

Det Grå Guld i Brøndby



Udgivet af Seniorrådet
Oktober 2026

Bag kulissen hos Seniorrådet: Sådan arbejder vi for dig 😊

De ni medlemmer af Seniorrådet i Brøndby Kommune har nok at se til. Som seniorernes officielle øjne og ører følger rådet hverdagen tæt og sikrer, at de ældres stemme bliver hørt.

Hver måned samles Seniorrådet med kommunens forvaltning. Formålet er klart: De kommunale dagsordener skal endevendes, så alt, hvad der har betydning for seniorerne i Brøndby, bliver grundigt belyst. Det fører ofte til livlige diskussioner over de to timer, et møde typisk varer. Inputtene fra Seniorrådet bliver efterfølgende sendt videre til de politiske udvalg, så politikerne har seniorernes perspektiv med i bagagen, når de tager de endelige beslutninger.

Men arbejdet starter længe før selve mødet med forvaltningen. Forud for hvert møde holder Seniorrådet nemlig et internt formøde. Her gennemgås de udvalgte kommunale dagsordenspunkter minutløst. Der bliver tilføjet, rettet og slettet, så rådet står skarpest muligt og sikrer det bedst mulige resultat for borgerne.

Dialog med politikerne og stærke netværk

Formelle høringsvar gør det dog ikke alene. For at styrke det direkte samarbejde mødes Seniorrådet et par gange om året med kommunens forskellige udvalgsformænd. Her bliver kemien plejet, samarbejdet drøftet, og rådet bliver opdateret på, hvad der kommer til at røre sig i Brøndby i den nærmeste fremtid.

Indflydelsen stopper heller ikke ved kommunegrænsen. Brøndby Seniorråd har et tæt og givende samarbejde med de andre senior- og ældreråd i "Kreds 8". På tværs af nabokommunerne bliver der delt udfordringer, erfaringer og gode råd. Netværket er desuden tæt koblet på Dansk Ældreråd, hvilket sikrer, at Brøndby altid har den nyeste landspolitiske viden lige ved hånden.

Dette stærke samarbejde har blandt andet udmøntet sig i et helt nyt netværk i relation til den nye Sundhedsreform. Her er "Kreds 8" Seniorrådene på vej til at sikre sig en direkte kanal til at levere input til Sundhedsrådet, så de lokale seniorers interesser også tænkes ind i fremtidens sundhedsvæsen. Rådet deltager desuden gerne i Dansk Ældreråds Dialogmøder og er altid repræsenteret på den årlige landskonference.

Tæt på hverdagen på ældrecentre

Noget af det allervigtigste for Seniorrådet er dog den nære kontakt til hverdagen i Brøndby. Derfor er der tilknyttet ét medlem og én suppleant til hvert af kommunens ældrecentre, hvor de deltager aktivt i bruger-pårørende-møderne.

Referaterne fra plejehjemmene er guld værd, og rådet sætter stor pris på den tætte dialog – og takker så vidt mulig ja, når der bliver invitationer ind til lokale arrangementer og events på centrene.

Mød os i hverdagen – og skriv til "Det Grå Guld"

Du har sikkert også mødt Seniorrådet i bybilledet. Rådet har igen i år været dybt involveret i den lokale Seniormesse, hvor vi står klar med egen stand og en forhåbentlig god snak med borgerne. 😊

Sidst, men bestemt ikke mindst, udkommer rådets eget blad "Det Grå Guld" fire gange om året. Magasinet er spækket med relevante artikler, gode boganmeldelser, sjove "Vidste du..."-fakta og meget mere.

Vil du have dit indlæg med? Seniorrådet vil utrolig gerne høre fra dig! Hvis du har noget på hjerte, en god historie eller et emne, der bør tages op, kan du sende dit bidrag til seniorrad@brondby.dk inden næste deadline som er den 1. december 2026.

Skrevet af: Anni Bøgh Helander

VIDSTE DU ...



- at der NU er caféer i begge kulturhuse i Brøndby Kommune
- at "Kaféen i Kilden" har til huse i Kulturhuset Kilden
- at "Brønden & Bønnen" ligger i Kulturhuset Brønden

Kaféen i Kilden åbnede tirsdag den 1. september 2026 og er et samarbejde mellem Brøndby Kommune ved Brøndby Kulturhuse og Biblioteker, Ældrecentret Nygårds Plads og Erhvervsskolen af 2011, som sammen står for driften af caféen.

Du kan komme forbi til en kop kaffe og dagens kage eller nyde dagens menu eller et stykke smørrebrød i hyggelige omgivelser. Du betjenes af søde unge mennesker fra Erhvervsskolen.

Du kan læse i caféen, hvad der er på menuen. Dagens menu koster 65 kr.

Caféen er et åbent samlingssted og en naturlig del af husets kulturelle aktiviteter med fokus på kvalitet og social ansvarlighed.

Åbningstider: Hverdage fra kl. 8.30 – 14.00

E-mail: kafekilden@dinstu.dk

Adresse: Nygårds Plads 31, 2605 Brøndby

☎ 43 28 20 00 til Brøndby Kulturhuse og Biblioteker
(intet nr. registreret til caféen)



Brønden & Bønnen åbnede fredag den 7. november 2025 og er en café i hjertet af Kulturhuset Brønden. Caféen drives af Meyers Madhus, og der bydes på bagværk, kaffe og grønne retter.

Brønden & Bønnen er meget mere end "kaffe og kanelnurrer" (Meyers udtryk). Den fungerer som et naturligt samlingspunkt i kulturhuset, og du kan spise godt, grønt og billigt.

Caféen er også rammen om madkurser og fællesspisninger – sidstnævnte lejlighedsvis med musikquiz og koncerter.

Åbningstider: Mandag – Lørdag kl. 10.00 – 14.00

E-mail: emmlyk@meyers.dk

Adresse: Brøndby Strand Centrum 60, 2660 Brøndby Strand

☎ 43 28 20 00 til Brøndby Kulturhuse og Biblioteker
(intet nr. registreret til caféen)



Ugens menuer på *Instagram*: @broendenogboennen

Ugens menuer på *Facebook*: Brønden Og Bønnen – Brøndby

Sammen om det gode seniorliv i Brøndby

Kom og vær med til at skabe nye forbindelser mellem mennesker, aktiviteter og steder, når Brøndby Kommune inviterer til fælles workshops den 21/10 og 26/11

Den 18. juni blev skød Brøndby Kommune projektet "Sammen om det gode seniorliv" i gang med et stort kickoff-arrangement. Nu inviterer vi igen seniorer, lokale aktører, foreninger, fællesskaber og andre interesserede til to inspirerende eftermiddage, hvor vi sammen undersøger, hvordan vi kan skabe endnu flere muligheder for, at seniorer kan føle sig forbundet, velkomne og betydningsfulde i lokalsamfundet.

Siden kickoff'en i juni har lokale borgere, foreninger og medarbejdere fra Brøndby Kommune arbejdet videre i lokale netværksgrupper, hvor de bl.a. har undersøgt, hvordan vi kan:

- bruge hinandens erfaringer, idéer og lokalkendskab til at styrke det gode seniorliv
- gøre det lettere for seniorer at finde vej til aktiviteter og fællesskaber
- skabe nye møder på tværs af mennesker og steder
- få øje på ressourcer og muligheder, som allerede findes lokalt

Nu inviterer vi til to fælles workshops, hvor du kan høre om netværkernes arbejde, møde andre fra dit lokalområde og være med til at pege på nye muligheder for et godt seniorliv i Brøndby.

På workshopsene kan du:

- møde nogle af de lokale aktører i netværksgrupperne
- blive inspireret af de første erfaringer og idéer
- opdage aktiviteter, fællesskaber og steder i Brøndby
- dele det, du selv kender, savner eller har af ideer til et skabe et godt seniorliv
- finde nye mennesker at følges med til aktiviteter
- være med til at skabe det gode seniorliv i dit lokalområde

Tid og sted:

Workshop 1

21. oktober kl. 15.30–18.00

Gildhøjhemmet, Møllesalen

Brøndby Møllevej 25

2605 Brøndby

Tilmeld dig senest den 14. oktober

Workshop 2

26. november kl. 15.30–18.00

Kulturhuset Kilden, Teatersalen

Nygårds Plads 31

2605 Brøndby

Tilmelding senest d. 12. november

Du er velkommen til at deltage begge dage eller blot én af dem. Der vil være kaffe, lidt godt at spise og god tid til samtaler.

Vil du høre mere eller tilmelde dig?

Kontakt Kristina Dyrland, frivillighedskonsulent i Brøndby Kommune

Mail: frivillig@brondby.dk / Tlf.: 21 67 48 38

Smil, hjerterum og hjemmelavet mad: Mød de unge talenter i Kafeen i Kilden!

Når du træder ind i Kulturhuset Kilden, bliver du ikke bare mødt af duften af friskbrygget, økologisk kaffe og lune, hjemmebagte boller. Du bliver først og fremmest mødt af et smil. Bag disken i **Kafeen i Kilden** står nemlig et hold fantastiske, unge mennesker, som glæder sig til at tage imod dig.

Et meningsfuldt fællesskab og ægte arbejdsglæde

Kafeen drives i et tæt samarbejde mellem mig og en gruppe engagerede STU-elever fra Erhvervsskolen af 2011. Vores elever har forskellige udfordringer, men det, der skinner igennem, er deres smittende arbejdsglæde, store hjælpsomhed og ægte lyst til at tale med gæsterne.

For eleverne er kafeen en tryk og værdifuld ramme om en rigtig arbejdsplads, hvor de vokser med opgaven. Det kræver mod at betjene gæster og tage imod bestillinger, men det er fantastisk at opleve den stolthed og selvtillid, de opnår, når de møder opbakning fra byens borgere. De elsker en lille snak over disken, så du skal endelig ikke holde dig tilbage med at veksle et ord med dem!

Visionen: Det gode håndværk og mad lavet fra bunden

Min klare vision for Kafeen i Kilden er at prioritere kompromisløs kvalitet frem for et uoverskueligt menukort. Jeg lægger vægt på at lave god mad fra bunden af ordentlige råvarer – mad, der smager ægte og hjemmelavet. Samtidig vil vi gerne forkæle vores gæster med retter og smagsoplevelser, som man måske ikke selv lige får sat i gang med at lave derhjemme i sit eget køkken. Dette vil jeg også gerne give videre til vores elever.

Vi satser på en alsidig menuplan, der favner bredt: Her er noget for både seniorer og pensionister, børnefamilier og voksne midt i mellem.

Det kan du glæde dig til i caféen:

- **Hver dag:** Friskbagte boller med smør samt ost, marmelade eller pølse, samt lækker kage og vores populære kanelsnurrer til den søde tand.
- **Frokost og varme retter:** En fast, velmagende varm ret – det kan være alt fra klassisk "mormormad" som boller i karry til grøntsagslasagne.
- **Mandagssuppe:** Vi kickstarter ugen med en skøn, varmende skål suppe.

- **Nem hverdags-takeaway:** Har du ikke tid til at sidde ned, kan du heldigvis købe det hele med hjem – både den varme mad, de hjemmebagte boller og kagerne.

En fantastisk modtagelse og håb om stærke madfællesskaber

Vi er stadig i en spændende opstartsfase, men vi er indtil videre blevet taget rigtig, rigtig godt imod af byen og husets gæster. Det er en fornøjelse at mærke den store opbakning. Allerede nu kan vi se, at mange af vores gæster bruger caféen som et fast mødested for at pleje deres fællesskaber. Vores store håb er, at endnu flere fremover også vil bruge caféen til at slå sig ned og spise sammen med andre i hyggelige madfællesskaber på tværs af husets besøgende.

Et varmt samlingspunkt for alle

Kafeen i Kilden har åbent **alle hverdage fra kl. 8.30 til 14.00**. Uanset om du vil starte formiddagen med en kop økologisk kaffe, nyde en god frokost eller hente aftensmaden eller lidt godt til kaffen med hjem, står både eleverne og jeg klar til at byde dig velkommen.

Vi glæder os til at se dig i caféen!



Af Rosalina Duus, lærer og køkkenleder

Halloween – hygge uhygge, minder og efterårsstemning



Når kalenderen nærmer sig den 31. oktober, bliver dagene kortere, og efterårets mørke mærkes tydeligt. I mange danske kvarterer lyser små græskarlygter op foran husene, og man kan møde børn iført sjove, fantasifulde og måske lidt uhyggelige kostumer.

For mange ældre danskere er Halloween en forholdsvis ny tradition. Da man selv var barn, var det især fastelavn, der gav anledning til udklædning og fest. Men selv om Halloween er kommet til senere, rummer højtiden noget, som vi kender fra mange andre traditioner: glæden ved at være sammen, hygge sig og skabe lidt ekstra liv i hverdagen.

En gammel tradition

Halloween har faktisk rødder langt tilbage i historien. Traditionen forbindes blandt andet med den gamle keltiske højtid Samhain, som markerede overgangen fra sommer til vinter. Senere blev traditionerne blandet med kristne skikke, og Halloween-navnet stammer fra *All Hallows' Eve* – aftenen før Allehelgensdag. Allehelgensdag har i Danmark gennem tiden været forbundet med eftertanke og med at mindes mennesker, som ikke længere er iblandt os. Det giver efteråret en særlig stemning, hvor både minder og fællesskab kan få plads.

Lys i efterårsmørket

Et af de hyggeligste symboler på Halloween er græskarlygten. Når mørket falder på, står de små lys og lyser op ved hoveddøre og indkørsler. Det er en enkel tradition, men den

kan skabe en varm og hyggelig stemning på en mørk efterårsaften.

Og måske er det netop lyset, der er værd at lægge mærke til. Midt i efterårets mørke kan et lille lys minde os om hygge, varme og fællesskab.

Når børnene banker på

For mange er det særligt hyggeligt, når børnene kommer forbi i deres kostumer. Der bliver måske banket forsigtigt på døren, og udenfor står en lille heks, et spøgelse eller en superhelt og venter spændt.

Et stykke slik, et smil og et par venlige ord kan være nok til at gøre både børn og voksne glade. Det er en lille stund, men sådanne små møder mellem generationerne kan være noget af det, der gør en højtid værd at fejre.

Nye traditioner og gamle minder

Halloween er måske ikke en tradition, man selv voksede op med, men det betyder ikke, at den ikke kan finde sin plads. Traditioner forandrer sig gennem tiden. Nogle holder vi fast i, andre forsvinder, og nye kommer til.

Det vigtigste er måske ikke, om traditionen er gammel eller ny. Det vigtigste er de mennesker, vi deler den med.

Så når græskarlygterne igen lyser i efterårsmørket, og børnene banker på dørene, kan Halloween være en anledning til at smile, mindes tidligere tiders højtider og glæde sig over de små øjeblikke, der skaber varme i en mørk tid på året.

Skrevet af Annette Bjørn Henriksen

Boganmeldelse: "De Elendige" skrevet af Victor Hugo



Jeg har glædet mig til at anmelde denne bog, idet den efter min mening er den bedste bog jeg har læst.

Denne dejlige bog er både et heltedigt og smædeskrift med blodigt drama og lyrisk inderlighed.

Jeg kom Ihvertfald igennem hele følelsesregister under læsning af bogen.

Og det er vel heller ikke uden grund at den er en af verdenslitteraturens folkelige klassikere.

Bogen er skrevet af Victor Hugo: "De elendige"

Det er fortællingen om Jean Valjean, der af nød stjæler et par brød og som straf få 19 år som galejslave. Jean Valjean kæmper resten af sit liv en hård kamp, for at kunne leve et agtværdigt liv, specielt for at hjælpe andre med at komme op af deres elendighed, som han møder overalt i Frankrig i 1800-tallet.

Romanen handler om en verden i opbrud, og skildrer med social indignation de forfærdelige vilkår, samfundets nederste må leve under.

Jean Valjeans livslange opgør med politipræfekten Javert, der er hans ærkefjende, kulminerer under den blodige revolte i 1832.

Skrevet af Elsebeth Paustian



Jul - minder, traditioner og varme i vintermarkedet

Julen er en tid, hvor mange af os sænker tempoet og lader tankerne vandre tilbage. Måske vækker duften af frisk gran minder om stuen, hvor juletræet stod pyntet med flettede hjerter, blanke kugler og levende lys. Måske kan du stadig høre de gamle julesange fra radioen eller mærke den særlige spænding, der fyldte huset, når juleaften nærmede sig.

For mange ældre mennesker er julen tæt forbundet med traditioner, der har fulgt familien gennem et langt liv. Nogle skikke er næsten uforandrede, mens andre stille har tilpasset sig en ny tid. Men fælles for dem er, at de skaber genkendelse, tryghed og glæde.

Jul som i gamle dage

Tidligere var julen ofte mere enkel. Gaverne var færre, og meget blev lavet med hænderne derhjemme. Ved køkkenbordet blev der klippet julepynt af rødt og hvidt papir, flettet julehjerter og foldet kræmmerhuse. Måske blev der også lavet en lang guirlande, som børnene forsigtigt hæftede sammen, led for led.

Julegaverne kunne være hjemmestrikkede sokker, et par varme vanter eller noget praktisk, som der var brug for. Alligevel kunne glæden være stor. En lille pakke med blankt papir og snor omkring kunne føles helt særlig, fordi man vidste, at nogen havde tænkt på én.

Der blev også bagt efter opskrifter, som var gået i arv fra mor eller bedstemor. Dejen til brunkagerne duftede af kanel, nelliker og sirup, mens småkagerne blev lagt på pladen. Måske blev der smagt på en enkelt, selv om de egentlig skulle gemmes til jul.

Forberedelserne tog tid, men det var netop en del af hyggen. Man havde tid til at være sammen, mens der blev pyntet, bagt og gjort rent. Der var måske travlt, men ikke nødvendigvis den samme hast, som mange oplever i dag.

Duften af jul

Julens dufte kan åbne døren til gamle minder. Duften af gran fra juletræet blander sig med stearinlys, appelsiner og krydderier. I køkkenet kan man mærke varmen fra ovnen, mens flæsketegen langsomt bliver færdig, og kartoflerne står klar i gryden.

Måske husker man lyden af en grydeske mod kanten af en skål eller knitren fra fedtstoffet på panden. Måske stod radioen tændt i baggrunden med julemusik, mens familien gik ind og ud af køkkenet.

For nogle er det duften af risengrød, der vækker minder. For andre er det vaniljekranse, klejner eller den varme gløgg, der fylder rummet med duft af kanel og nelliker. Sådanne sanseindtryk kan få fortiden til at føles nærværende, næsten som om man igen står i barndommens køkken.

Minderne fortæller historien om vores liv og om de mennesker, vi har delt julen med. De minder os om hænder, der pyntede, bagte og dækkede bord, og om stemmer, som måske ikke længere er iblandt os.

Juleaften

Juleaften er for mange årets mest traditionsrige aften. Juletræet står pyntet i stuen, og de små lys kaster et varmt skær på væggene. Grenene dufter friskt, og under træet ligger pakkerne i forskellige størrelser – nogle bløde, andre hårde og spændende at gætte på.

Når familien samles omkring middagsbordet, er der ofte en særlig stemning. Tallerkenerne er måske fundet frem fra skabet, glassene står blanke, og servietterne er foldet pænt. Maden bringer minder med sig: den sprøde svær på flæskestegen, den søde rødkål, de brunede kartofler og den kolde risalamande, hvor alle håber at finde mandlen.

Efter maden venter dansen omkring juletræet. Hænderne finder hinanden, og familien bevæger sig langsomt rundt, mens de gamle julesange bliver sunget. Nogle synger højt, andre nynner med, men alle er en del af øjeblikket.

Børnene venter spændt på gaverne, mens de voksne måske nyder synet af deres forventningsfulde ansigter. For mange voksne handler juleaften dog mindst lige så meget om samvær. Det er glæden ved at sidde sammen, dele minder og mærke, at man hører til.

Julen forandrer sig

Julen er ikke helt den samme, som den var for 50 eller 60 år siden. Nye traditioner er kommet til, og hverdagen ser anderledes ud. I dag bliver mange julegaver købt i butikker eller bestilt på nettet, og julepynten kan være mere farverig og omfattende end tidligere.

Alligevel er meget stadig genkendeligt. Julelysene bliver tændt. Julemusikken spiller. Der bliver sendt hilsner til familie og venner, og mange samles stadig omkring et festligt måltid.

Måske er det netop det, der gør julen så særlig. Den forbinder fortid og nutid. De gamle traditioner giver trykthed, mens nye skikke langsomt bliver en del af familiens historie. Et nyt julepyntet hjerte kan med tiden blive lige så betydningsfuldt som det gamle, der har hængt på træet i årtier.

En tid til nærvær

Julen behøver ikke være perfekt eller fyldt med store gaver. Det vigtigste kan være en kop kaffe ved køkkenbordet, hvor man får tid til at tale sammen. Det kan være en telefonsamtale med en, man holder af, et gammelt julekort i postkassen eller et besøg, der lyser hele dagen op.

For nogle kan julen også være en tid, hvor savnet efter dem, man har mistet, mærkes ekstra stærkt. En bestemt julesang, en duft eller en plads ved bordet kan minde os om mennesker, som engang var en vigtig del af julen. Det kan gøre ondt, men minderne rummer også kærlighed og taknemmelighed.

Derfor må julen gerne rumme både glæde og eftertanke. Man behøver ikke altid være munter. Der skal også være plads til stilhed, savn og de minder, som kommer, når man ser ind i et levende lys.

Julen handler i sidste ende om mennesker. Om dem, vi har kendt, dem vi stadig har omkring os, og dem vi giver videre til gennem vores historier og traditioner.

Når julelysene tændes i de mørke vinteraftener, kan de minde os om, at selv et lille lys kan skabe varme og glæde. Måske er det netop julens største gave: følelsen af, at vi hører sammen, og at minderne fortsætter med at lyse.

Danmark spiser sammen i Brøndby i uge 45.
Brøndby Kommune og Kirkerne i Brøndby inviterer til et inspirerende oplæg.

Sorgen når to bliver til én



Kirsten Bærentzen er sorgrådgiver, foredragsholder og leder af sorggrupper for voksne, og har medvirket som fagperson i DRTV-programmet "Anne og sorgen".

Kom og hør et oplæg om det at miste.

Den 5. november 2026

Kl. 11-13.30
i Møllesalen,
Brøndby Møllevej 25

Arrangementet
er gratis
og for dig,
der har mistet.

"Sorgen - når to bliver til én"

Kom til et nærværende oplæg om at være efterladt, om kærlighed og savn – og om at finde fodfæste i et liv, der blev anderledes end man havde forestillet sig.

At miste den, man har delt livet med, forandrer alting. Mange oplever følelser og reaktioner, som kan være svære at forstå. Med varme, indsigt og genkendelige eksempler sætter Kirsten Bærentzen ord på sorgen og viser veje til at leve videre med tabet.

Kirsten Bærentzen er sorgrådgiver, foredragsholder og leder af sorggrupper for voksne, og har medvirket som fagperson i DRTV-programmet "Anne og sorgen".

Dagen byder ydermere på information om fællesskaber og tilbud i Brøndby, som kan give støtte i sorgen.

Vi serverer kaffe/the og en sandwich.

Arrangementet er gratis og åbent for dig, der har mistet. Husk blot at tilmelde dig, da der er begrænset antal pladser.

Tilmelding:

Senest den 28. oktober 2026 til tlf: 51480497
eller CGF@brondby.dk og www.danmarkspisersammen.dk



Kirkerne
i Brøndby



Brøndby
Kommune



Fællesskab, oplevelser og aktiviteter for voksne og seniorer

Er du voksen eller senior og har lyst til nye oplevelser, motion eller hyggeligt samvær? Brøndby Kommune tilbyder et væld af fællesskaber og aktiviteter, hvor du kan møde nye mennesker, opleve nærområdet og få inspiration til hverdag og fritid.

Cykeltursvenner

Tag med på en hyggelig el-rickshaw-tur med en frivillig cykeltursven. Turen tilpasses dit tempo og giver gode oplevelser i nærområdet.

Demenskor

Syng velkendte sange i et trygt fællesskab for mennesker med demens og deres pårørende. Musikken skaber glæde, genkendelse og nærvær.

Fortæl for livet

Del livshistorier i små grupper med andre seniorer. Her er plads til både at lytte og fortælle i et trygt og hyggeligt fællesskab.

Brøndby gå-buddies

Deltag i hyggelige gåture i naturen og oplev Brøndby sammen med andre. Der er både korte og længere ture i forskellige tempoer.

Gå-hold for hjertepatienter

Gåture i trygge rammer for borgere med hjerteproblemer. Vi går i roligt tempo med plads til samtale og pauser.

Kulturbedster

Oplev kulturelle aktiviteter sammen med dine børne- eller oldebørn og andre bedsteforældre. Fællesskab og gode oplevelser i centrum.

Madklub for enker og enkemænd

Lav mad og spis sammen med andre, der har mistet en partner. Et hyggeligt fællesskab med plads til samtale og samvær.

Syng dig glad

Syng sammen med andre i et uformelt fællesskab med plads til alle. Her er glæden ved musik og samvær det vigtigste.

Vandrehold for enker og enkemænd

Deltag i vandreture og fællesskab med andre, der har mistet en partner. Her er plads til både samtale, støtte og motion.

Se alle tilbud på www.brondby.dk/aktivsenior eller kontakt Camilla Westerback, frivillighedskonsulent, på tlf. 43 28 21 73 / frivillig@brondby.dk – vi glæder os til at byde dig velkommen.



Brøndby
Kommune



Hvad sker der ellers...



På oplevelvbrondby.dk finder du hele Brøndbys digitale kulturkalender fyldt med oplevelser. Du kan vælge imellem koncerter, teaterforestillinger, foredrag og meget mere. Gå på opdagelse i de mange spændende arrangementer skabt af lokale aktører, foreninger og kulturinstitutioner med tilknytning til Brøndby Kommune.

Her får du et lille udpluk af aktuelle oplevelser fra oplevelvbrondby.dk

4. november Kl. 18.00 – 20.00	Biblioteket i Kilden AI-workshop for begyndere – kom godt i gang med ChatGPT		Gratis
12. november Kl. 19.00 – 21.00	Biblioteket i Kilden Forfattersamtale: Niels Krause-Kjær	En samtale om litteratur, historie, identitet og de fortællinger, der binder generationer sammen.	Pris: 65 kr.
14. november Kl. 20.00 – 21.30	Teatersalen i Kilden Koncert med <i>Smokie Jam</i>	Et af Europas stærkeste Smokie- hyldestbands. Publikum tages med tilbage til 1970'ernes store rockklassikere.	Pris: 95 kr.
18. november Kl. 17.30 – 19.00	Brønden & Bønnen Fællesspisning og Musikquiz	Der serveres en skøn "surprise ala Brønden & Bønnen".	Priser: Voksne: 85 kr. Børn (u. 12): 45 kr.
2. december Kl. 17.30 – 19.00	Brønden & Bønnen Fællesspisning og Julebanko	Der serveres risengrød og den vegetariske juleklassiker "Smækesteg". Drikkevarer kan købes i caféen.	Priser: Voksne: 85 kr. Børn (u. 12): 45 kr.
10. december Kl. 19.30 – 21.20	SOSU H – Erhvervsskole Julekoncert med <i>Voices In Harmony</i>	I pausen kan der købes kaffe, te, vand, kage. Du kan også deltage i amerikansk lotteri.	Pris: 140 kr. + gebyr
11. december Spisning Kl. 18.00 Koncert Kl. 19.30	Kulturhuset Brønden Arr. Brøndby Jazzklub <i>Kingos Swing Band & Kirsten Siggaard</i>	Swingende jazz, evergreens og danske numre.	Pris: 75 kr. / 125 kr. Husk at bestille spisning senest søndag før arrangementet hos kassereren. Tlf. 22 98 26 03

Nyttige informationer:

Billetter købes via et link under hvert enkelt arrangement på oplevelvbrondby.dk

Kulturhuset Kilden – Nygårds Plads 31, 2605 Brøndby

Kulturhuset Brønden – Brøndby Strand Centrum 60, 2660 Brøndby Strand

SOSU H – Brøndby Møllevej 4, 2605 Brøndby

[Oplev Brøndby](http://oplevelvbrondby.dk)



Seniorrådet ønsker jer alle et aktivt efterår og en superdejlig december måned

3	Nervøs reaktion	Græsk bogstav	Vokal	Tager i mundten	Kendt Løvring	Museum	Stige	Uklar	Før B	Søstrene	Mål
Ser man til Hallow een											
Udbrud			Jomfru Gibbet						Lege Træ		
Klinker											Enhed
Står i Lem		Spy Navn			Film Asger			Antilope Vræle			
WEB									Tal Bange		
Ramme						Ikke ned	Bundet Ens				
Busk				Rigt To gange i udhus							
Slåning											God Jul og godt Nytår

Løsning på sidste nummers krydsord =>

Bladet "Det Grå Guld" udkommer næste gang efter kartoffelferien – nemlig i november måned.

Har du gode ideer, debatindlæg, en spændende bog du gerne vil anmelde, eller andet du gerne vil have i bladet. Så send os dit bidrag/input til: seniorraad@brondby.dk senest den 1.december 2026

Redaktion: Annette, Anni, Elsebeth, Jette og Susanne

2	Fisk	Bibelsk navn	19. bogstav	Rum station	Helt fint	By	Engelsk titel	Tal	Høbet del	Ligner en mange	Årstad
Tilbud i Brøndby 2 ord	S	E	N	I	O	R	M	E	S	S	E
Spise	I	S	Høgle Ø	S	K	O	R	T	E		F
Land	L	A	O	S	Efter L Ruin	M	Hån	Hånen er oppe Kunstig intelligens	N	A	T
Uklog	D	U	M	Spise Høle	L	A	S	A	G	N	E
Sår i Borden	E	Legeme- del Brugte på et skib	Ø	J	E	Tætte Ruse	P	I	E		R
Dyre foder	H	Kalken udstyr Findes	Ø	V	N	E	Førve Tone	B	L	Å	
Guderne	A	S	E	R	N	E	Høst redskaber	L	E	E	R
Metal	J	E	R	N		T	R	A	N	G	