

# VALLENSBÆK **NU**



NUMMER 5 | 17. - 18. JUNI 2023 | VALLENSBAEK.DK

## *På hjemmebane til VM*



Godt nyt  
til elbilister  
**Side 3**

Vægmaleri  
for de små  
**Side 4**

Tryghed i  
ældreplejen  
**Side 5**

Stor fest for  
foreningslivet  
**Side 8**

## 6

Byggeriet af den ny svømmehal forsinket



## 7

Elever producerer podcast



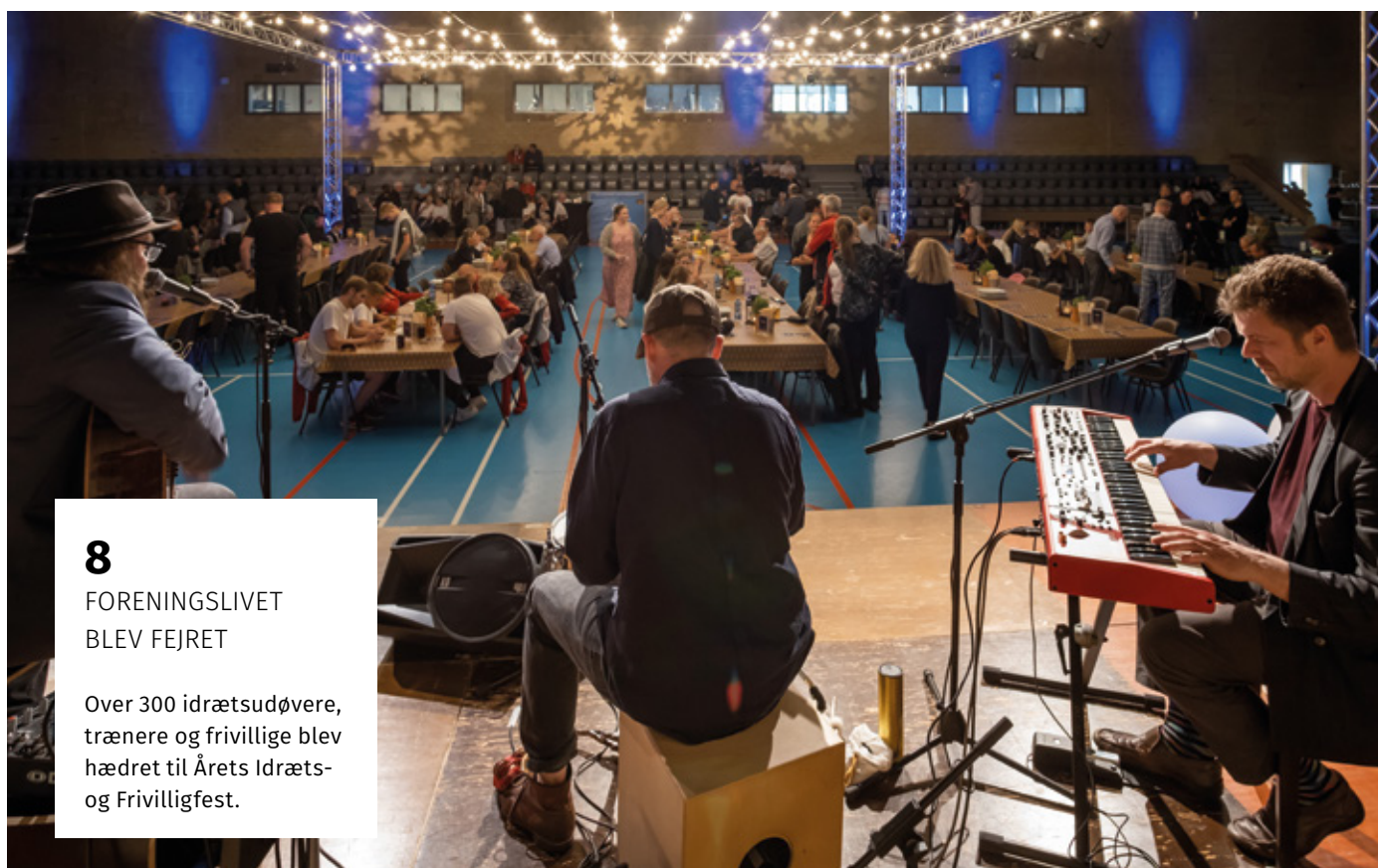
## 14

På tur i Pileparken



## 16

Glæd dig til gadekærskonzert



## 8

FORENINGSLIVET BLEV FEJRET

Over 300 idrætsudøvere, trænere og frivillige blev hædret til Årets Idræts- og Frivilligfest.



### 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.

### Omdeling

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

### Foto

Vallensbæk Kommune, Hovedstadens Letbane, EWII, Unsplash og Colourbox.

### Deadline

Næste nummer udkommer 5.-6. august.  
Deadline 21. juni. Til kalenderen via [www.vallensbaek.dk/aktiviteter](http://www.vallensbaek.dk/aktiviteter) dog 14. juli.

### Rådhuset, åbnings- og telefondid

- 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 (Vagttlf. 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 (Vagttlf. aften/weekend)





# Mere strøm til Vallensbæk

*Vallensbæk Kommune investerer nu i en grønnere fremtid ved at opsætte 42 nye ladestandere.*

**ELBILER** Nu bliver det snart muligt at oplade sin elbil på parkeringspladserne ved Birkely, Piletræet, Pilehaveskole, Sundhedshuset, Korsagergård, Idrætscenteret, Rådhuset, Egholmskolen og Strandparken. Det har Vallensbæk Kommune nu indgået en kontrakt om.

- Vi er glade for at kunne tilbyde vores borgere og besøgende muligheden for at oplade deres elbiler på vores parkeringspladser. Det er en vigtig del af vores arbejde med at skabe en mere bæredygtig fremtid for Vallensbæk Kommune og bidrage til den grønne omstilling, siger borgmester Henrik Rasmussen.

## To forskellige selskaber

PowerGo har i samarbejde med Spirii og Kemp & Lauritzen vundet retten til at opsætte ladestandere på parkeringspladserne ved Birkely, Sundhedshuset, Idrætscenteret, Egholmskolen og Strandparken.

EWII har vundet retten til at opsætte ladestandere på parkeringspladserne ved Piletræet, Pilehaveskole, Korsagergård og Rådhuset.

Både PowerGo og EWII er overbeviste om, at dette vil øge antallet af elbiler i området og give borgerne en bedre oplevelse på de offentlige parkeringspladser.

- I EWII er vi rigtig glade for at kom-

me til Vallensbæk og være en del af den grønne omstilling. Kravene til ladestandere stiger i takt med, at antallet af elbiler stiger, og vi sætter en ære i at gøre vores ladestanderne tilgængelige og lette at bruge for alle." siger Jesper Nicolaisen, chef for ladeinfrastruktur i EWII.

Også PowerGo ser frem til samarbejdet.

- Vi er glade for at samarbejde med kommunen og vores partnere om at forsyne Vallensbæk med et offentligt opladningsnetværk. På den måde gør vi opladning endnu nemmere for elbilister. På PowerGos ladestationer kan du oplade med 100 procent grøn strøm, hvilket er et stort bidrag til Danmarks energiomstilling, siger Ivo van Dam, Chief Technology Officer i PowerGo.

Den videre proces bliver at operatørerne søger tilladelse hos Radius til tilkobling af ladestanderne til elnettet. Derfor er det endnu uvist, hvornår ladestanderne er klar til brug.



*Der bliver i alt taget 42 almindelige parkeringspladser, som ændres til ladepladser.*

## FART PÅ

**Af de 42 ladepladser vil 2 af dem (ved rådhuset) være lynopladere og resten vil være almindelige ladere.**



## Ukrainere kommer stadig til

**FLERE FLYGTNINGE** De sidste måneder har Vallensbæk igen taget imod nye ukrainske flygtninge, alt imens krigen i Ukraine fortsætter. Ved udgangen af maj har Vallensbæk Kommune taget imod i alt 68 ukrainske flygtninge.

Her er opgaven at hjælpe de nye borgere med tag over hovedet og andre trædesten til at blive en del af lokalsamfundet.

## Ny specialklasse på Vallensbæk Skole

*I det nye skoleår kommer der endnu en specialklasse på Vallensbæk Skole.*

Når sommerferien slutter, er der dømt første skoledag for 223 børn på Vallensbæks skoler. En håndfuld af dem vil starte i en helt ny specialklasse.

En enig kommunalbestyrelse har nemlig besluttet at oprette specialklassen i indskolingen på Vallensbæk Skole i skoleåret 2023/2024.

På den måde får de børn, kommunen har identificeret til at have et særligt behov, mulighed for at gå på en af de lokale skoler i Vallensbæk tæt på deres hjem, fritidstilbud og kammerater.

Specialklassen vil have plads til otte elever og bliver Vallensbæk Skoles sjette specialklasse.



*LenaH.dk står bag værket og har været aktiv inden for dette felt siden 2005. Hun har leveret vægmalerier til mere end 30 danske kommuner, herunder hospitaler, plejehjem, institutioner og skoler.*

## Ny børnekunst på biblioteket

*Det nye, kæmpestore vægmaleri på børnebiblioteket er inspireret af det lokale landskab, befolket med 150 figurer fra mindst 98 børnebøger.*

**LOKAL INSPIRATION** Maleriet illustrerer byens nærhed til vandet, den grønne sti, Thomas Dambos træskulptur 'Lille Tilde' samt svaner og siv fra kommunens logo. Motiverne, som børn og voksne selv har kunnet foreslå, er malet direkte på væggene af kunstneren Lena Haagaard.

- Jeg håber, at de besøgende bliver nysgerrige på værket, og at endnu flere

får lyst til at bruge biblioteket. Det skal bidrage til en tryk atmosfære og give anledning til snakke om både barndom og ungdom, om bøger og læselyst, fortæller Lena Heegaard.

Vallensbæk Kultur- & Borgerhus og kunstneren håber, at vægmalerierne kan inspirere til læselyst hos både store og små.

# Nye statsborgere

*Torsdag den 25. maj var der Grundlovsceremoni i Vallensbæk Kommune, hvor syv af kommunens borgere blev tildelt dansk statsborgerskab.*



**GRUNDLOVSCEREMONI** Der var smil og glade pårørende og enkelte steder også lidt nervøsitet, da der var grundlovsceremoni for syv nye, danske statsborgere torsdag den 25. maj på rådhuset i Vallensbæk.

En af dem er Martyn Lloyd Davies. Han er en af mange briter i Danmark, der som følge af Storbritanniens udmeldelse af EU har skullet gøre sig nye overvejelser om sit statsborgerskab.

- Det er godt at blive medlem af EU igen efter Brexit, ligesom jeg nu kan afgive min stemme til

Folketingsvalget. Og så betyder det noget, at mine børn og kæreste også er danske. Det er lidt som om, at jeg nu føler mig hjemme efter 32 år som gæst i Danmark, siger Martyn Lloyd Davies.

En anden af deltagerne ved grundlovsceremonien er Saira Tasnim, som er født og opvokset i Danmark.

- Den primære årsag til, at jeg søgte, var, at jeg manglede at kunne stemme til Folketingsvalg. Det er bare blevet vigtigere og vigtigere for mig de seneste år, siger Saira, der er uddannet jurist.



*For Saira Tasnim har statsborgerskabet også en ekstra dimension. – Da min farfar gik bort og blev begravet her i Danmark, følte det som en tegn på, at det er her, jeg hører til. Det eneste, jeg manglede, var statsborgerskabet. Nu er der sat kryds ved det, og det er jeg glad for, siger hun.*

# Større sikkerhed i ældreplejen

Vallensbæk Kommune har deltaget i et 2-årigt forbedringsprogram kaldet I Sikre Hænder.

**TRYK ÆLDREPLEJEN** Vallensbæk Kommune har nu været igennem forandringsprogrammet "I Sikre Hænder" og tilslutter sig listen over de i alt 33 kommuner, der har deltaget i programmet. Her har ældreplejen arbejdet med at forbedre arbejdsgangene omkring eksempelvis medicinering, tryksår, ernæring og tidlig opsporing.

Et konkret eksempel er, at Hjemmeplejen i Rønnebækhus til dato har registreret 400 dage uden medicinfejl, der kræver lægekontakt. Her har "I Sikre Hænder" betydet, at man har haft en faglig dialog om, hvordan arbejdet med medicinering kan blive endnu bedre, samtidig med at man fremover indsamler data

om dage uden medicinfejl, som man hurtigt kan handle på.

De gode resultater glæder udvalgsformand for Social og Sundhedsudvalget, Jytte Bendtsen.

- Det giver i høj grad tryghed for vores ældre og deres pårørende, når der sker færre medicinfejl i ældreplejen, og personalet generelt har et højt niveau i måden, de giver pleje og omsorg til vores ældre borgere. Det taler samtidig rigtig godt ind i den måde, vi i Vallensbæk Kommune tænker og handler med værdighed for den enkelte, siger Jytte Bendtsen.

## I SIKRE HÆNDER

I Sikre Hænder er et samarbejde mellem store spillere som Sundhedsministeriet, KL og Dansk Selskab for Patientsikkerhed.

## Åbning af ny svømmehal udsat

**FORSINKET BYGGERI** Byggeriet af den nye svømmehal skrider frem, men udfordringer med leverancer og arbejdskraft har medført forsinkelser. Forventningen er, at svømmehallen kan indvies i forsommeren 2024.

Ligesom mange andre byggerier er udgifterne til svømmehallen steget på grund af inflation og prisstigninger. Derfor har kommunalbestyrelsen også bevilget yderligere 20 mio. kr. til byggeriet.

- Det vigtigste for mig og kommunalbestyrelsen er, at vi får den svømmehal, vi har bestilt. Vi vil ikke gå på kompromis med kvalitet og standarder. Vi ønsker en svømmehal, der skal komme alle borgere til gode. Det er hele formålet. Derfor ser jeg også denne forsinkelse som en nødvendighed for at nå det mål, siger borgmester Henrik Rasmussen.



Svømmehallen får blandt andet et stort svømmebassin på 25 meter, en vandruksjebane og børnebassin samt et varmtvandsbassin med sauna.





”

*Det er rigtig sjovt at arbejde med podcast, især når vi er nede i lydstudiet for at optage lyden. Det er også spændende at fortælle historier og lave noget andet end at skrive og se ind i computerskærmen.*

*Ella Emilia,  
elev på Vallensbæk Skole*

# Skoleelever *i studiet*

*Vallensbæks skoleelever producerer podcast i undervisningen.*

**TEKNOLOGI I SKOLEN** Vallensbæks skoler har fornyet sine undervisningsmetoder ved at indføre podcast som en del af deres undervisningsmateriale. Podcast skal være et friskt pust til elevernes traditionelle undervisning og skabe en større grad af medbestemmelse i undervisningen.

## **Ejerskab over egen læring**

Med podcasts får eleverne mulighed for at udtrykke sig kreativt og udvikle deres kommunikations- og formidlingsevner. Denne nye undervisningsform har fokus på flip learning-princippet. Det er en teknologiunderstøttet tilgang til undervisning, hvor eleverne er aktive, imens de lærer. Eksempelvis hører de en lydfil hjemmefra, hvor læreren fortæller om en ny genre inden for litteratur, som eleverne skal arbejde med, når de møder ind dagen efter.

Eleverne kan så vælge forskellige emner, skabe indhold og producere deres egne podcasts, hvilket giver dem en følelse af ejerskab over deres læring. Det nye initiativ har indtil videre været en stor succes, og lærerne mærker tydeligt begejstringen og engagementet blandt eleverne.

- Det er rigtig sjovt at arbejde med podcast, især når vi er nede i lydstudiet for

at optage lyden. Det er også spændende at fortælle historier og lave noget andet end at skrive og se ind i computerskærmen, fortæller Ella Emilia, elev på Vallensbæk Skole.

## **Til gavn for både lærere og elever**

Lærerne i Vallensbæk har også draget fordel af podcast som undervisningsmateriale. De bruger det som et værktøj til at oprette introduktionsvideoer og vejledninger, der letter elevernes forståelse af forskellige emner. Dette gør undervisningen mere interaktiv og engagerende,

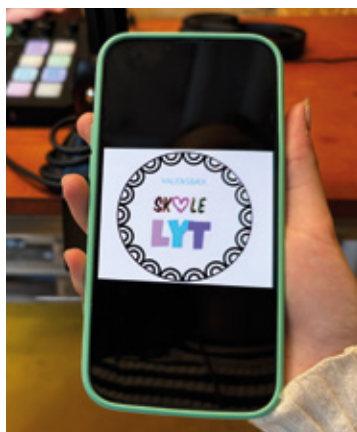
samtidig med at det giver lærerne mulighed for at udvikle deres egne færdigheder inden for digital formidling.

For tiden arbejder eleverne på Vallensbæk skole med boganmeldelser som en del af podcast-projektet, fortæller lærer Amalie Dupont.

- De præsenterer og diskuterer forskellige bøger, deler deres tanker og anbefalinger og bidrager til en levende snak om litteratur. Vi har også lydtrum, hvor eleverne kan optage deres podcasts og skabe et professionelt lyd miljø, fortæller Amalie Dupont fra Vallensbæk Skole.

Skolernes innovative tilgang giver eleverne en platform til at udtrykke sig, samarbejde og udvikle vigtige færdigheder, der vil være værdifulde for deres fremtidige akademiske og personlige succes.

- I Vallensbæk ser vi frem til at fortsætte arbejdet med at udforske nye undervisningsmetoder og skabe nogle læringsformer, der giver eleverne alsidige kompetencer og kundskaber, siger borgmester Henrik Rasmussen.



# Kæmpe fest for foreningslivet

*Der var masser af musik, mad og sjove aktiviteter til årets Idræts- og FrivilligFestival. Her blev over 300 mennesker påskønnet for deres store arbejde for foreningslivet i Vallensbæk.*



**STOR FESTAFTEN** Over 300 mennesker var mødt op for at tage del i Idræts- og FrivilligFestivalen i Vallensbæk Idrætscenter. Her hædrede Vallensbæk sine mange dygtige idrætsudøvere, trænere og fantastiske frivillige, der netop sørger for, at idrætten og kulturlivet har så gode betingelser i Vallensbæk Kommune.

156 idrætsudøvere blev hædret for både individuelle resultater og holdpræstationer i alt lige fra tennis, badminton, kaptgang og skydning, til de mere våde sportsgrene som vandski, svømning og sejlads med dampskib og et par af de mere nye discipliner som speedskating, skipping, hip hop og futsal.

Ja der var sågar hæder for et godt OL-resultat i alpin slalom – og netop på den måde er bredden i idrætslivet en fornøjelse at være vidne til, konstaterede borgmester Henrik Rasmussen, da han åbnede festivalen.

- Alle der er til stede i dag er medvirkende til den stolte og stærke foreningskultur vi har i Vallensbæk. Og denne her fest er jeres, sagde Henrik Rasmussen fra scenen.

Arrangementet i Vallensbæk Idrætscenter bød både på lækker mad og drikke, musik og en række aktiviteter og minikonkurrencer, hvor deltagerne kunne dyste mod hinanden i, inden festivalen blev rundet af med prisuddelingen til årets frivilligpriser og foreningsstafetten Hockerups Mindepris.

**I ALT SKULLE 156 IDRÆTSUDØVERE OG DERES TRÆNERE HÆDRES** på baggrund af både individuelle og holdpræstationer under årets Idræts- og FrivilligFestival 2023.

I løbet af 2022 har i alt 125 udøvere modtaget en guldmedalje, 49 udøvere har modtaget en sølvmedalje og 48 udøvere har modtaget en bronzemedalje.



*Se flere billeder af årets idrætsudøvere og trænere, som var på podiet for at blive lykønsket med de flotte præstationer.*





Årets Ungdomsleder 2022  
Kasper Bennedsen fra  
VI39 Svømmeklub



Årets Ungdomsleder 2022  
Malou Hoffmann Hjelholm fra  
Det Danske Spejderkorps



Lions Vallensbæk modtog  
Hockerups Mindepris



Årets Ungdomsleder 2022  
Lars Panter-Jensen fra  
Vallensbæk Badminton



Årets Ildsjæl Gudrun Colding fra  
Vallensbæk Kano og Kajak Club

# Se årets prisvindere

Borgmester Henrik Rasmussen og formand for Forenings- og frivillighedsudvalget Morten Schou Jørgensen uddelte årets priser ved Idræts- og FrivilligFestivalen.

## Hockerups Mindepris

Hockerups Mindepris er skabt til ære for Vallensbæks tidligere borgmester, Kurt Hockerup, og er kommunens foreningsstafet og 'vandrepokal', som foreningerne hvert år tildele en ny forening. En forening som har gjort sig særlig bemærket i det forgange år. Sidste års vinder Menighedsplejen i Vallensbæk havde valgt at **Hockerups Mindepris i år tildeles Lions Vallensbæk** for deres store frivillige arbejde, hvor de engagerer sig lokalt og globalt for at skabe et bedre samfund.

## Årets Ungdomsledere 2022

Der var store klapsalver til tre ungdomsledere, som alle har udført et kæmpe arbejde for Vallensbæks ungdom gennem mere end tre år.

- **Malou Hoffmann Hjelholm** fra Pilehave Gruppen – Det Danske Spejderkorps for sin særlige evne til at få børn, der har det svært, til at vokse og tro på sig selv.
- **Lars Panter-Jensen** fra Vallensbæk Badminton der med sit engagement har fået børne- og ungdomsafdelingen til at vokse betragteligt.
- **Kasper Bennedsen** fra VI39 Svømmeklub der gennem de sidste 10 års frivillige arbejde er blevet en del af klubbens DNA.

## Årets Ildsjæl

**Årets Ildsjæl 2022 gik til Gudrun Colding fra Vallensbæk Kano og Kajak Club**, der af egen drift renholder faciliteterne i klubben, så det er lidt rarere for alle at komme der. Hun hyldes også for sit store arbejde med vinterorienteringsløb, der binder klubbens mange forskellige afdelinger sammen.

## Årets Initiativ

**Craig Pacey fra Vallensbæk Vandskikklub modtog Årets Initiativ** 2022 efter han har oprettet et nyt voksenhold, der har udviklet sig til at være et af de mest positive og motiverede i klubben. Craig Pacey var bortrejst til Idræts- og FrivilligFestivalen.



# AKTIVITETS- KALENDER

Nogle af arrangementerne kræver tilmelding og/eller har entré.  
Læs mere på [www.vallensbaek.dk/kalender](http://www.vallensbaek.dk/kalender)



## Kommunalbestyrelsesmøde og åbent hus

Kommunalbestyrelsen holder møde onsdag den 21. juni, kl. 17.30, hvor alle interesserede er velkomne. Efter mødet er der mulighed for at møde kommunalpolitikere uformelt. Dagsordenen kan læses på [vallensbaek.dk/kb](http://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](mailto:seniorhuset@vallensbaek.dk). Nyhedsbrevet sendes hver fredag til din mail. Læs mere om Seniorhuset på [korsagergaard.vallensbaek.dk](http://korsagergaard.vallensbaek.dk)

## IT-hjælp - v/Ældre Sagen

IT-hjælp tilbydes hver tirsdag 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](http://www.vallensbaekkirke.dk/babysalmesang). Hør mere på tlf: 6136 0505.

## Stavgang - v/Ældre Sagen

Tirsdage kl. 11 – forskellige startsteder. For mere info, ring til Jette Andreasen på tlf: 2163 3385 eller til Erik Hommelgaard på tlf: 2116 0321.

## 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 går tur hver tirsdag og torsdag kl. 10.45 – mødested ved Vallensbæk Rådhus på Rådhuspladsen.

For mere info, ring til Winnie Sørensen på tlf: 2088 5819.

## Fredagscafé

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

## Scooterbanden

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. 11-12 på kunstbane 1 ved Vallensbæk Idrætscenter.

Tjek [vallensbaek.dk](http://vallensbaek.dk)  
eller kontakt arrangøren for  
at få de seneste oplysninger om  
de enkelte arrangementer.

JUNI

17. **Åben Hal**  
Kl. 10:00, Egholmskolen,  
pige-gymnastiksalen
- GROOVE: Dans med!**  
Kl. 10:30, Vallensbæk Kultur- &  
Borgerhus, Børnebiblioteket
20. **GÅ-fodbold**  
Kl. 11:00, Vallensbæk Idrætscenter
- Ældre Sagen:  
Stavgang i Vallensbæk**  
Kl. 11:00, Vridsløsevej ved klubhuset
- Ældre Sagen: Badminton**  
Kl. 11:15, Vallensbæk Idrætscenter,  
hal 2  
OBS! Andre datoer: 22/6, 27/6, 29/6,  
4/7, 6/7, 11/7, 13/7, 18/7, 20/7, 25/7,  
27/7, 1/8 og 3/8
- Børne- og ungdomsroning**  
Kl. 17:00, Vallensbæk Kano og Kajak  
Club  
OBS! Andre datoer: 22/6, 27/6, 29/6,  
4/7, 6/7, 11/7, 13/7, 18/7, 20/7, 25/7,  
27/7, 1/8 og 3/8
21. **Kommunalbestyrelsesmøde**  
Kl. 17:30-20:00, I lokalet 'havet' på  
Vallensbæk Rådhus
22. **Motionsløb v/Løbivallensbæk**  
Kl. 19:00, Egholmskolen  
OBS! Andre datoer: 28/6, 5/7, 12/7,  
19/7, 26/7, 2/8
23. **Fredagscafé i Sundhedshuset**  
Kl. 10:00-12:00, Sundhedshuset  
Nordmarken
- Sankt Hansaften**  
Fra kl. 15.00, Strandparken  
Fra kl. 17.00, Mosen

JUNI

25. **KIDSTOUR - Danmarks største  
cykelløb for børn (3-10 år)**  
Kl. 10:00-15:00, Eventpladsen
27. **Ældre Sagen: Sporvejsmuseet  
Skjoldnæsholm**  
Kl. 11:00-17:30, Korsagergård
- GÅ-fodbold**  
Kl. 11:00, Vallensbæk Idrætscenter  
OBS! Andre datoer: 4/7, 11/7, 18/8,  
25/7 og 4/8

AUGUST

5. **Ældre Sagen: I bus til Grillparty i  
landlige omgivelser**  
Kl. 17:00-22:45, Korsagergård

**Sommeraktiviteter for skolebørn**

I skolernes sommerferie har alle børn og unge fra 0.-10. klasse mulighed for at deltage i masser af spændende aktiviteter fra uge 26-32.

Du kan f.eks. være med til at lave mad over bål, tage på Københavner-tur, lave smykker, ro i kano og kajak eller lave gelpolish. Du kan også køre på mountainbike, spille badminton eller tennis, klatre, lave perler, gå til syning og meget, meget andet.

Sommeraktiviteterne er arrangeret af Vallensbæk Ungdomsskole, og du kan læse meget mere på deres hjemmeside [valung.dk](http://valung.dk)





Ønsker du at  
være frivillig til  
verdensmesterskabet?  
Så kontakt  
stævneleder Kenneth  
Bøggild på mail  
kb@dskif.dk.



”

***Det er fedt, at havet er  
så åbent i Vallensbæk.***

*Kystudformningen  
giver unikke bølger og  
til tider utilregnelig  
vind. Mange siger;  
at kan man sejle i  
Vallensbæk, kan man  
sejle alle steder.*

*Maria Victoria Bøggild,  
Team Danmark sejler*

# Maria på 16 år: deltager i sommerens sejlsports-VM i Vallensbæk

*Maria er et af de store lokale talenter, som skal sejle til sommerens VM i Europajolle ved Vallensbæk Havn.*

**AMBITIØS SEJLER** En søndag formiddag på Vallensbæk Havn møder Vallensbæk Nu en smilende ung sejler, som er ved at gøre sin båd klar til en tur i bølgene blå. Hendes navn er Maria Victoria Bøggild, og hun er i fuld gang med træningen op til sommerens VM i Europajolle, som finder sted i Vallensbæk Havn den 4.-14. juli 2023.

## Vejen til Verdensmesterskaberne

Marias interesse for sejlsport begyndte i en alder af seks, og hendes dedikation har båret frugt, da hun gennem årene allerede har deltaget i adskillige mesterskaber og konkurrencer. 10 år senere er Maria nu sejler på eliteniveau. Men dedikation og hårdt arbejde er ifølge Maria ikke nok for at opnå succes.

- Sejlsport handler om erfaring. Man kan ikke bare træne virkelig hårdt og forvente, at man kan det hele. Det er en livsstil. Jo ældre jeg bliver, desto bedre bliver jeg også, siger Maria Victoria Bøggild.

## Vallensbækker blandt internationalt publikum

Men på trods af Marias unge alder, har hun allerede opnået meget i hendes sejlsportskarriere. Hun har markeret sig som en konkurrencedygtig sejler på internationalt niveau og er blandt andet blevet

udtaget til Senior VM 2023 og Junior Europamesterskaberne 2023. Og der er ikke skruet ned for ambitionerne til denne sommers VM.

- Jeg har deltaget i Verdensmesterskaberne for Europajoller to gange før. Sidste gang kom jeg i top-20, men til sommer tror jeg på en plads i top-10, fortæller Maria Victoria Bøggild.

## På hjemmebane i Vallensbæk

Ved siden af sin sejlsport læser Maria på HHX på Niels Broch Business Elitelinje, da hun er en del af Team Danmark. Som en Team Danmark elev træner hun dagligt i Team Danmark centeret i Hellerup Sejlklub. Men Maria føler sig mest på hjemmebane i Vallensbæk, hvor hun også bor og er opvokset. Hun finder havnen ideel til hendes træning, da der er masser af plads og ro i de lokale omgivelser. Det giver Maria mulighed for at udfordre sig selv og udvikle sine færdigheder.

- Det er fedt, at havet er så åbent i Vallensbæk. Kystudformningen giver unikke bølger og til tider utilregnelig vind. Mange siger; at kan man sejle i Vallensbæk, kan man sejle alle steder, fortæller Maria Victoria Bøggild.

Maria glæder sig til sommerens store mesterskab, som er drevet af en masse frivillige kræfter.

- Som gæst og frivillig kan du glæde dig til at møde god stemning, musik, lækker mad og et internationalt sejlermiljø med en masse dygtige sejlere, siger Maria Victoria Bøggild.



## MERE OM MARIA

- 16 år og en del af Team Danmark
- Tidligere vinder af junior europamesterskabet
- Har deltaget i to nordiske mesterskaber for optimistjoller, to danmarksmesterskaber i holdsejlsport, tre Idrætsforbunds Danmarksmesterskaber for Europajoller samt fem Ungdoms Danmarksmesterskaber.

## Nyd det vilde blomsterflor

Pileparken har mere end 20 forskellige arter af vilde blomster, ligesom du finder forskellige vilde urter og græsser. Prøv at teste dig selv og spot nogle af de forskellige arter.

# På tur i Pileparken

*Har du besøgt Vallensbæk nyeste park? Med de mange lyse sommerdage og -aftener er det oplagt at lægge vejen forbi et af kommunens bynære grønne områder.*

**UD AT OPLEVE** Pileparken stod færdig i 2022 og har nu efter de første sæsoner fået et mere etableret udtryk. Selvom parken ligger midt i byen, er den anlagt med tanke på, at både børn og voksne kan få aktiveret sanser og gå på opdagelse i de rekreative områder.

## Labyrinten

Balancen er en evne, som ikke kun børn har godt af at øve. Er du ekstra sikker på fødderne og har brug for mere udfordring, kan du tage turen tilbage oppe på stenene.



## Tag madkurven med

Der er flere bordbænkesæt i parken, og du er også velkommen til at plukke frugt i parkens frugtlund.

## Lyt i lydparabolen

Hvad kan du høre, når du spidser ører? Pileparken vil gerne inspirere til, at både vi mærker flere af vores sanser også i hverdagen.

## Få et sus i maven på svævebanen

Pileparken har også en legeplads med svævebane, gynger og legehus.

# Gratis diætistforløb



Hos diætisterne i Vallensbæks Kommune kan du få gratis vejledning i, hvilken kost der er mest hensigtsmæssig for dig.

## KONTAKT OS

Hvis du er i tvivl, om du hører til en af grupperne, eller hvordan du får en henvisning, kan du kontakte diætisterne på

tlf. 4797 4130 eller skriv til

**Karina Danmark** på  
kbdan@vallensbaek.dk eller

**Corneliah Skovlund** på  
coask@vallensbaek.dk

Vi glæder os til at hjælpe dig.

**DIÆTISTVEJLEDNING** Det gratis tilbud gælder for dig, der lever med:

- Diabetes type 2
- Prædiabetes
- Kræft
- KOL
- Hjerte/karsygdomme
- Forhøjet blodtryk, hvor lægen anbefaler diætbehandling
- Forhøjet kolesterol, hvor lægen anbefaler diætbehandling
- Vægttab eller hvis du har svært ved at holde vægten oppe
- Vægttab efter hospitalsindlæggelse
- Overvægt med BMI >30

Din egen læge skal henvise dig til forløbet, så tag evt. denne side med til lægen.

## Skal du også have en snus- og røgfri sommer?

Med støtte og forberedelse øger du dine chancer for at kvitte snus, cigaretter og e-cigaretter.

**RØG- OG TOBAKSFRI** Vallensbæk Kommune tilbyder individuelle snus- og rygestopforløb for dig, der har et ønske om at stoppe. Du kan få støtte og vejledning hos vores rygestoprådgiver til at blive snus- og røgfri. Forløbet bliver skræddersyet netop til dig. Alt afhængigt af dit behov mødes vi 3-6 gange, hvor du vil få en række værktøjer til at blive røgfri.

Du har tilmed mulighed for at få tilskud til nikotinerstatninger som fx nikotinplaster eller mundspray.

Det er gratis at tilmelde sig. Kontakt Center for Sundhed, Familie og Fritid på 4797 4130 for spørgsmål eller tilmelding. Du kan også sende en mail til [csf@vallensbaek.dk](mailto:csf@vallensbaek.dk).



## KidsTour skydes snart i gang

Over 100 børn er allerede tilmeldt.

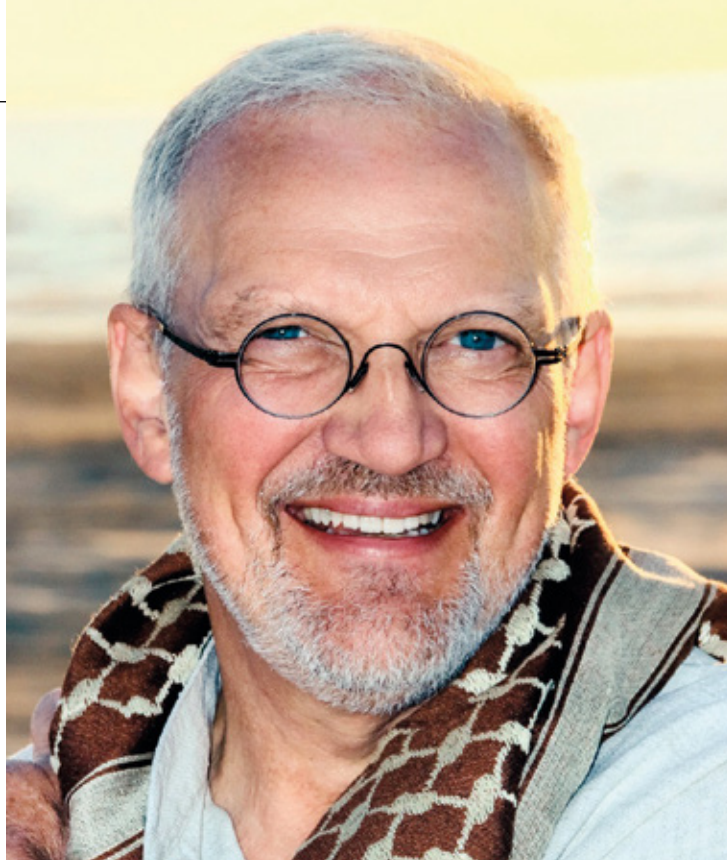
**CYKELLØB** Søndag d. 25. juni kommer Danmarks største cykelløb for børn forbi Strandparken i Vallensbæk. 150 børn er allerede tilmeldt løbet. Har du endnu ikke sikret dig en billet, kan det nås helt frem til løbsdagen.

Alle børn i alderen 3-10 år kan deltage og får både guldmedalje og goodiebags, når de kommer i mål.

Fra kl. 10.00 kan både store som små give den gas med alle de mange spændende aktiviteter på stævnepladsen, der er åben for alle. Selve løbet går i gang fra kl. 12.00, og det hele lukker og slukker kl. 15.00.



Det koster 40 kr. pr. barn og kræver intet andet end en køreklar cykel, hjelm og højt humør. Tilmeld jer via QR-koden eller [www.vallensbaek.dk/kidstour](http://www.vallensbaek.dk/kidstour)



## Kom til årets gadekærskoncert

Preben Kristensen gæster årets gadekærskoncert i august.

**SENSOMMERKONCERT** Sæt kryds i kalenderen til den årlige gadekærskoncert i Vallensbæk den 17. august., og få en dejlig musikalsk oplevelse i sensommeren.

Årets solist er Preben Kristensen, som sammen med Vallensbæk Kirkes kor, underholder med et bredt repertoire, som strækker sig fra moderne popklassikere og klassiske musicals til gode danske sange.

Der er mulighed for at købe grillpølser og drikkevarer fra boderne, hvor KFUM-spejderne og Lions Club Vallensbæk står klar. Du er også meget velkommen til at tage din egen madkurv med.

Der er gratis adgang.

**Tid:** 17. august kl. 18.00 -20.30

**Sted:** Ved gadekæret, Kirkebakke Allé 9, 2625 Vallensbæk

**Bordbestilling:** Der er mulighed for at reservere et bord for 100 kr. Reservering foregår i Sognegården ved Vallensbæk Kirke den 5. august kl. 9-11. Der er 60 borde, og det er først til mølle.

## Fredagscaféen er åben hver uge

**ÅBEN CAFÉ** Kig forbi fredagscaféen til en gratis kop kaffe og få en hyggelig snak med de andre gæster. Caféen er åben for alle hver fredag kl. 10-12 (lukket i skoleferier). Fredagscaféen drives af frivillige, der på skift sørger for at brygge en dejlig kop kaffe og sætte gang i den hyggelige stemning. Kig forbi - vi glæder os til at se dig!

**Adresse:** Mødelokalet i Sundhedshus Nordmarken, Tværbækvej 1.



# STINES LIVRET

## - Fisketacos med mangosalsa



Jeg kan slet ikke tælle, hvor mange gange vi har hørt børn sige, at de slet ikke kan lide fisk, for så at vende på en tallerken, når de har været med til at lave den. Jeg elsker selv fisk, og en af mine absolutte livretter er fisketaco, siger Stine Elmer Madsen. Sammen med Sune Hybel Olsen udgør hun Madborgerskab i Vallensbæk Kommune.

*Hvis man er til en mere knasende oplevelse, kan man bytte tortillas ud med sprøde tacoskaller.*



### Det skal du bruge 8-10 små tacos:

#### Fyld:

400 g hvid fisk  
2 æg  
Ca. 3 dl panko-rasp  
Olie til stegning  
1-2 hjertesalat

#### Salsa:

1 moden mango  
1 grøn chili  
½ rødløg  
½ agurk  
Saft af 1 lime  
1 håndfuld koriander  
Salt og peber

#### Dressing:

3 spsk. creme fraiche  
2 spsk. mayonnaise  
1 spsk. chilisaucé  
2-3 spsk. limesaft

#### Tacos:

8-10 små tortillas

### Sådan gør du:

#### Fyld:

1. Skyl salaten og snit den fint.
2. Skær fisken i stykker på ca. 3 cm.
3. Krydr stykkerne med salt og peber.
4. Vend dem først i mel, derefter i pisket æg og til sidst panko-rasp.
5. Steg fisken gylden og sprød i olie på en varm pande.

#### Salsa:

1. Skær mango og agurk i små tern.
2. Hak løg og chili fint.
3. Skyl og hak koriander.
4. Vend det hele sammen med limesaft.
5. Smag til med salt og peber.

#### Sådan samler du din taco:

1. Lun tortillas på en varm og tør pande.
2. Fyld dem med salat, fisk, salsa og dressing.
3. Server dem med din favorit chilisaucé og nyd dem i godt selskab.





## KLIP DIN HÆK – inden Skt. Hans

**HAVEARBEJDE** Som haveejer er det vigtigt, at du fjerner ukrudt fra dit fortov og klipper din hæk, så der er 20 cm ud til fortovet.

Det er vigtigt at få klippet hække og buske, så de ikke hænger ud over fx vejskilte og gadelamper. En tommelfingerregel er, at det skal ske inden Skt. Hans. Men hold også øje med hækkenes beboere. Hold øje med om der er dyr og fugle i hæk og buske. En busk eller hæk er et attraktivt sted for fuglere, fordi bladene er så tætte. Hvis hækken beskæres, kan reden pludselig stå til åbent skue for sultne fjender. Så vær varsom.

I kan aflevere jeres ukrudt, grene osv. på Brøndby genbrugsstation.

### Månedens billede



♥ **zikonmast** Tak til @louisjarto for den fede koncert i containeren uden foran døren

#vallensbæknu

Del dine billeder med os på Instagram

Tag dem med #vallensbæknu

## Sommeren på Korsagergård

Seniorhuset Korsagergård holder i år sommeråbent to dage om ugen. Der er åbent tirsdage og onsdage kl. 10-15 fra og med uge 26 til og med uge 32. De fleste aktiviteter foregår udenfor. Under sommeråben vil mange aktiviteter opstå spontant, og du kan deltage ved bare at møde op. Seniorhuset åbner igen den 15. august kl. 10.



*Borgmester Henrik Rasmussen var med til det første spadestik af den nye støjskærm.*

## Ny støjskærm

**MINDRE STØJ** Frem til november 2023 bygger Vejdirektoratet ny støjskærm langs Holbækmotorvejen. Opsætningen forventes at vare til og med november 2023.

Støjskærmen bliver omkring 2 km lang og 7 m høj. Den skal stå på den nordlige side af motorvejen nær Vallensbækvej i Vallensbæk. Skærmen er et ud af en række projekter vedrørende bekæmpelse af trafikstøj, som der blev afsat penge til i Infrastrukturplan 2035.

Fra venstre mod højre er det Senuja 13 år, Mikkel 12 år, Benjamin 12 år, Ali 12 år, Christian 11 år og Kaif 12 år, der alle spiller U13 i Vallensbæk Badminton.  
Foto: Daniel Sjøgren Andersen.



## Ungdomshold fik *flot DM-resultat*

*U13-drenge fra Vallensbæk  
Badminton fik sølv*

**BADMINTON** Seks seje spillere fra Vallensbæk Badminton kan være rigtig god tilfredse med sig selv i disse dage. Ali, Mikkel, Kaif, Christian, Senuja og Benjamin fra Vallensbæk Badminton har igennem sæsonen spillet op mod 152 andre U13-hold og udmærket sig som et af de 26 bedste hold i deres række. Det udløste en billet til Danmarks-mesterskaberne i Slangerup i slutningen af april, hvor holdet spillede sig til finalen og fik en flot 2. plads.

- Bedrifterne fra de seks drenge har igennem sæsonen været helt outstanding. Bedst af alt har været den holdånd og kammeratskab, som drengene har vist, siger Daniel Sjøgren Andersen, der ud over at age-

re holdleder også er far til en af spillerne.

### **Stærkt klubresultat**

I en lille klub som Vallensbæk, som ikke har en eliteafdeling, søger de dygtige spillere typisk videre til de større klubber i lokalområdet. Derfor er 2. pladsen ved DM et virkelig flot resultat, fortæller bestyrelsesmedlem Lars Panther-Jensen fra Vallensbæk Badminton.

- At drengene blev nr. 2 ud af de 26 bedste hold fra hele landet i den gruppe, er virkelig en stor bedrift i vores klub, siger Lars Panther-Jensen.

## Letbane- byggeri rykker

### **ANLÆGSARBEJDE**

Siden spærringen af Søndre Ringvej i april har byggeriet af den grønne letbane virkelig taget fart. Den seneste opgørelse fra Hovedstadens Letbane viser, at anlægsarbejdet i Vallensbæk er 70 procent færdig. Du kan se flere fakta om status på byggeriet langs hele strækningen på [vallensbaek.dk](http://vallensbaek.dk) eller [dinletbane.dk](http://dinletbane.dk)



# Vi er Vallensbæk

Vi er Vallensbæk er en portrætserie af borgere, virksomheder og ansatte i Vallensbæk. Hende, du møder i supermarkedet, ham, du køber dit brød af, og dem, der henter dit affald.

I denne måned møder du Anja Takacs, der lever af at lave perler. Hun har virksomheden "Krea by Anja Takacs", hvor hun udarbejder mønstre og giver inspiration til kreativ perlepynt. Hun har over 52.000 følgere på Instagram, hvor hun hver dag viser sine perler frem.



Hvem skal vi interviewe?

send dit bud til [kommunikation@vallensbaek.dk](mailto:kommunikation@vallensbaek.dk)

**INFLUENCER** Ved første øjekast ligner det blot en smuk, lyserød blomsterkrans, der pryder hoveddøren hos familien Takacs, men ved nærmere eftersyn bliver man klar over, at blomsterne ikke kan visne. De er nemlig lavet af perler. Det er slet ikke så svært, som det måske lyder, for bag døren bor perledamen Anja, kvinden bag "Krea by Anja Takacs" med sin familie.

Det har altid ligget naturligt til mig at være kreativ, så jeg har kastet min kærlighed på perlerne, for der er så mange muligheder, siger Anja Takacs.

### Man kan lave alt

Det hele startede med en natlampe, min datter Melanie havde udset sig. Den kostede over 1000 kroner, så jeg tænkte, jeg godt kunne gøre det billigere, hvis jeg lavede den i perler. Som sagt, så gjort. Perlerne blev sat på pladen, og Melanie blev meget glad for den.

Jeg var også selv lidt stolt, så jeg postede nogle billeder på de sociale medier, og så fik jeg ellers bare et hav af beskeder fra folk, der gerne ville have perlemønstret.

Det skabte et kæmpe drive i mig, at folk kunne lide de ting, jeg lavede, så det var let at blive ved.

Derfra tog det fart, for man kan man jo lave alt i perler. Jeg endte med at sige mit job som kundefrådgiver hos Carglass i Albertslund op for at blive selvstændig.

Gennem tiden er det blevet til alt lige fra flag, smykker, nøgleringe og fastelavnskostumer til julepynt, blomster, kæledyr og drømmefangere.

### Lokalområdet inspirerer

Når jeg går rundt om Vallensbæk sø, ser jeg jo både fugle, firben, træer, blomster og meget mere, som inspirerer mig til det næste mønster eller det næste tema.

Og så får jeg jo også inspiration af mine to børn. Det er jo langt fra alle børn, der kan være en del af deres forældres arbejde, men det kan mine, og det nyder vi.

Jeg har også været ude på Pilehaveskolen, hvor de går, for at lave perlemønstre til undervisningsforløb om det vilde vesten og om havet. Der er en masse læring i at lave perler. Man kan tælle dem, snakke om farver, træne finmotorikken og være kreativ i designfasen.

## MERE OM ANJA TAKACS

- Hun har udgivet 10 bøger med perlemønstre og inspiration
- Hun har en tatovering af fire perler på sin højre ankel
- Da parret havde kobberbryllup, var skiltet på æresporten lavet af perler
- Hun drømmer om et samarbejde med Disney