

VALLENSBÆK **NU**



NUMMER 1 / 27. - 28. JANUAR 2024 | VALLENSBAEK.DK



KONGEFEST

**Royale fans på
Højstruphøve
og Rønnebo**

Kig ind i det
nye år
side 3

Ny institution i
landsbystil
Side 7

Mindre CO₂
i 2024
Side 8-9, 12

Gode idéer til
vinterferien
Side 16-17

6

Flere får piller i pose og ruller



7

Vi bliver stadig flere i Vallensbæk

17.838

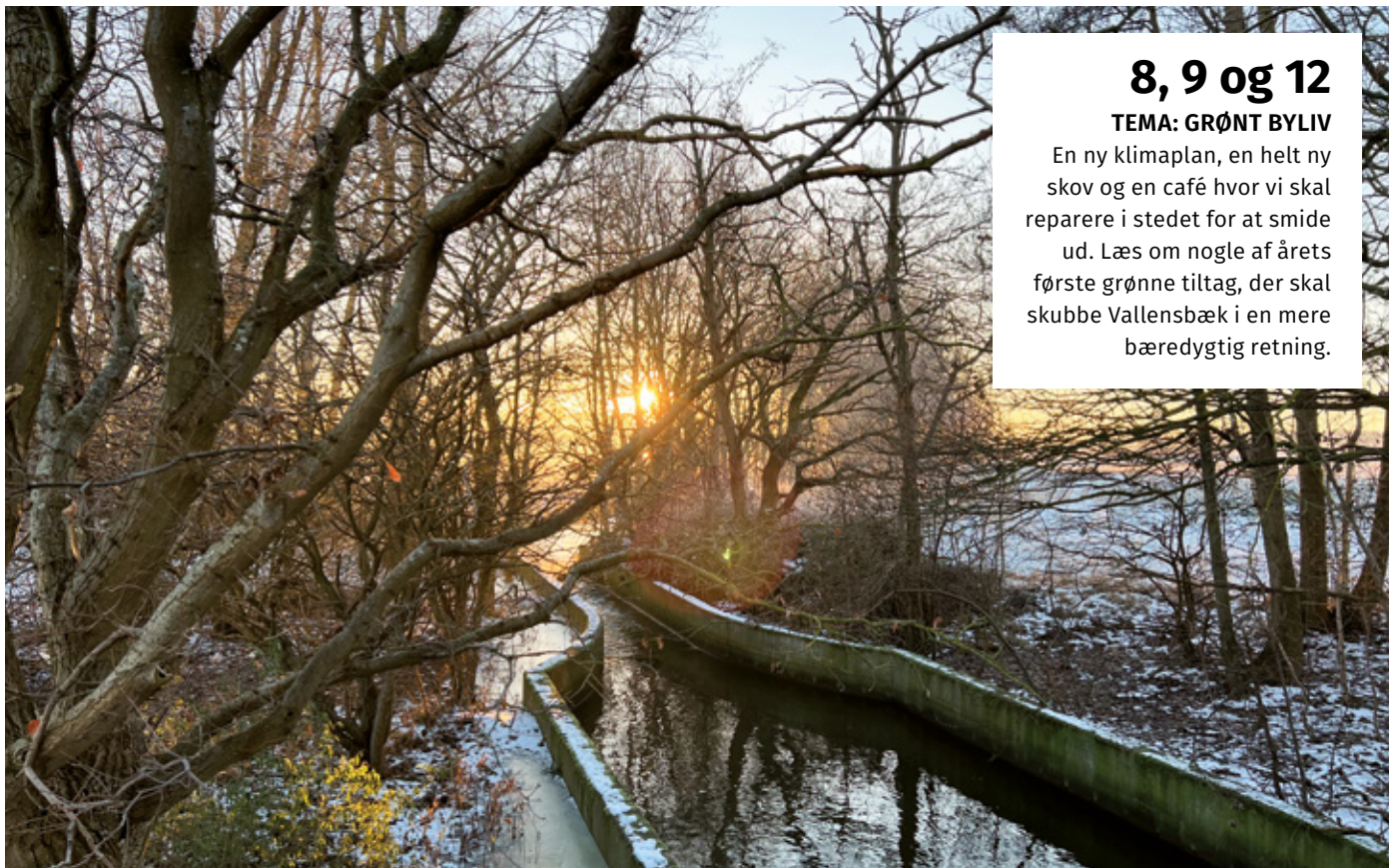
13

+7 mio. kr. til at sænke nikotinformbrug



20

Lysten til at lære driver Poul Pabian



8, 9 og 12

TEMA: GRØNT BYLIV

En ny klimaplan, en helt ny skov og en café hvor vi skal reparere i stedet for at smide ud. Læs om nogle af årets første grønne tiltag, der skal skubbe Vallensbæk i en mere bæredygtig retning.



VALLENSBÆK KOMMUNE
Vallensbæk Stationstov 100
2665 Vallensbæk Strand
4797 4000
kommune@vallensbaek.dk
www.vallensbaek.dk

Ansvarshavende redaktør
Rasmus Hadberg Øhlenschläger

Redaktør
Kristina Schønnemann Jensen

Redaktion
Kommunikationsteamet,
kommunikation@vallensbaek.dk.
4797 4046

Omdeling
Foreninger i Vallensbæk. Hvis bladet udebliver, så kontakt redaktionen.

Layout
Think Creative

Print
Sylvester Hvid & Co

Foto
Vallensbæk Kommune, Kim Matthäi
Leland og Colourbox

Deadline
Næste nummer udkommer 2.-3. marts.
Deadline 2. februar. Til kalenderen
via www.vallensbaek.dk/aktiviteter
dog 7. februar.

Rådhuset, åbnings- og telefonetid
• Mandag-onsdag: 8.00-15.30
• Torsdag: 8.00-17.00
• Fredag: 8.00-13.30

Hjemmeplejen og hjemmesygeplejen
4373 4344

Vej og Park
4797 4500 (dagtimer)
2673 7225 (Vagttilf. aften/weekend)

Vallensbæk Kultur- & Borgerhus
4797 4700

Telefonbetjening
• Mandag-torsdag: 8.00-19.00
• Fredag: 8.00-17.00
• Lørdag: 10.00-15.00

Personlig betjening
• Mandag-torsdag: 11.00-19.00
• Fredag: 12.00-17.00
• Lørdag: 10.00-15.00

Kommunale Ejendomme
2727 4039 (Vagttilf. aften/weekend)



”

Tak til jer, der vælger Vallensbæk.
I bidrager alle til, at Vallensbæk fortsat kan levere service og kvalitet i top.

Henrik Rasmussen,
Borgmester



Kære borger i Vallensbæk,

2023 var et begivenhedsrigt år i Vallensbæk. Nu er vi trådt ind i 2024, som forhåbentlig vil bringe masser af glæde og gode oplevelser med sig.

Vores unge rustes til fremtiden

2023 blev året, hvor vi igen kunne fejre, at vores skolebørn er blandt de 25 procent bedste i landet målt på karakterer. Målinger viser også, at skolebørnenes mentale trivsel er blevet forbedret. Trivsel er enormt vigtigt. Derfor har vi igen sat midler af til at styrke indsatsen og ansætte en trivselsguide.

Vi har i årets løb fornyet skolerne med nye møbler og faciliteter i skolegårde. Det understøtter også børnenes mentale trivsel. Også i undervisningen er der blevet tænkt i nye baner f.eks. med læring i teknologiens fordele og skyggesider.

Vores skoler har også vist styrken ved det tætte samarbejde med virksomheder og uddannelsesinstitutioner, hvor eleverne træner praktisk problemløsning. Det tiltrak børne- og undervisningsminister Mattias Tesfayes opmærksomhed. Jeg synes, vi skal sende en tak til alle de dygtige medarbejdere, som arbejder for at ruste vores unge bedst muligt til den fremtid, de går i møde.

Mange børn og unge glæder sig sikkert også til, at svømmehallen i Idrætscenteret er klar. Desværre

gik entreprenøren konkurs i slutningen af året. Derfor arbejdes der hårdt på at finde en løsning hurtigst muligt.

I Vallensbæk bliver vi flere indbyggere, som skal vokse op i kommunen. Det betyder, at Vallensbæk Skole bliver udvidet. Vi bygger også en ny daginstitution ved skolen, hvilket du kan læse mere om her i bladet. Hvad angår daginstitutionerne, er det også fantastisk at se, hvordan der bliver skabt værdi for kommunens mindste borgere, når maden tilberedes i institutionernes egne køkkener sammen med børnene. Det bidrager til fællesskabet og inspirerer til gode madvaner og nye smagsoplevelser.

Et godt sted at blive ældre

Også på byens plejehjem tilberedes der hver dag gode hjemmelavede retter i de lokale køkkener, som beboerne selv er med til at vælge. Medbestemmelse og nærvær er netop noget, der afspejler sig i Vallensbæks lokalmiljøer, da vi er nysgerrige på hinanden.

I ældreplejen så vi i 2023, at medarbejdernes personcentrerede arbejde har resulteret i, at Vallensbæk har Region Hovedstadens mindste forbrug af antipsykotisk medicin til ældre med en demenssygdom. Det er rart at vide, at vores ældre har medar-



Vallensbæks folkeskoler havde besøg af medieeksperter fra The Guardian som underviste om Fake News.

”

Jeg synes, vi skal sende en tak til alle de dygtige medarbejdere, som arbejder for at ruste vores unge bedst muligt til den fremtid, de går i møde.

*Henrik Rasmussen,
Borgmester*

bejdere omkring sig, som er kompetente og nysgerrige på det enkelte menneske.

Vi bliver også flere ældre, som har brug for god pleje og omsorg. Derfor bygger vi i år et nyt plejehjem i Nord med 48 plejeboliger og 14-16 seniorboliger, hvor vi kan føre de gode værdier i ældreplejen videre.

Hvis der er noget, der kan holde os friske i mange år, så er det meningsfulde relationer. I Vallensbæk har vi nogle fantastiske frivillige, som lægger meget arbejde i at samle folk på tværs. Seniorhuset Korsagergård er et godt eksempel på et samlingspunkt for vores ældre, hvor man kan udfolde hobbyer og nyde hinandens selskab. Også vores ældrepleje tiltrak i 2023 opmærksomhed på Christiansborg, hvilket ifølge ældreminister Mette Kierkegaard har givet inspiration til den kommende ældrelov.

Sammen om et bedre klima og miljø

I de kommende år må vi forberede os på nye ekstreme vejrforhold, som vi f.eks. oplevede med stormfloden tilbage i oktober. Man skal som borger kunne føle sig tryk under de voldsomme klimaforandringer. Derfor er vi gået sammen med andre kommuner om at forhøje digerene i Strandparken.

I Strandparken skal vi også i gang med en moder-



I 2023 blev Parkbåndet (t.v.) og en ny trafiklegeplads (øverst) indviet.

Kampen for rent badevand fortsætter i 2024 (t.h.), og det samme gør byggeriet af letbanen letbanen (t.v.), som på sigt giver nye muligheder.



nisering, så vi fortsat kan tilbyde dejlige friluftsmuligheder til alle, der bruger vores natur. Vi forebygger også mod de voldsomme vejrforhold med det grønne naturområde 'Parkbåndet', der hjælper lokalområdet, når skybrud rammer, og samtidig øger biodiversiteten.

I det nye år skal vi i gang med at rejse en ny skov, som på sigt skal bidrage til mindre CO₂-udledning og give flere grønne byrum. Det kan du også læse mere om her i Vallensbæk NU.

Vi skal også fortsat have mulighed for at nyde en badetur i rent vand. I den forbindelse er jeg meget tilfreds med, at det er lykkedes os at stoppe planerne om at flytte Københavns spildevandsanlæg ud på en af de ni øer 'Holmene'. Men kampen for et godt havmiljø er langt fra slut, og det samme gælder bekæmpelsen af støj, hvor staten endelig er ved at få sat støjskærme op langs Holbækmotorvejen. Det har vi ventet længe på, så det er fantastisk, at der endelig sker noget på den front.

Et grønnere byrum

Arbejdet med letbanen rykker heldigvis også, men det fylder meget i vores byrum og medfører trængsel. Jeg håber, at vi kan minde hinanden om de kommende muligheder, vi får med letbanen. Arbejdet

med letbanen åbner også for nye muligheder for at udvikle vores byrum. Derfor skal vi i det nye år i gang med en forskønnelse af Rådhuspladsen som et nyt grønt bystrøg.

I Vallensbæk vil vi gerne fremme den grønne transport, og vi er faktisk den kommune med mest cykelsti pr. bebygget kvadratkilometer. Derfor har vi lavet en ny trafiklegeplads, nye cykelbaner, og der er kommet trafiksikkerhed på børnenes skoleskemaer. Jeg håber, at de mange cykelstier vil give dig lyst til at tage cyklen, hvilket i øvrigt er en god måde at lære kommunen at kende på. I det nye år kan du også gå på opdagelse i byen med et kommende digitalt kort, som vil guide dig gennem mange af Vallensbæks skønne områder.

Tak til jer, der vælger Vallensbæk. I bidrager alle til, at Vallensbæk fortsat kan levere service og kvalitet i top.

Rigtig godt nytår. Jeg ser meget frem til endnu et nyt og spændende år.

De bedste hilsner, Henrik Rasmussen

Hans Nedergaard og hans kone Grethe hentede kort før årsskiftet deres første ruller med dosispakket medicin på Albertslund Apotek.



Robotter skal pakke medicin for ældre

Dosispakket medicin har færre fejl og giver samtidig de ældre mere fleksibilitet.

NEM MEDICIN Flere ældre i Vallensbæk skal fremover have deres medicin pakket af robotter. I hvert fald hvis det står til Vallensbæk Kommune. Det fortæller chef for Pleje og Omsorg, Susanne Ormstrup.

- Teknologien er faktisk så veludviklet, at den dosispakkede medicin er en måde at øge patientsikkerheden for vores ældre borgere, fordi vi alt andet lige kan undgå menneskelige fejl, når en sygeplejerske skal pakke mange medicintyper på en gang til en periode på 14 dage fordelt på morgen, middag og aften, siger Susanne Ormstrup.

En anden fordel er, at de små engangsposer, hvor der står navn, CPR-nummer og hvornår man skal tage medicinen, gør det let for borgeren at tage sin medicin – og se, hvis man er kommet til at glemme en dosis.

Større frihed

Nogle af de borgere, der sætter pris på muligheden for at få dosispakket medicin, er ægteparret Grethe og Hans Nedergaard.

- Det kan vi lige så godt prøve, og så

sparer vi jo skattepenge, når der ikke skal komme en sygeplejerske her hver anden fredag – selvom det nu er hyggeligt nok, at hun kommer, siger 92-årige Hans Nedergaard med smil i øjnene.

Hans kone Grethe på 86 år er enig.

- Så længe vi selv kan holde styr på det, så gør vi det. Så er vi heller ikke afhængige af at skulle være hjemme de dage, og det er jo meget rart selv at kunne planlægge sin tid, siger hun.

Færre fejl og mere tid

Når Vallensbæk Kommune den kommende tid vil foreslå de borgere, der er i stabile medicinforløb, at skifte til dosispakket medicin, håber man, at det samtidig vil give mere tid til den direkte dialog med kommunens borgere.

- Vi ved, at der fremover kommer flere ældre, så ved at lægge opgaven over i en velfærdsteknologisk løsning får vores sygeplejersker i fremtiden bedre tid sammen med de ældre til eksempelvis at pleje et sår eller skifte en sonde, siger chef for Pleje og Omsorg, Susanne Ormstrup.

Hvad er dosispakket medicin?

Dosispakket medicin er en rulle med små engangsposer med al din medicin for en 14-dages periode. Hver pose indeholder den medicin, du skal tage på et bestemt tidspunkt – for eksempel mandag morgen.

Sådan får du dosispakket medicin

Dosispakket medicin er egnet til borgere, der er i stabile medicinforløb. Nogle typer af medicin tåler ikke lys eller skal opbevares på køl, og de egner sig ikke til dosispakket medicin.

Du kan både tale med din læge eller apoteket om at få din medicin dosispakket. Har du kontakt med hjemme- eller sygeplejen i Vallensbæk Kommune, kan du også kontakte dem for mere information.

Pr. 2. januar
2024 var der

17.838

borgere i
Vallensbæk
kommune.

Værdighedsambassadører styrker ældreplejen



VÆRDIG PLEJE Vallensbæk Kommune uddanner nye værdighedsambassadører for at styrke den værdige pleje til ældre borgere og deres pårørende. Ambassadørerne skal være rollemodeller og vil fungere som nøglepersoner i samarbejdet mellem medarbejdere, borgere og pårørende.

De udvalgte værdighedsambassadører repræsenterer hele ældreområdet fra sygeplejen og hjemmeplejen til plejeboliger og kommer også til at deltage i et forløb med Værdighedsrejseholdet fra Sundhedsstyrelsen.



Ny daginstitution på vej

Kommunalbestyrelsen har besluttet, hvem der skal bygge den nye daginstitution.

BÆREDYGTIG INSTITUTION Det bliver entreprenørvirksomheden Gråkjær A/S, der skal bygge den nye daginstitution ved Vallensbæk Skole.

- I takt med at der bliver flere børn i kommunen, sikrer vi med en ny institution at kapaciteten er til stede. Men selv om en ny daginstitution er dejlig, så er det indholdet, der betyder noget. Det betyder, at vi også skal sikre rammerne for den rette pædagogik og udvikling for børnene, siger borgmester Henrik Rasmussen på vegne af kommunalbestyrelsen.

Kvalitet og bæredygtighed

Den nye daginstitution vil få landsbykarak-

ter med røde mursten og et klassisk sadeltag og have bæredygtighed i fokus. Der skal bygges med genbrugstegl, og materialerne skal have så lav klimapåvirkning som muligt.

Entreprenørvirksomheden Gråkjær A/S har netop erfaring med at skabe moderne og bæredygtige institutioner, der imødekommer behovene hos børn og forældre.

- Det afgørende er, at vores børn skal trives uanset om det er i skolen, i fritiden, derhjemme eller som her i en daginstitution. Børnene skal møde stærke og alsidige voksne i vores institutioner, siger Henrik Rasmussen.

Byggeriet forventes påbegyndt i sommeren 2024.

Den nye daginstitution

- Bliver på 1.162 m² i to etager
- Skal huse minimum 100 børn
- Indrettes med tre vuggestuegrupper med 12 børn i hver, og tre børnehavegrupper med 22 børn i hver
- Får også en liggehal på 40 m², et moderne produktionskøkken og rummelige fællesrum på begge etager

Læs om de nye tiltag, der vil mindske CO₂-udledningen. Du kan også møde nogle af de ildsjæle, der arbejder lokalt for den grønne dagsorden.

Vallensbæks første klimaplan

Klimaplanen sætter retning for kommunens grønne omstilling.

SAMLET STRATEGI Vi skal kunne bade i havet, lege på stranden og gå en tur i grønne omgivelser, og vi vil have renere luft og mindre støj. Vi vil have flere bier, sommerfugle, træer, blomster og en klimasikret by.

Det er nogle af budskaberne i Vallensbæks nye klimaplan. Klimaplanen samler alle de tiltag, der allerede sker i Vallensbæk, men sætter også mange nye indsatser i gang.

Fem indsatsområder

Vallensbæk Kommune skal opfylde to primære mål: I 2030 skal udledningen af CO₂ reduceres med minimum 70% set i forhold til 1990. Senest i 2050 skal Vallensbæk være klimaneutral. Det vil kommunen opnå ved at arbejde med fem forskellige indsatsområder:

Transport: Transportsektoren står for næsten 60% af den samlede udledning af drivhusgasser i Vallensbæk. Det skal være nemmere og mere oplagt at tage cyklen og offentlig transport.

Energi: Energi - i form af el og varme - står for over en tredjedel af Vallensbæks udledning af drivhusgasser på nuværende tidspunkt. Derfor arbejder kommunen for udbredelse af fjernvarme, bedre udnyttelse af ressourcerne i affald, ligesom vi vil påvirke vores forsyningsvirksomheder og indgå i nye grønne projekter.

Kommunen som virksomhed: Her handler tiltagene om at reducere klimaaftrykket fra forskellige dele af Vallensbæk Kommunes virksomhed.

Grøn dannelse: Alle kan gøre noget. Grøn dannelse handler derfor om at inspirere til grønnere vaner og formidle viden om hvordan man gør en forskel for klimaet.

Klimasikring: Vi skal tilpasse os det forandrede klima, så det fortsat er trygt og sikkert at bo i Vallensbæk. Derfor ønsker kommunen mere begrønning og flere træer. Vi vil sikre vores værdier og infrastruktur mod stormflod og opstigende vand og også arbejde med forebyggelse af tørke.

Lokale bannerførere

Agenda 21-rådet arbejder seks borgere for at drive Vallensbæk i en mere bæredygtig retning.

LOKALE ILDSJÆLE Klima, biodiversitet, miljø, genbrug, vandplaner og naturoplevelser. Vallensbæks lokale Agenda 21-råd er som en seks-sides terning, der på frivillig basis arbejder med mange forskellige vinkler og hver deres hjertesag for at gøre Vallensbæk mere bæredygtig. Derfor vil Agenda 21 fremover kommunikere mere aktivt til borgerne.

- Vi vil eksempelvis gerne have, at flere engagerer sig i biodiversitet og skaber gode levesteder for flere dyr og planter. Og give idéer til, hvad du kan gøre, uanset om du er en børnefamilie eller pensionist, eller om du bor i lejlighed eller hus, siger Anette Gregersen, medlem af Agenda 21.

Agenda 21 har også planlagt en ny kampagne om rent drikkevand og initiativer til at gøre Vallensbæk mere pindsvinevenlig.

Et ægte samarbejde

Agenda 21 bliver også hørt i alle spørgs-

mål om bæredygtig udvikling i kommunen. De har blandt andet ønsket bedre forhold for cyklister, at kommunen mindsker lysforureningen og gør det nemmere at genbruge og reparere ting. Det er bare nogle af de aftryk, som Agenda 21 kan se i den nye klimaplan i Vallensbæk.

Både Anette Gregersen og Mogens Bertelsen synes, det har været positivt at komme i så tæt en dialog med både kommunen og dens politikere om den førte politik.

- Fordelen er, at vi kommer med en interesse og et lokalkendskab og en dedi-

kation og engagement, som politikerne kan mærke, siger Anette Gregersen.

Omvendt oplever de også, at de har lært meget af at være tæt inde på beslutningstagerne.

- Man må starte med at konstatere, at det er meget mere kompliceret end som så, og får man ikke gennemtænkt et initiativ, kan det spænde ben for noget andet. Men det er spændende, og jeg har selv været overrasket over, at der i kommunen er gang i så mange ting, siger Mogens Bertelsen.

Hvad er et Agenda 21-råd?

Agenda 21 har til formål, at borgere og kommune får fælles ansvar og ejerskab til at fremme den bæredygtige udvikling. Deres opgave er at rådgive og vejlede Kommunalbestyrelsen om bæredygtige tiltag.

Anette Gregersen og Mogens Bertelsen er alle valgt ind i rådet i 2022. Derudover tæller de frivillige borgere også Nina Bodin, Betty Chatterjee, Kristoffer Sindby og Mogens Eliassen.

Ny repaircafé

Åbner første gang 3. februar.

Åben to dage om måneden

- Caféen er åben 1. lørdag og 3. onsdag i måneden fra kl. 10-14 i "lejligheden" på Korsagergård.
- Caféen starter som et forsøg frem til juni, så hvis du kunne tænke dig, at caféen skal drives videre, er det bare om at bruge den eller melde dig som frivillig.
- Når du kommer med en reparationssag, sker reparationen på eget ansvar. Medbring selv reservedele, eller få råd til hvad du skal købe.

BÆREDYGTIGHED Har du et par bukser, der skal lægges op, eller måske en hårtørrer, der er holdt op med at blæse? Eller er du ked af, at din bamse ikke længere siger noget? Så tag forbi Vallensbæks nye repaircafé, som åbner 3. februar på Korsagergaard. Her kan alle borgere komme og få nyt liv til en gammel ting.

Repaircaféen starter op som et samarbejde mellem Repair Café Danmark, Vallensbæk Kommune, Ældre Sagen og andre frivillige. Det er tænkt som et samlingssted for alle, der har lyst til at være sammen om en mere bæredygtig verden.



AKTIVITETS- KALENDER

Nogle af arrangementerne kræver tilmelding og/eller har entré.
Læs mere på www.vallensbaek.dk/detsker



Kommunalbestyrelsesmøde og åbent hus

Næste kommunalbestyrelsesmøder 31. januar og 28. februar
Kl. 17:30-20:00 hvor alle interesserede er velkomne. Efter mødet er der mulighed for at møde kommunalpolitikere uformelt. Dagsordenen kan læses på vallensbaek.dk/kb fra fredagen før mødet. Fra mandagen før mødet kan den hentes i print i Vallensbæk Kultur- & Borgerhus i åbningstiden.

Seniorhuset Korsagergård

Hvis du vil modtage seniorhusets nyhedsbrev, så send en mail til seniorhuset@vallensbaek.dk. Nyhedsbrevet sendes hver fredag til din mail. Læs mere om Seniorhuset på korsagergaard.vallensbaek.dk

IT-hjælp – v/Ældre Sagen

IT-hjælp tilbydes hver anden tirsdag i lige uger fra kl. 11-13 i Vallensbæk Kultur- & Borgerhus.

Babysalmesang

Babysalmesang v/musikpædagog og organist Caroline Borello Lerche. Onsdag formiddag i Sognegården ved Vallensbæk Kirke. Tilmelding på www.vallensbaekkirke.dk/babysalmesang. Hør mere på tlf: 6136 0505.

Ældre Sagen: Stavgang i Vallensbæk

Tirsdage kl. 11 – forskellige startsteder. For mere info kontakt Jette Andreasen tlf. 2163 3385 eller Erik Hommelgaard tlf. 2116 0321. Der er 2-3 forskellige hold.

Rollator-banden/Grøn Stue

Gå-hold for gangbesværede mødes onsdage kl. 13 ved Sundhedshus Nordmarken, Tværbækvej 1 og går i små grupper sammen. Grøn Stue mødes hver tirsdag og torsdag kl. 10.45 ved Vallensbæk Rådhus og går en tur. For mere info, kontakt Winnie Sørensen på tlf: 2088 5819.

Fredagscafé

Kom til gratis kaffe og en hyggelig snak fredage kl. 10 i mødelokalet i Sundhedshus Nordmarken.

Scoterbanden

Tirsdage kl. 13, både fra Rønnebækhus og Pilehavehus. For mere info, kontakt Sune Hybel Olsen på tlf: 4797 4111.

Åben Hal

Lørdage kl. 10-12 i drengenes gymnastiksal på Egholmskolen. For børn op til 10 år og deres forældre.

Floorball for 50+ årige

Mandage og torsdage kl. 17 i Tumlesalen på Pilehaveskolen. For mere info, kontakt Hassan Hegazy, tlf: 2139 2116.

Cykling uden alder

Gangbesværede og kørestolsbrugere kan komme gratis på cykeltur i rickshaws i den friske natur. Både for hjemmeboende og plejehjemsbeboere. For mere info, kontakt Mogens Sørensen, tlf: 2093 2057 eller Mogens Jørgensen, tlf: 4060 3184.

Gå-Fodbold

Tirsdage og torsdage kl. 10:30-11:30 ved klubhuset ved Vallensbæk Idrætscenter.

Tjek vallensbaek.dk
eller kontakt arrangøren for
at få de seneste oplysninger om
de enkelte arrangementer.

JANUAR

30. **Badehotellet bag kulisserne med manuskriptforfatter Hanna Lundblad**
19:00 – 21:00, Vallensbæk Kultur- & Borgerhus, Havet, Vallensbæk Stationstov 40
- Gå-fodbold**
10:30 – 11:30, Vallensbæk IF, Idræts Alle 2 (vi mødes ved klubhuset)
Andre datoer: 6/2, 13/2, 20/2 og 27/2
- Rundvisning i Seniorhuset Korsagergård**
10:15 – 11:30, Seniorhuset Korsagergård, Vejlegårdsvej 121
- Ældre Sagen: Tirsdagsbadminton**
11:15 – 12:45, Vallensbæk Idrætscenter, hal 2
Andre datoer: 6/2, 13/2, 20/2 og 27/2
31. **Løb i Vallensbæk: Gåtur/ motionsløb**
19:00 – 20:15, Foran hovedindgangen til Egholmskolen.
Andre datoer: 7/2, 14/2, 21/2, 28/2
- Kommunalbestyrelsesmøde**
17:30-20:00, Vallensbæk Kultur- & Borgerhus, Havet, Vallensbæk Stationstov 40
Andre datoer: 28. februar

FEBRUAR

3. **Repaircafé**
10:00 – 14:00, Seniorhuset Korsagergård, Vejlegårdsvej 121
Andre datoer: 21. februar
- Ældre Sagen: Torsdagsbadminton**
11:20 – 12:20, Vallensbæk Idrætscenter, hal 2
Andre datoer: 8/2, 15/2, 22/2 og 29/2
5. **Fars køkkenskole - Egholmskolen**
16:20, Skolekøkkenet på Egholmskolen, Egholmvej 19
6. **Ældre Sagen: IT-hjælp**
11:00 – 13:00, Vallensbæk Kultur- & Borgerhus, Vallensbæk Stationstov 40,
Andre datoer: 20/2
- Ældre Sagen: Stavgang**
11:00 – 12:00, Pladsen ved Sognegården, Kirkebakke Allé 9
Andre datoer: 13/2 og 20/2

FEBRUAR

8. **Fars køkkenskole - Vallensbæk Skole**
16.20, Skolekøkkenet på Vallensbæk Skole, Idræts Allé 5
10. **Fuglefoder og foderbræt**
10:30 – 12:00, Vallensbæk Kultur- & Borgerhus, Børnebiblioteket, Vallensbæk Stationstov 40
27. **Livestream: Jagten på den perfekte vejrudsigt**
19:00 – 21:00, Vallensbæk Kultur- & Borgerhus, Havet, Vallensbæk Stationstov 40
28. **Fars Køkkenskole - Pilehaveskolen**
16:20, Skolekøkkenet på Pilehaveskolen, Horsbred 197
29. **Filmklub for voksne: Kaptajnens hjerte**
14:00 – 16:00, Vallensbæk Kultur- & Borgerhus, Sletten, Vallensbæk Stationstov 40

BOOK
BILLETTER
GRATIS



Jagten på den perfekte vejrudsigt

Meteorolog Jesper Eriksen fra DMI og professor i vejr- og klimafysik Eigil Kaas fra Københavns Universitet vil fortælle om det danske vejr, om videnskaben bag hvordan meteorologer kan udarbejde vejrudsigter og hvordan der forskes i at gøre dem endnu bedre.

Se med på livestream fra Vallensbæk Kultur- & Borgerhus tirsdag den 27. februar kl. 19-21. Du kan booke gratis billet via hjemmesiden.



Sammen rejser vi en ny skov

Vallensbæk Menighedsråd og Kommunalbestyrelsen har igangsat et ambitiøst skovrejsningsprojekt.

SKOVREJSNING Vallensbæk Menighedsråd har taget initiativet til et ambitiøst skovrejsningsprojekt ved Vallensbæk Landsby. Her vil Menighedsrådet i samarbejde med Vallensbæk Kommune rejse en 16,40 hektar stor ny skov. Skoven skal ligge mellem Brøndbyvej, Horsestien og Vallensbæk Torvevej.

- Vi deler alles engagement i at adressere klimaforandringer og reducere CO₂-udledning. For at forstærke det positive miljømæssige fodspor fra vores kirkegård og andre områder, har vi overvejet, hvordan vi kan øge vores bidrag. Dette har ført til tanken om at plante skov på det landbrugsareal, som menighedsrådet hidtil

har bortforpagtet, siger formand for Grøn omstilling i Vallensbæk Menighedsråd, Jørgen Hvolbye Lauritzen.

Det falder i god tråd med den kommunale ambition om at mindske CO₂-udledningen. Projektet vil samtidig fremme biodiversiteten, så der ikke bare plantes flest mulige træer, men så der etableres en skov, der også er god for dyrelivet. Samtidig vil parterne åbne området op for borgerne.

Skovrejsningsprojektet er finansieret i fællesskab af Vallensbæk Menighedsråd og Vallensbæk Kommune og har fået støtte af Klimaskovfonden.

En skov for alle

Som borger kan du se frem til et nyt fri- rum med trampestier gennem skoven. Den nye skov får også picnic-områder, bålpladser og legeområder for børn, så området kan tilbyde familier og lokale fællesskaber nye muligheder for socialt samvær og sjove udendørsaktiviteter.



Royal festdag

DET GODE SENIORLIV Pailletter, sang og masser af kongekroner. Plejepersonale og pårørende gjorde udnævnelsen af Hans Kongelige Højhed Kong Frederik 10. søndag den 14. januar til en uforglemmelig dag på Højstruphave og Rønnebo. Her kunne de ældre beboere følge med i tv og blive forkælet med både bobler og konfekt og en helt særlig festmenu.



Nikotin ud af skolegården

Vallensbæk vil sammen med ni andre kommuner styrke unges fællesskaber uden nikotin og skabe en nikotinfri generation inden 2030.

NUL NIKOTIN Mere end hver tredje ung mellem 15-17 år bruger nikotinholdige produkter dagligt eller lejlighedsvist. Og det er alt for mange. Derfor er 10 kommuner på Vestegnen og Sydamerger gået sammen om et fælles initiativ for at stoppe udviklingen med støtte på 7,3 mio. kr. fra Nordea-fonden.

- Vi har givet hinanden håndslag på en fælles tiårig indsats for at skabe en nikotinfri generation, og vi ved, at der er brug for et langt sejt træk for at komme i mål. Med fondsstøtten kan vi fortsætte og styrke indsatsen

for de unges sundhed og trivsel på tværs af kommunegrænser, lyder det i en fælles udtalelse fra de ti borgmestere på Vestegnen og Sydamerger.

Projektet hedder *Klar livet i fællesskaber uden nikotin* og består af forskellige indsatser, som udføres i samarbejde med ungdomsuddannelser, foreningsliv, folkeskoler og voksne, som er omkring de unge.

Samtidig vil de unge selv blive inddraget.



VÆRD AT BESØGE:

BØRNEBIBLIOTEKET

Tank op på bogvitaminerne i Vallensbæk Kultur- & Borgerhus, der har sin helt egen kælder kun for børn. Der er læseoplevelser for børn og unge i alle aldre, men I er også velkomne til at komme her for at lege, spille et brætspil eller game.

Adresse: Vallensbæk Stationstov 40.



♥ Fantasy

Kom med i den nye bogklub for 11-13-årige. Hør mere i Kultur- & Borgerhuset.



Gå på jagt

... efter små og store helte fra børnebøgerne. Der er faktisk 150 af dem på børnebibliotekets store vægmaleri. Snak med dit barn eller barnebarn om dem, I kender og ikke kender, og lån dem med hjem bagefter.



Jumbo eller manga?

Kultur- & Borgerhuset har 1199 forskellige tegneserier at bladre løs i.





Nyt tilbud til gravide

GOD START Som noget nyt tilbyder sundhedsplejen fra 1. januar 2024 graviditetsbesøg til alle gravide i Vallensbæk for at styrke småbørnsfamiliers livskvalitet og trivsel.

Du vil blive kontaktet af din kommende sundhedsplejerske med tilbud om graviditetsbesøg. Besøget forventes at foregå mellem graviditetsuge 24 til 30.



Kig forbi fredags-caféen

CAFÉ I Sundhedshuset Nordmarken kan du hver fredag komme forbi til en gratis kop kaffe og få en hyggelig snak med de andre borgere. Caféen er åben for alle fra kl. 10-12, undtagen i skoleferierne.

Fredagscaféen drives af frivillige, der på skift tager tjansen med at brygge kaffen og sætte gang i den hyggelige stemning. Kig forbi, vi glæder os til at se dig!

Adresse: Mødelokalet i Sundhedshus Nordmarken, Tværbækvej 1.



Familierådgivning

Et gratis og anonymt tilbud til familier i Vallensbæk Kommune med børn under 18 år.

RÅDGIVNING Har I udfordringer i familien, som kræver professionel hjælp, kan I få støtte fra Familierådgivningen i Vallensbæk Kommune. Her har I mulighed for at få en uforpligtende snak, psykologisk rådgivning eller et terapeutisk forløb.

Familierådgivningen foregår på Vallensbæk Rådhus. For mere information, kontakt psykolog Tore Brekke på tlf.: 2727 4124 eller på e-mail: tb@vallensbaek.dk

KOM TIL AKTIV VINTERFERIE

FERIEAKTIVITETER De lokale foreninger åbner dørene og inviterer indenfor til sjove aktiviteter i vinterferien. Du kan glæde dig til:



Det er gratis at deltage og kræver ingen tilmelding.

Læs mere om aktiviteterne på www.vallensbaek.dk/aktivvinterferie

Onsdag den 21. februar kl. 10-12:

Vallensbæk Rideakademi inviterer til kæphesteridning i ridehallen på Vallensbæk Rideakademi

Mandag den 19. februar kl. 10-12:

Vallensbæk Tennis & Padel Klub inviterer til sjove tennisaktiviteter i Vallensbæk Idrætscenter

Tirsdag den 20. februar kl. 10-12:

Vallensbæk Skytteforening introducerer disciplinerne salon- og luftriffel og våbenhåndtering for børn over 10 år



Vil du med til seniorgymnastik?

MOTION Vi du gerne holde dig i gang og røre dig sammen med andre? Så kan det være, at seniorgymnastikken på Idrætscenteret er noget for dig. Hvis du er fyldt 60 år eller er førtidspensionist, kan du gå til gymnastik mandag, onsdag eller fredag formiddag.

Vallensbæk Kommune har indgået et partnerskab med den lokale forening VI39 Gymnastik og Fitness om seniorgymnastikken. Det er gymnastikforeningen, der administrerer medlemskab, holdplan og instruktører.

Du kan gå til seniorgymnastik mandage kl. 9, kl. 10 og kl. 11, onsdage kl. 9, kl. 10 og kl. 11 og fredage kl. 9.

Læs mere og tilmeld dig på www.vallensbaek.dk/idræt



SNEGLEFART

i vinterferien



Skal vinterferien bruges på at komme helt ned i gear, nærvær og hygge? Så har Stine fra Madborgerskab fundet en god opskrift på kanelnegle, som I kan lave sammen i køkkenet.

Kanelneglene er næsten briochagtige, meget velsmagende og dejligt snaskede. De tager tid at lave, men det er det hele værd.

TIPS.

Hvis du ønsker et fint snit på dine snegle, så prøv at skære dem ud med snor.

Kanelnegle ca. 15 stykker

Det skal du bruge:

Dej:

30 g gær
300 g sødmælk
1 æg
600 g mel
50 g sukker
10 g fint salt
10 g kardemomme
1 knivspids sort peber
200 g smør

Remonce:

150 g ristede mandler
75 g sukker
En lille sjat vand til karamel
100 g rørsukker
200 g brun farin
30 g sirup
15 g kanel
300 g smør



Sådan gør du:

Dej:

1. Opløs gæren i mælken.
2. Tilsæt alle ingredienserne på nær smør, og ælt godt sammen i ca. 10 minutter.
3. Smørret tilsættes lidt ad gangen, og dejen æltes, til den er glat og smidig.
4. Dejen sættes på køl 1-2 timer.

Remonce:

1. Kog en karamel af sukker og vand.
2. Tilsæt mandlerne og kog, til de er godt karamelliseret.
3. Afkøl og blend til en praliné (Du kan også nøjes med at blende mandler og sukker sammen).
4. Rør smør, sukker og kanel sammen.
5. Tilsæt praliné og sirup.

Snegle:

1. Rul dejen ud i et rektangel, så den har samme tykkelse over det hele.
2. Fordel et ensartet lag remonce på dejen.
3. Rul dejen på den lange side til en roulade.
4. Skær ca. 15 snegle og læg dem i en bradepande med bagepapir.
5. Lad sneglene hæve i 1-2 timer – man skal kunne se, at de er hævet.





Valg på Korsagergård

SENIORHUSET Husk årsmøde og valg til brugerbestyrelsen for Seniorhuset Korsagergård tirsdag den 27. februar kl. 12.30. Der er mulighed for at spise forudbestilt smørrebrød kl. 11.30. Ønsker du at stille op, kan du kontakte Seniorhuset på Korsagergård i åbningstiden tirsdag, onsdag og torsdag kl. 10-15 eller sende en mail på seniorhuset@vallensbaek.dk.

Månedens billede



♥ **gitte.kristensen** 10K Walk i anledning af tronskiftet #kongeløbet #bevæg dig for livet #vallensbaeknu

Del dine billeder med os på Instagram
Tag dem med [#vallensbaeknu](https://www.instagram.com/hashtag/vallensbaeknu)



Forårets indkøbsture

FÆLLES INDKØBSTUR Vallensbæk Seniorråd og Vallensbæk Kommune har også dette forår arrangeret indkøbsture for seniorer. Du kan komme med:

- 20. februar til City 2, Høje Tåstrup
- 19. marts til RO's Torv, Roskilde
- 16. april til Waves, Hundige
- 21. maj til Rødovre Centrum

Der er afhentning fra Pilehavehus kl. 10.00 og ved det gamle jobcenter bag rådhuset kl. 10.15.

TILMELD DIG SENEST

torsdag før turen til:

Gert Ehrhorn tlf. 50 49 60 10
eller

Berit Bredelund Nielsen
tlf. 27 43 54 36.



**Gratis
foredrag**

En mands liv, 100 års Danmarks historie

Kom til spændende foredrag om Bent Fabricius-Bjerre, der var et af sin tids største kulturikoner.

Bliv klogere på 100 års kulturhistorie, når Dani Travn, forfatteren bag den anmelderroste biografi om Bent Fabricius-Bjerre, trækker tråde fra komponistens virke til tendenserne i tiden.

De færreste kender bredden og dybden af Bent Fabricius-Bjerrers indflydelse på tonerne og billederne omkring os – som komponist af eviggyldige melodier, som igangsætter bag andre stjerner og som forbillede for yngre generationer.

Fra guldalderjazz til 'Klovn' vil der være overraskende sammenhænge og sjove sidehistorier samt den centrale pointe: Holder du dig åben og nysgerrig, holder du livsgnisten tændt.

Praktisk information

Det foregår onsdag den 13. marts kl. 19.00-21.00 i Vallensbæk Kultur- & Borgerhus, Havet. Book din gratis billet på www.kulturogborgerhus.vallensbaek.dk

Idræts- & Frivillig- festivalen 2024

FEST Tirsdag d. 19. Marts 2024 lægger Vallensbæk Idrætscenter rammen om den årlige fejring af Vallensbæks mange frivillige med en festival fuld af aktiviteter, underholdning og prisuddelinger.

Er du frivillig i en af vores mange foreninger, så sæt kryds i kalenderen og deltag i festen.

**Læs mere
på www.vallensbaek.dk/IFF2024**



VI ER VALLENSBÆK

En portrætserie med
og af alle os, der har
valgt at bo og leve
i Vallensbæk.



I DENNE MÅNED kan du møde **Poul Pabian**. Han var med til at stifte Folkeuniversitetet Vallensbæk i 2015, der lige siden har trukket nogle af Danmarks klogeste hoveder til byen.

LYSTEN TIL AT LÆRE Hvert eneste år bringer en masse forskere i Danmark ny viden frem. Om så forskellige ting som hvad migration, digital chikane, fællessang eller krigen i Ukraine gør ved vores samfund. Siden 2015 har Vallensbæk haft sit eget Folkeuniversitet, som har arbejdet for at bringe den nyeste viden hertil. En af stifterne er Poul Pabian, der har boet i Vallensbæk siden 1973.

- Jeg elsker at gøre noget for andre og skabe værdi for samfundet. Også når det gælder andre mennesker, så har det altid interesseret mig at finde ud af, hvad de rummer, siger Poul Pabian.

Selv har han aldrig mistet lysten til at lære. Mens han var økonomidirektør i Vallensbæk Kommune under den tidligere borgmester Poul Hansen, gennemførte han jurastudiet ved siden af. Siden blev han regionschef og direktør i henholdsvis Told og Skat og Skattecenter Ballerup, inden han slog om og blev konsulent og foredragsholder i organisationskultur, -fusioner og innovation.

Et springende punkt

Det er dog ved at være det sidste skud i boksen for det lokale Folkeuniversitet. Fra sin plads i sofaen i sit hjem i Syvbjergvej har formand Poul Pabian overblikket over foreningens styrker, svagheder og potentiale anno 2024. På hans ønskeliste står der flere

bestyrelsesmedlemmer, et mål om at tiltrække yngre generationer i foreningen og gøre viden mere levende med formater som kulturrejser, weekend-retreats eller noget helt tredje. Men allermest drømmer Poul Pabian om det, man kan skabe sammen i Vallensbæk.

- Jeg synes, kommunen er god til at skabe rammerne for, at vi mødes på tværs. Måske kan vi som organisationer og foreninger booste hinanden ved arbejde på tværs, siger han.

Selv forestiller han sig, at Folkeuniversitetet i Vallensbæk både vil kunne gå i partnerskaber med eksempelvis det stærke hestemiljø på Rideakademiet og bringe den nyeste viden om lige præcis deres særlige interesse fra universiteterne og ud på ridebanerne. Eller det kunne være den lokale kunstforening, der udover at tage sammen på udstilling også kunne få mere viden om den udstillende kunstner eller den samtid, vedkommende var præget af. Det er kun fantasien, der sætter grænser, for den samlede viden i verden er uendelig, og der er så meget man kan lære endnu.

- Det har været spændende at være med i Folkeuniversitetet, og derfor er jeg stadig ærgerlig, hvis det skal lukke, for der er så mange muligheder for at få nogle spændende eksperter hertil.

Spil ind med din idé

- Hvis du har en idé til et partnerskab eller en særlig interesse, som du gerne vil se i regi af Folkeuniversitetet, så kontakt foreningen på folkivall@gmail.com
- Foreningen søger alle former for frivillige, gerne fem nye bestyrelsesmedlemmer og andre frivillige.
- Man mødes max en gang om måneden, og mange af de administrative opgaver løses i sekretariatet for Folkeuniversitetet.

HAR DU
EN NABO
ELLER VEN
...

... DU SYNES, ER INSPIRERENDE,
eller har du måske selv noget på hjerte,
du gerne vil dele med dit nærområde?
Så send os et tip på kommunikation@vallensbaek.dk