brøndby Strand har vi i øvrigt allerede en mindestående ved Strandens Forsamlingshus som et nysgerrighedspunkt. Og dem skal vi have flere af.

Find folderne i Brønden

Man kan også dyrke Historien i Gaden via de digitale medier som for eksempel hjemmesider. Så kan man sidde derhjemme og gå på museum. Prøv med for eksempel med www.forstadsmuseum.dk, hvor du finder hele lokalområdet i Brøndby.

Man kan finde Historien i Gaden på gå- og cykelture, og i Hvidovre har der været en historisk bustur. Planen er at udarbejde et sæt foldere over historier i gaden, så man kan opsøge dem i stedet for at falde over dem tilfældigt. Forstads- museet har allerede produceret ni foldere, hvoraf de to som nævnt er om Brøndby. Og ifølge Lisbeth Hollensen regner man med yderligere en lille håndfuld inden sommerferien. I Brøndby Strand kan man få folderne i Brønden.



Brøndby Strandhotel 1913 set fra sydøst
Gæsterne nyder det gode vejr

Landsdækkende turnering i Brøndby Karate Klub

Af: Bjarne Ibsen, formand i Brøndby Karate Klub
Foto: Bjarne Ibsen

Turnering med vokseværk

Brøndby Karate Klub afholdt den 9. april en landsdækkende karateturnering på Langbjergskolen. Deltagerne var danske karateklubber organiseret i det verdensomspændende forbund The World Shotokan Karate-Do Federation også kaldet W.S.K.F. Der var næsten tale om en international turnering, idet der var deltagere fra mere end 25 lande over hele verden. Det er selvfølgelig humoristisk ment, men det giver et ganske godt billede af, hvor effektiv karaten er til at samle mennesker fra vidt forskellige kulturer og af vidt forskellig geografisk oprindelse i et positivt fællesskab. Samtidig er den japanske kampsport meget disciplinært opbygget. Dette er meget fremmedartet og krævende for langt de fleste unge i nutidens Danmark.

Med 68 deltagere fra hele landet og et talstærkt publikum er W.S.K.F. Cup efterhånden ved at være blandt de større karateturneringer i landet. Arrangementet er årligt tilbagevendende og har siden opstarten for fire år siden udviklet sig så meget, at man næste år nok må anvende to kamparealer for at have plads til de mange deltagere.

Dramatiske kampe

Turneringen havde størst vægt på de yngste kampklasser, som går lige fra 5 år til 17 år, men det gjorde det absolut ikke



KATA figurøvelser

mindre spændende. De mange børn kæmpede med et gåpåmod og en frygtløshed, som man må beundre. Alle deltagere var meget opsatte på at gøre deres bedste for at vinde, og det skabte en lang række af dramatiske kampe. Den yngste deltager i kamp var Munib Alhagag, der med sine 5 år ikke syner af meget. Men man kunne tydeligt se karatens virkning på den lille størrelse, når han iklædt tandbeskytter og kamphandsker sprang frygtløst frem mod sin modstander med et øredøvende kampråb. Det lykkedes hans modstander at undvige de første par gange, men efter et par forsøg kunne Munib score et point for et kraftfuldt stød ind under modstanderens parade. Samlet set måtte den lille og modige Munib dog se

sig besejret af sin modstander, der var mere end et hoved højere.

Dygtigt dommerpanel

Kampene blev styret med hård hånd af et dygtigt dommerteam samlet fra hele landet og under ledelse af Hakim Amer, der er tidligere dommer i Dansk Karate Forbund. Der er fire hjørnedommere og en hoveddommer i karate, så systemet er opbygget på en måde, så kampene altid foregår under stor kontrol og kan stoppes med en brøkdel af et sekunds varsel. Men man skal ikke tage fejl, karate er en uhyre effektiv selvforsvarssport, og kampene kan være meget dramatiske og voldsomme, selvom man kun må markere sine slag og spark på modstanderen.

Startopstilling



Brøndby Karate Klub startede op i 1983, og har i dag mere end 150 medlemmer i alle aldre. Du kan møde Brøndby Karate Klub på årets Kultur-Weekend, hvor de vil lave opvisning lørdag den 11. juni. Læs mere om klubben og se resultaterne af turneringen på www.123hjemmeside.dk/brondbykarate.

Projekt SUND START i T 13



Lille pige



Børn og forældre spiser sund mad



Børn og forældre motionerer

Kontrol



af Esther Genker

fotos: Sund Start

I begyndelsen af 2009 henvendte repræsentanter fra Institut for Sygdomsforebyggelse under Københavns Universitet sig til Brøndby Kommune med tilbud om sundhedsprojektet Sund Start. Projektet er henvendt til borgere med små børn, som statistisk er i fare for at blive overvægtige. Brøndby Kommune skulle stille lokaler til rådighed men kunne ikke finde egnede lokaler. Via NetværksKontoret blev der fundet egnede beboerlokaler i boligafdeling T 13, hvor projektet har til huse de næste to og et halvt år.

Da repræsentanterne for projektet så den lyse og venlige lejlighed med køkken og badeværelse samt en lille have, spurgte de, om de også måtte bruge faciliteterne til familier i Brøndbyøster og Brøndbyvester, da Kommunen endnu ikke havde fundet egnede lokaler dér. Hertil sagde afdelingsbestyrelsen også ja.

Kost- og motionsvejledninger

Tilbuddet om at deltage i Projekt Sund Start er givet til udvalgte familier i ni kommuner i hovedstadsområdet: Gentofte, Albertslund, Glostrup, Brøndby, Dragør, Hvidovre, Tårnby, Frederiksberg og Høje Taastrup.

I Brøndby startede projektet omkring 1. juni 2009. Familierne bliver udvalgt på baggrund af at deres små børn statistisk set har forhøjet risiko for at udvikle overvægt. Familierne bliver blandt andet tilbudt individuelle kost- og motionsvejledninger af forebyggelseskonsulenter. De bliver undervist i at lave vel-smagende og sund mad på en ufanatisk måde, og der bliver mulighed for samtaler om og vejledning i gode sovevaner og i, hvordan man undgår stress.

Efterfølgende sammenlignes data om blandt andet vægt og højde fra de udvalgte børn med data fra jævnaldrende børn, der ikke har deltaget i projektet. På den måde kan man se resultaterne af en deltagelse i projektet Sund Start.

Forebyggelse er at ændre vaner

Det specielle ved projekt Sund Start er, at man tager udgangspunkt i de børn, som man ved har særlig høj risiko for at blive overvægtige. Meget tyder på, at for at forebygge udviklingen af overvægt må man gribe ind og ændre vanerne i en ganske tidlig alder. Det er altså ikke en bred kampagne, der skal hjælpe hele Danmarks befolkning men i stedet fokuserer på nogle få udvalgte børn.

Projektet slutter ved udgangen af maj måned i år. Esplanaden vil følge op på projektet i efteråret med et interview med forebyggelseskonsulenten i Brøndby og med en af de deltagende familier.

Lev bedre med type 2 diabetes

Af Laura E. Wogensen

Har du selv fået konstateret type 2 diabetes, eller kender du nogen, der har? Herfra og Videre og Café 13 sætter i samarbejde med Vestegnsprojektet fokus på type 2 diabetes gennem fire arrangementer i maj måned på fire forskellige sprog.

Diabetes er en sygdom i vækst. I dag har ca. 220.000 personer i Danmark fået stillet diagnosen type 2 diabetes, mens man ifølge Diabetesforeningen regner med at lige så mange går rundt med uopdaget diabetes 2. Det er derfor en sygdom, det er væsentligt at fokusere på: Hvordan får du et godt liv med type 2 diabetes, og hvad kan du selv gøre for at forebygge sygdommen?

Få afmystificeret dine fordomme

Der eksisterer mange fordomme om, hvad man må og ikke må, når man har diabetes, men i virkeligheden må man det meste, bare man gør det med omtanke. Vestegnsprojektet har løbende arrangeret en række sundhedsfaglige aktiviteter for borgere og patienter med type 2 diabetes tæt inde på livet. De har blandt andet startet diabetesskoler i vestegnskommunerne, hvor der undervises i medicinbehandling, egenomsorg, motion og kost. Vestegnsprojektet vil gerne have flere til at komme på disse skoler, og derfor ønsker de



nu at forsøge sig med diabetesoplysning, der hvor folk bor og kommer i forvejen.

Det har nu ført til, at Vestegnsprojektet i samarbejde med NetværksKontoret og Café 13 afholder fire arrangementer om type 2 diabetes i Café 13 på henholdsvis tyrkisk, urdu, arabisk og dansk.

Arrangementerne fordeler sig på følgende dage:

Tyrkisk: Torsdag den 12. maj kl. 10-12 i Café 13

Urdu: Torsdag den 19. maj kl. 10-12 i Café 13

Dansk: Onsdag den 25. maj kl. 16.30-18.30 i Café 13

Arabisk: Torsdag den 26. maj kl. 10-12 i Café 13

Der vil til alle arrangementer være diabetessygeplejersker til stede, som kan fortælle om sygdommen, vejlede i kost samt måle blodsukker og blodtryk. Derudover vil der være en fysioterapeut, som kan give gode råd til et aktivt liv med sukkersyge. Café 13 vil på de udvalgte dage sørge for diabetesvenlig mad på frokostbuffeten.

Fakta om type 2 diabetes

Diabetes kaldes i daglig tale sukkersyge. Type 2 diabetes rammer primært voksne. Sygdommen er arvelig, men den udspringer i mange tilfælde af usund livsstil og kan derfor til en vis grad forebygges. Type 2 diabetikerne udgør ca. 80 procent af den samlede gruppe af diabetikere.

Kilde: Diabetesforeningen





Brøndby Strand i Parsifals Tegn

Foto: Serkan Korkmaz

Af Bitten Drews

Foto Ditte Valente og Serkan Korkmaz

I de første to uger af april mødte du måske et mærkeligt syn i Esplanadeparken. En lille mand med iltet strittende bakkenbarter ledte hver aften flokke af festklædte mennesker hen over plænen, mens han råbte: "Så er vi kommet til Brøndby Strand mine damer og herrer. Her er farligt! Hold jer samlet!" Måske bemærkede du også de smukke toner af korsang fra Klitrosen eller undrede dig over, at din parkeringskælder var befolket af brynjeklædte riddere og andre mærkelige væsner. De pudsige oplevelser skyldes, at Brøndby Strand har været kulisse for en højest humoristisk og anderledes opsætning af Richard Wagners opera Parsifal.

"Det var stort, det var flot, det var fantasifuldt, og det var uendelig kærligt! Dér fik Wagner lige, hvad han havde fortjent i sin egen selvgode verden!" Det var ordene fra en af de absolut operaelskende publikummer efter forestillingen, og fra min plads som statist hørte jeg meget begejstrede bedømmelser hver eneste aften.

Snurrige hjerner og lokale frivillige

Teatergruppen Fix og Foxy skabte denne specielle opsætning,

Vil du være med til at starte et kor i Brøndby Strand?

Et kor af lokale beboere skabte stemning ved opførelsen af Brøndby Strands version af operaen Parsifal. Vi, der medvirkede, var meget begejstrede for oplevelsen. Det har inspireret os til at starte et kor i Brøndby Strand i genren rytmisk musik og eventuelt anden dansk kormusik. Vi kan bruge flere medlemmer. Er du interesseret, så skriv til broendens.kor@live.dk. Husk kontaktoplysninger, så vi kan vende tilbage til dig.

og mere snurrige hjerner skal man lede længe efter. Bag Fix og Foxy var der et dejligt team af lys-, lyd- og effektfolk og ikke mindst en del lokale beboere, der var statistere, korsangere og på anden måde hjalp til. Rose, en knald dygtig korleder, fik det absolut bedste frem i vores lokale sangere, der deltog i operakoret. Personligt mødte jeg gerne 20 minutter før bare for at høre dem synge fra altanerne. Så var der kostumier, scenograf og forestillingsleder Anita, der ledte det hele med hård hånd og et sødt smil. Der var instruktørassistent Ane, som udover at holde styr på statisterne aldrig nåede at se en forestilling, da hun havde et virvar af andre jobs.

Foto: Serkan Korkmaz



Foto: Serkan Korkmaz



Foto: Serkan Korkmaz



Foto: Serkan Korkmaz

Toppen af kransekagen

Og så var der naturligvis toppen af kransekagen, nemlig sangere og skuespillere. Daniel Norback fra Gotland var den gennemgående figur. Han har boet i Danmark i omkring 10 år og på sit charmerende danske med svensk accent, bød han publikum velkommen på Hovedbanegården med champagne, gennemgik Parsifals historie i S-toget til tonerne af en ouverture, ledte dem til Den Hellige Skov og videre ind i Parsifals verden. Skuespiller Joakim Knop var en rigtig "djævelens yngel". I rollen som Klingsor forsøgte han at forføre alt og alle, og hans vidunderlige stemme hørtes jævnlige. Dog allermest i tredje akt, hvor han forklædt som due, der symboliserede Helligånden, sang slutningen fra Tryllefløjten.

Carl Christian Rasmussen, der spillede Kong Amfortas var også en stor oplevelse. Han startede som gammel, døende konge, men fra det øjeblik han begyndte at synge, var der intet hverken gammelt eller døende over hans stemme. Den er pragtfuld. Laila Rong Hanna spillede henholdsvis Kundry og Chewbacca i stykket med et helt fortryllende kropssprog. Stakkels Laila. Hun gik så gruelig meget igennem, og da hun

Foto: Ditte Valente



endelig skulle forføre den smukke Parsifal – så ville han ikke! Per Jellum, der havde hovedrollen som Parasifal, er et kapitel for sig. Han er en flot mand, 2,08 m høj, cirka en meter over skuldrene og med en stemme, der er en kongelig operasanger værdig. Han starter med at blive fundet i skoven som naturens barn, der skyder en svane, fordi han ikke ved, at det er forbudt. Det er det uskyldige barns første møde med den såkaldte civilisation. Parsifal havde et hudfarvet kostume på med bølgekranse om hovedet og de ædlere dele. En blandt publikum spurgte sin sidemand: "Tror du, det er ham, der kan skaffe os bøgeskovene tilbage?" Sidemanden svarede: "Det kan godt være. Han har i hvert fald noget af dem på."

En stor oplevelse

Fix og Foxy har givet Brøndby Strand en oplevelse for livet og med bragende succes. Alle vi, der fik lov at være med, skylder dem en kæmpe stor tak. Jeg selv vil altid være dem dybt taknemmelig for, at jeg fik lov at være en lille del af det. De, der ikke meldte sig til at deltage aner ikke, hvad de gik glip af.

Foto: Ditte Valente



NYT FRA AKTIVITETSHUSENE

Café 13 i maj

CAFÉ 13



Temaaften - Tryghed i Brøndby Strand

Torsdag den 12. maj kl. 19-21 i Café 13

Med tryghed som overskrift har der allerede været afholdt to temaaftener i Café 13. Næste temaaften bliver den 12. maj kl. 19-21, hvor en tidligere indsat, Gerd, vil starte aftenen med at fortælle om livet indenfor murene, og hvordan det er at få en hverdag til at fungere, når man kommer ud igen. Herefter vil en gruppe unge fortælle om deres oplevelser omkring tryghed efterfulgt af en række udsagn fra ældre medborgere. Afslutningsvis vil der blive lagt op til debat mellem de unge og ældre for på den måde at skabe dialog på tværs og øge forståelsen mellem generationer.



Dette maleri af Kirsten Lund fik 2. pladsen i en plakatkonkurrence.



Blues Lounge i Café 13

Torsdag den 19. maj kl. 19-21

Gratis entre

Hvad laver du aftenen før Store Bededag? Café 13 inviterer dig til en aften med dejlig musik og varme hveder og kaffe. Tag dit gode humør med og nyd aftenen sammen med os.

Blues Lounge spiller dansevenlig musik med kærlighed og troskab over for den oprindelige nerve i bluesmusikken. Musikken har også et pift af soul, funk og rock. De, der tror, at blues kun er musik for ældre og stillesiddende typer, vil ændre opfattelse ved at se og høre Blues Lounge.

Foto: Blues Lounge



En Brøndbyfamilie under besættelsen

Foredrag torsdag den 5. maj kl. 19

En mørk februar nat i 1945 buldrede det hårdt på familien Sørensens dør i Vesterled i Brøndby. Bevæbnede tyskere og HIPO'ere havde omringet ægteparrets hus. De havde fået et tip om, at faderen i familien, Gunnar Sørensen, gemte ulovligheder. Du kan høre resten af historien om familien Sørensens skæbne under 2. verdenskrig, når Gunnar Sørensens svigerdatter Nina Sørensen holder foredrag og desuden se udstillingen En Brøndby-Familie under Besættelsen, som er lavet i samarbejde med ForstadsMuseet.

Udstilling i Café 13's åbningstid den 3. - 31. maj. Fri entré.

Kom til ny udstilling og fernisering i Café 13

Søndag den 8. maj kl. 11

Café 13 har udstillet Margot Senderovitz og Lise Højstrups malerier i marts og april. Kunstværkerne har skabt en fantastisk stemning i Caféen. Mange gæster har kommenteret dem.

To nye kunstnere, Kirsten Lund og Gunvor Rasmussen, fra Brøndby Kunstforening udstiller nu deres værker i Café 13 i maj og juni. Kom til fernisering søndag den 8. maj kl. 11, hvor du kan møde begge kunstnere og snakke om malerierne.

NYT FRA AKTIVITETSHUSENE

Perlen i maj



Nyheder fra aktivitetshuset Perlen/Paraplyen

- Strikkeklub mandag fra kl. 13-16
- Skakklub mandag fra kl. 18-23.30
- Fotoklubben tirsdag fra kl. 18-23
- Blomsterbinding onsdag fra kl. 18-23
- Spilleaften/fodbold onsdag fra kl. 18-23.30
- Hygge-dart torsdag fra kl. 18-23.30
- Mødrene fredag fra kl. 18-24
- Lørdagsaftenhygge fra kl. 16-24
- Fodbold søndag fra kl. 12-24

Alle disse klubber holder til i Paraplyen.

Humørfyldt aften med Guitarkaj og Mickey Pless

Onsdag den 4. maj kl. 18

Mickey Pless og Guitarkaj (kendt fra 5 gange Kaj) underholder i Café Perlen med sang, musik, gags og humor i top-klasse. Mickey Pless spiller fra kl. 18. Guitarkaj underholder fra kl. 20.

Menu: Roastbeef med kold kartoffelsalat fra kl. 18. Herefter kaffe og kage.

Pris for hele arrangementet: 135 kr. Billetter købes i Café Perlen, Hallingparken 5, tlf: 43734220.

Sidste tilmeldingsfrist: 27. april.

Rheumhus i maj



Lørdagscafe og loppemarked i Rheumhus

Lørdag den 7. maj

Kom og besøg Caféen lørdag den 7. maj og tag gerne naboen og/eller familien med til lidt hygge. Vi serverer smørrebrød og en lun ret, samt kage og kaffe m.m.

Kom også forbi hvis du har lyst til at besøge loppemarkedet. Lørdag den 7. maj er sidste chance inden sommerferien for at gøre et godt kup hos de glade lopper. Vi åbner klokken 10.00 og lukker klokken 14.00.



Brunch i Rheumhus

Lørdag den 28. maj klokken 10.00

Rheumhus byder velkommen til vore mange gæster lørdag den 28. maj til vor brunch, der denne gang bærer smag og duft af sommer og sol. Normalt kommer der altid nye beboere til, når vi holder brunch. Det håber vi også bliver tilfældet denne gang. Derfor - kom blot, her er både rart og hyggeligt! Tilmelding, tlf. 43541138. Pris: 69,00 kr.



Af Nete Eriksen

Illustration: Grethe Folman

Bjerrelund 12

Under min fars arbejdsværelse lå der en port. Bagved lå en å, hvor vi gyngede over. De røde rækkehuse haver voksede stille frem. Vi spillede rundbold til langt ud på aften. Naboen hed Kirkegård, min storebror gik i klasse med datteren. S-toget kom til Brøndby Strand og vi børn vinkede pænt til Dronningen, da hun kørte forbi.

Bag Bjerrelund var der en lille mark og en plantage samt et gammelt træhus, hvor der boede en gammel mand, vi var lidt bange for. Om vinteren var der huller i jorden, der kørte vi på skøjter. Plantagens æbler var sjældent gode. Når vi skulle i skole gik vi under S-togstunellen, og på den anden side lå parcelhusene. Her flyttede mine to fætre på min mors side ned fra Gurrelund. Vejen til skole var ikke lang, men den kunne føles lang, hvis man blev drillet. På vej til skole boede også mine to fætre på min fars side. I den familie gik det vist lidt op og ned, men de havde et æble- og et blommetræ. Jeg elskede deres blomster.

Skolen var i røde mursten, og der var en skolegård for de store og en for de små. I den regerede overlærer Jensen. Han holdt øje med, om vi gik op af trappen i den rigtige side. Bagved lå boldbanerne, og klokken kunne høres langt væk. Skolen lå ud til Gl. Køgelandevej. På den anden side lå stranden. Der var sten langt ud og lange badebroer. Der lå et lille ishus, det ligger der endnu. Der købte vi is. Længere nede af Gl. Køgelandevej lå en bager, købmand og boghandel. Her soldede vi.

Der boede også en mærkelig mand, der hed Hubert. Han skrev underfundige ting på et skilt uden for sit køkkenvindue. Da de byggede højhusene, legede min storebror i byggerodet. Han var 8 år ældre, og da han gik i de store klasser, hejsede han en piges træsko op i flagstangen. Jeg havde en matematiklærer, der hed Illum og var streng, så man altid lavede lektier til hans timer. Han tog os engang ind i det indre København, og viste os hvordan folk boede i små uhumske baggårde i gamle dage.

Min far læste til lærer, men blev efterfølgende syg og en dag holdt der en ambulance uden for nummer 12, da jeg kom fra skole. Det gik rigtigt op for mig, at han var død, da Illum sagde, at det ikke gjorde noget, at jeg ikke havde lavet lektier. Naboens datter hed Anna, og vi var jævnaldrende, så vi legede sammen. Hendes storesøster hed Kira og legede med min søster. De var kommunister, men hos os var vi socialdemokrater. Min mor sad i forældrebestyrelsen, beboerforeningen og var kasserer for menighedsrådet. Engang måtte vi ikke få Coca-Cola og Seven Up, da de behandlede arbejderne dårlig i blandt andet Sydamerika. I første klasse flyttede Katja ind ved siden af. Vi var gode veninder og hørte dansktoppen i radioen. Senere flyttede en anden familie ind. De var også kommunister. Min klasselærer hed Vibeke og var meget social. Hendes mand havde vi i sang, og han gik i hippietøj og havde mørkt skæg. I klassen var der nogen, der fik karakter penge. Sådan noget brugte vi ikke i min familie.

Et både godt og skidt år for den almene sektor



Af: Allan Nielsen – formand for Boligselskabernes Landsforening Kreds 9

Foto: BO-VEST

Perioden 2010 – 2011 har givet blandede oplevelser for beboerne i Danmarks almene boliger, der er organiseret i Boligselskabernes Landsforening (BL). Positivt er det frem for alt, at vi nu i højere grad kan få lov til at benytte flere penge fra Landsbyggefonden til renoveringer og fortsat boligsocial indsats. At et flertal i Folketinget er gået med hertil, skal vi imidlertid ikke falde på halen over. Pengene er, som det er de fleste bekendt, nogle vi selv har været tvunget til at indbetale til Landsbyggefonden. Men der er nu åbnet op for, at vi over nogle år kan få taget hul på at modernisere ca. 8.000 af de gamle boliger, der stod på "venteliste".

Flere udsatte familier

Til gengæld har vi fra nytår fået pålagt moms på vores administration. Det svarer til, at hver familie i Brøndby Strand har fået en ekstra lejestigning på godt 640 kr. om året, som vi ikke får noget som helst ud af. Det letter jo

ikke ligefrem på betrængte familiers økonomi. Det dokumenteres også af, at antallet af familier, der sættes på gaden, er steget voldsomt de senere år – fra 1832 familier i år 2002 til hele 4382 i år 2010. Det er ikke en udvikling, der kun rammer "de andre". Min egen afdeling Gurrelund-Bjerrelund, som er den mindste i bydelen med kun 160 boliger, har i året, der er gået, oplevet to udsættelser. Det groveste ved boligaftalen er, at vi i fællesskab stadig skal være med til at betale 25 % af statens bidrag til almenbygget byggeri af eksempelvis ældreboliger, der er en klar statsopgave. Lidt forenklet sagt skal vi "fattigrøve" i Brøndby Strand fortsat være med til at finansiere ældreboliger til velhaverne i Nordsjælland.

Udsat boligområde eller ghetto

Ghettobegrebet har været diskuteret meget i forbindelse med lanceringen af regeringens såkaldte ghettoplan. Begrebet har givet de almene boliger

Selv om Gurrelund-Bjerrelund er den almene afdeling i strandområdet, der er mindst og har den laveste leje pr. kvm., har afdelingen på et år oplevet to udsættelser.

megen omtale i medierne men har også været kilde til bekymring for vores omdømme. Vi ser hellere, at man taler om "udsatte boligområder". Ghettoer er områder, som en statsmagt benytter til at isolere bestemte grupper af mennesker af etniske og religiøse årsager. De findes ikke i Danmark. Men visse områder har en overvægt af familier, der er ramt af fattigdom, arbejdsløshed og sygdom, eller en kombination heraf. Derfor er det en sejr, at den nye boligaftale gør det muligt, at vi nu løbende kan sende ansøgninger til boligsociale projekter. Dermed kan vi bedre organisere og planlægge den boligsociale indsats. I Brøndby Strand gøres der en storstilet indsats gennem De 9 boligafdelingers samarbejde om projektet "Herfra og videre". Samlet set er situationen alligevel lidt positiv, fordi det ser ud til, at der atter kommer gang i det almene boligbyggeri. Der er i perioden givet tilsagn til godt 16.000 boliger. Det største antal i 30 år.



NYT FRA BRØNDEN



Oplev stort amatørsymfoni- orkester live i Brøndens Multisal

Søndag den 5. juni kl. 19.30.

Amatørsymfonikerne har sammensat et flot program, som er det samme de optræder med i Tivolis koncertsal dagen efter. Amatørsymfonikerne blev grundlagt i 1954 som et kammerorkester, men er i dag et fuldt besat symfoniorkester med 60-70 musikere. Repertoiret er bredt og spænder fra det wienerklassiske til ny musik. Hovedvægten er lagt på værker for stor besætning, f.eks. romantiske værker og Carl Nielsens symfonier, men orkestret har også samarbejdet med kor om opførelser af betydelige korværker, bl.a. Haydns Skabelsen, Mozarts Requiem, Gades Elverskud og Verdis Requiem.

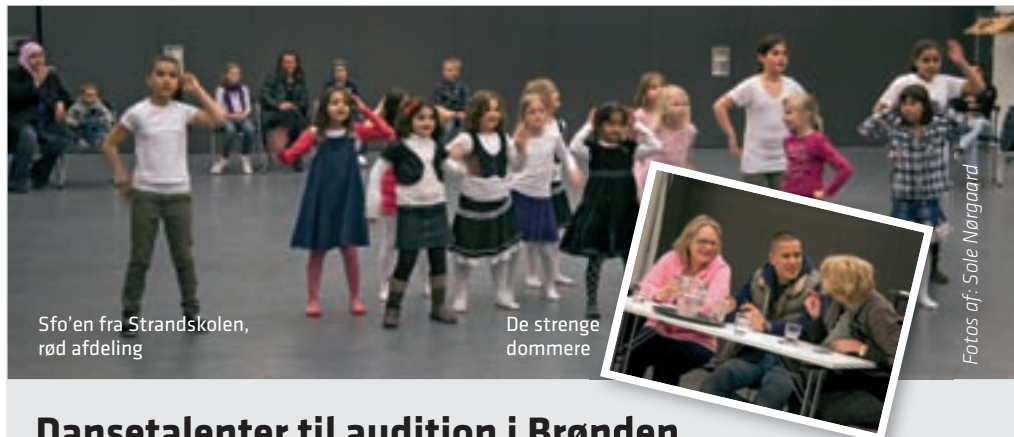
Billetter: fås til 70 kr. på www.brondbybilletten.dk, i Brønden (i bibliotekets åbningstid), i Kilden og på bibliotekerne.

Arrangør: Kulturudvalget i Brøndby.

Sted: Brønden, Brøndby Strand Centrum 60.

PROGRAM:

Sibelius: Andante festivo
Mozart: Sinfonia concertante for violin, bratsch og orkester, K 364
Tjaikovski: Symfoni nr. 5, e-mol
Solister/Soloists: Frederik Øland, violin og Asbjørn Nørgaard, bratsch
Dirigent/Conductor: Ole-Henrik Dahl



Sfo'en fra Strandskolen, rød afdeling

De strenge dommere

Fotos af: Sole Nørgaard

Dansetalenter til audition i Brønden

I starten af april måned afholdt Brønden audition til det store Dansetalentshow på Dansens Dage den 30. april. Brønden summede af liv, og der var dansetrin for enhver smag. SFO'erne i Brøndby Strand havde kridtet danseskoene: SFO'en fra Strandskolen kom med hele 14 dansere, og fra SFO'en Strandkanten kom 4 yndige dansepiger, som helt selv havde lavet koreografien. Der kom også et par enkelte solodansere, og Bassmas piger rokkede til Amalies rytmer.

Strandstuen i maj



Computertirsdage

Hver tirsdag er der gang i Strandstuens computerværksted fra kl. 10. En af Strandstuens medarbejdere vil indtil sommerferien (slut juni) undervise begyndere og let øvede i grundlæggende computerfærdigheder. Der undervises blandt andet i at bruge internettet, at oprette og bruge en e-mail og at bruge skriveprogrammet Word Office. Tilmelding sker på Strandstuens kontor efter "først til mølle" princippet. Undervisningen fortsætter i efteråret, men ny tilmelding kræves. (henv. til Jakob)

Mad og motion

Mandag er nu dagen, hvor du kan komme og spise en let og sund frokostret i Strandstuen til 25 kr.

Maden serveres kl. 11:30. Du kan blive i Strandstuen og fortsætte med gymnastik kl. 12:30.

Bagefter drikker vi kaffe og spiser kage (10 kr.)

Dortes sko

Fredag den 6 maj kl. 11 kommer Dorte forbi med sin smarte og behagelige skokollektion til herrer og damer samt andre lædervarer som tasker og punge. Her er markedsstemning, så man kan bare snuse rundt, men der er også mulighed for at få god personlig betjening og gøre en god handel.

Motionspladsen - sjovt, sundt og sejt!

Motionspladsen, som ligger nede på Esplanaden lige ved siden af kulturhuset Brønden, er klar til sommersæsonen - alle redskaber er i tip top stand. Pladsen byder på mange spændende muligheder for motion, stræk, styrke og balanceøvelser. Det er sjovt, sundt og sejt. Den 18 maj kl. 14:30 vil der være en særlig introduktion til pladsens redskaber for kommunens SFO'er samt en pigegruppe fra Brønden. Alle er velkomne til at kigge forbi og få inspiration.

KULTURWEEKEND 2011



Fodbold, trylleri og rockmusik

- det er blot nogle af de ting, du kan opleve på KulturWeekend 2011.

Af: Laura E. Wagersen

NNu er der kun lidt over en måned til KulturWeekend. Og hvis ikke du allerede har gjort det, så sæt et kæmpe kryds i kalenderen den 10.-12. juni. Du kan bestille en loppébod eller melde dig som frivillig ved at henvende dig på NetværksKontoret, Kisumparken 2, tlf. 43 54 22 75. På Facebook kan du tilmelde dig begivenheden: 'KulturWeekend 2011 i Brøndby Strand', hvor programmet løbende vil blive opdateret.

Fodbold for børn og voksne

Der bliver fuld knald på fodbolden til årets KulturWeekend. BSI, Tranens Dreng og den opsøgende medarbejder i Herfra og Videre er gået sammen om at arrangere fodbold lørdag og søndag for både børn, unge og voksne. Der holdes ungdomsturnering om lørdagen, som i år inddeles i aldersgrupperne 10-12 år, 13-15 år og 16-17 år. I den yngste aldersgruppe

kan der også stille pigehold op. Tilmelding sker på dagen. Som noget nyt spilles der om søndagen 7-mands turnering på græs for alle over 18 år. For at deltage i denne skal du tilmelde dit hold til Zahid Mansoor: zma@bo-vest.dk, tlf. 23 71 94 37 eller Henrik Pedersen: pedersen.henrik@gmail.com.

Afdelingernes fest

Lørdag er der lagt op til en underholdende og stemningsfyldt aften, når der afholdes Afdelingernes Fest i Store telt. Der bliver serveret en lækker grillbuffet, og Mr. Mox åbner med et show fuld af tryll, spas, forudsigelser og mystiske illusioner – en magisk oplevelse for alle aldre. Årets Brøndby Strand Borger og fodboldturneringens vindere kåres, og så kan du glæde dig til at scenen indtages af det populære orkester Kim Larsen Jam. Med Peter Philipsen i spidsen leverer de soundtracket fra vores barndom,

ungdom og voksenliv med masser af energi, højt humør og autenticitet. Det skal nok sætte fut i dansegulvet. Billetter kan købes allerede nu på NetværksKontoret, Kisumparken 2, tlf. 43 54 22 75. Det koster 100 kr. for voksne og 50 kr. for børn.

Lokale aktører

Brøndby Karateklub står for opvisning på Åben Scene lørdag og Svanholm Cricket Club vil være til stede om søndagen, hvor du vil have mulighed for at prøve kræfter med at spille cricket. Strandkanten SFO deltager med et stort skakspil og ansigtsmaling for børn og barnlige sjæle, og biblioteket glæder også de mindste med en teaterforestilling om Pjerrot. Om søndagen bliver der spillet masser af fed søndagsrock i Store Telt, hvor også lokale bands vil optræde. På pladsen vil der som altid være et mylder af loppéboder, madboder og meget andet sjov.

KLUMME

At Ældes Med Ynde Eller Ej

af Bitten Drews

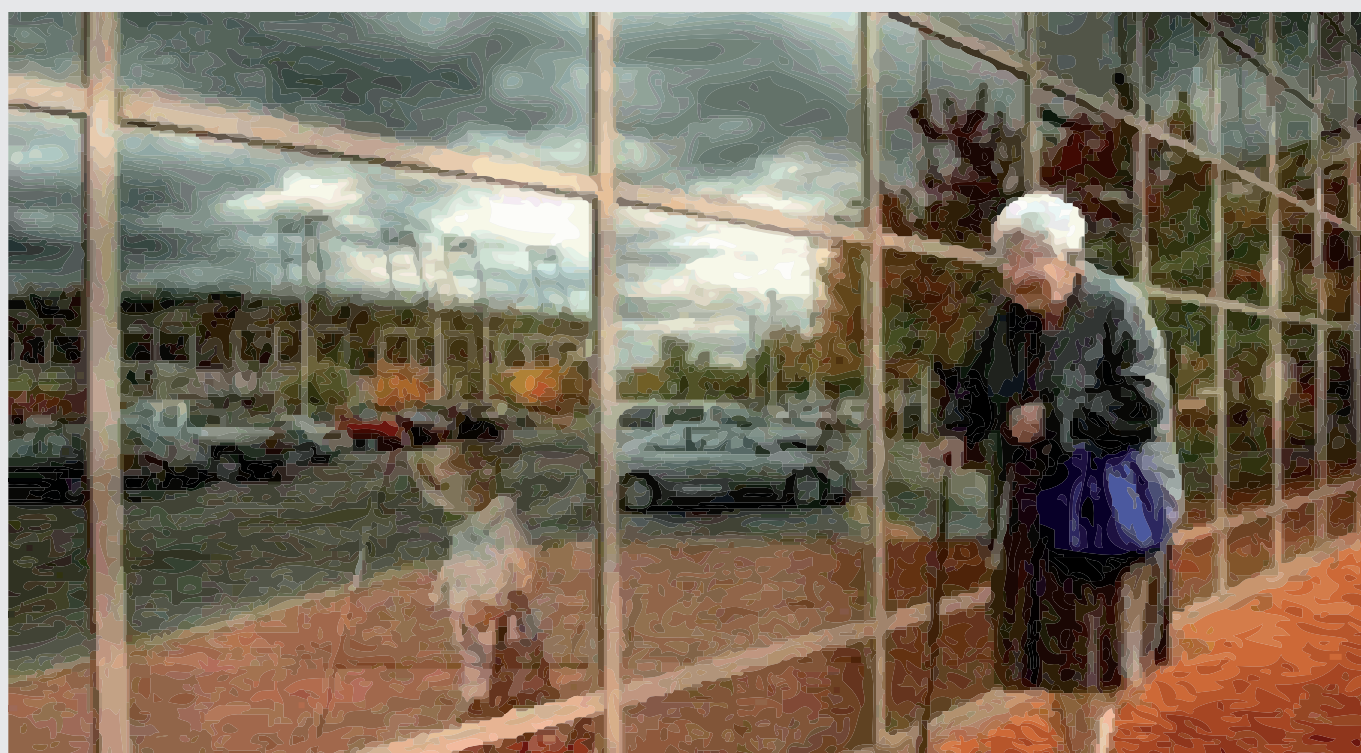
For ca. 20 minutter siden var jeg ung, i hvert fald når jeg tænker tilbage. Men når jeg ser mig i spejlet, er jeg det ikke. Det værste er, at jeg stadig føler mig som en 17-årig indeni. Jeg betragter fortsat verden med store, undrende øjne. Ser alt, hører alt og fatter ikke en skid. Jeg forventede dengang, at hele livet ville forme sig harmonisk og sådan, at man, når man blev ældre, ville have en masse erfaringer, som man kunne sidde og øse af. Men sådan er det ikke. De unge mennesker vil absolut selv gøre deres egne dårlige erfaringer. Det vil sige, at så snart vi gamle har alle de erfaringer, vi skal bruge, så har vi ingen ting at bruge dem til. OK, så kaster vi os ud i noget andet!

Vi kan for eksempel finde nogle jævnaldrende at dele tiden med. Vi kan spille

kort! GO'-MORGEN DU! Man skal være fire for at spille whist, men den ene skal ha' skiftet sin hofte, den anden har lige fået skiftet sit knæ, og den tredje kan ikke få tænderne til at sidde fast, så den gik heller ikke. Desuden var vi to rygere og to ikkerygere. Det vil sige, at de to af os skulle stå udenfor hele aftenen, og så kan man ikke spille kort.

Det dér med at blive ældre, det er noget underligt noget. Det kommer snigende, uden at man er det mindste forberedt på det. Man sætter sig på hug eller går ned på knæ, som man så ofte har gjort, men pludselig kan man ikke komme op igen. Så sidder man dér, og har masser af tid til at fundere over tingene. Hvornår begyndte det egentlig, det der med at det knasede i nakken, når man drejede hovedet. Eller da man første gang måtte

gå op ad trappen ét trin af gangen, fordi det gjorde ondt i knæet. Når man kommer dertil, finder man ud af, at hukommelsen heller ikke er, hvad den burde være. Jeg kan præcis huske, hvordan jeg massakrerede et par bænkebidere som lille, fordi jeg troede, at de kunne lide at svømme under vandet, men hvad jeg fik at spise i går??? Det er straks noget helt andet. Så længe jeg ikke bliver fuldstændig rasende over det, er det sandsynligvis ikke demens, blot almindelig afmagt over, at hjernen ikke længere holder på alle informationerne, men sparker dem ud, som den ikke synes er vigtige. MEN – man skal være optimist alt dette til trods, ellers bliver man blot et surt gammelt løg. Så nu går jeg og venter på at blive høj og flot, for det må være fordi man vokser, at der bliver længere og længere ned til gulvet.



**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. 11.30-13.00.

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 9.30-12.00
Holdet er fyldt op. Du kan komme på
venteliste.
Henv.: Mona Poulsen - tlf. 41 46 46 16

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.: Gül Aydin 60 35 28 61

Fotoklubben

Hver onsdag kl 19.00-21.00
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 www.broendbynettet.dk/aktivitetshuse/Rheumhus

Mandag+Onsdag aften spisning

fra kl. 17.00 - 19.30.
Husk tilmelding dagen før på
tlf: 43 54 11 38

Søndags-banko

Første søndag/md. Dørene åbnes
kl. 12 og spil begynder kl. 13.

Mimrebanko

Anden onsdag i måneden.
Spillet starter kl. 12.30

F-A-K-S

Foreningen af Kroniske
Smertepatienter - Lokalfdelingen
i Rheumhus. Åbent hus hver tirsdag
fra kl. 10-14. Henv.: Birthe Omdahl,
tlf.: 396 5448, mobiltlf.: 27420573
mail: birtheomdahl@booh.com
eller www.faks.dk

Syng Sammen Aften

Sidste torsdag i måneden kl. 19.30-
21.30 i januar, februar og marts.

Loppemarked

Den første lørdag i måneden kl. 10-14.
Køb af studeplads i cafeen.

**OBS: Rheumhus har fremover igen
åbent hver fredag fra kl. 9.00 til kl.
13.00**

**Aktivitetshuset PERLEN**

Hallingparken 5,
2660 Brøndby Strand
Tlf.: 43 73 42 20
Email: cafeperven@yahoo.dk
Husbestyrer Thorsten

Caféen åben:

Mandag kl. 8 - 14.
Tirsdag kl. 8 - 14.
Onsdag kl. 8 - 19.
Torsdag kl. 8 - 14.
Fredag lukket.

Dagligt:

Kaffe/te/vand/ostemad/smørrebrød
og varm mad. Dagens suppe kr. 20.
Coffee to go og meget mere

Aften spisning

Onsdag varm mad fra kl. 17-19.
Bestilling senest dagen før kl. 14

Brøndby Selvhjælpsgruppe

Hver anden torsdag i lige uger
kl. 12.30-15.00.
Henv.: Jens Rathje tlf. 43 73 70 63

Sang- og stemmetræning

For sygdomsramte
Torsdag kl. 10-13.
Henv.: Jens Rathje, tlf. 43 73 70 63

Netcafé - gratis**Perlens Dreng**

Mandag og onsdag kl. 18-22

Halling Dreng

Tirsdag kl. 18-22

Udlejning af selskabslokaler

kontakt Café PERLEN
Telefon: 43 73 42 20
Henv.: i åbningstiden.

Paraplyen

Hallingparken 3,
Kontaktperson: Thorsten
Tlf.: 43 73 42 20
E-mail: cafeperven@yahoo.dk

Strikkeriet: Mandag kl. 13.30-16.00.

Kontaktperson: Lizzi Jeppesen
Tlf.: 25 33 80 68

Hyggeklub: Ons- og torsdag kl. 19-23.



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 ejendomskontor, i aktivitetshusene Café 13, Perlen og Rheumhus, og naturligvis på NetværksKontoret. Du kan også downloade den på www.broendbynettet.dk/NetværksKontoret.

KALENDER – maj 2011



En Brøndby-familie under besættelsen

Fra den 3. maj til 31. maj

Udstilling i samarbejde med Forstads-
mu-seet

Sted: Café 13

Brøndby Strand Kirkes Klokkespil har 25 års jubilæum

Onsdag den 4. maj kl. 19

Sted: Uden for Brøndby Strand Kirke

GuitarKaj underholder i Perlen

Onsdag den 4. maj kl. 18

Sted: Café Perlen

Diabetesdag på tyrkisk

Torsdag den 5. maj kl. 10-12

Sted: Café 13

Foredrag v/Nina Meta Sørensen

En Brøndby-familie under besættelsen

Torsdag den 5. maj kl. 19

Sted: Café 13

Dortes sko

Fredag den 6. maj kl. 11

Trænger du til nye sko?

Sted: Strandstuen

Lørdagscafé og loppemarked

Lørdag den 7. maj kl. 10-14

Sted: Rheumhus

Kunstfotoudstilling af Henning Friis

Lørdag den 7. maj til onsdag den 8. juni

Sted: Brønden, Brøndby Strand Centrum
60.

Forårskoncert med Sjællands Politiorkester

Onsdag den 11. maj kl. 19.30

Billetter: 60 kr. kan købes på
www.brondbybilletten.dk i Brønden, Kilden
og bibliotekerne.

Sted: Brønden, Brøndby Strand Centrum 60.

Morsdags Brunch

Søndag den 8. maj kl. 10-13

Voksne kr. 65 – børn kr. 35

Sted: Café 13

Konditoraften

Tirsdag den 10. maj kl. 19-21

Max. 30 personer

Sted: Café 13

Diabetesdag på pakistansk

Torsdag den 12. maj kl. 10-12

Sted: Café 13

Temaaften

Tryghed i Brøndby Strand

Torsdag den 12. maj kl. 19-21

En tidligere indsat fortæller om livet inden
for murene

Sted: Café 13

Familiebowling

Søndag den 15. maj kl. 11.30

Sted: Café 13

Banko

Tirsdag den 17. maj kl. 19

Sted: Café 13

Diabetesdag på arabisk

Torsdag den 19. maj kl. 10-12

Sted: Café 13

Blues Lounge

Torsdag den 19. maj kl. 19-21

Musik og varme hveder

Sted: Café 13

Koncert i Kirken

Kammermusik fra Barokken

Søndag den 22. maj kl. 19.30

Sted: Brøndby Strand Kirke

Diabetesdag på dansk

Onsdag den 25. maj kl. 16.30-18.30

Sted: Café 13

Tryghed i nærmiljøet

Onsdag den 25. maj kl. 17-18.30

Møde med henblik på at oprette
et Medborgertryghedsråd

Sted: Brønden

Brunch i Rheumhus

Lørdag den 28. maj kl. 10

Vær med til en hyggelig brunch
med smag af sol og sommer

Sted: Rheumhus

Spisning for enlige med børn

Tirsdag den 31. maj kl. 17-19.30

Sted: Café 13

Spilleaften for børn og voksne

Tirsdag den 31. maj kl. 17-20

Kortspil, brætspil, yatzy m.m.

Sted: Café 13

Strandstuens computerundervisning

For begyndere og let øvede

Hver tirsdag kl. 10 indtil slut juni

Sted: Strandstuen

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.broendbynett.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 juni: Send et tip
om tid, sted og arrangement senest 15. maj kl. 12.
ALLE ANDRE indlæg til Esplanaden har deadline den 8. maj. Bladet uddelles senest søndag den 29. maj.
Vi tager forbehold for fejl og mangler i kalenderen.
Esplanadens mailadresse er: esplanaden@brnet.dk