



VANGEDE BYCENTRUM

**Sommer 2013**

75. nummer • 20. årgang

## Vi kan ikke få armene ned

Vi har knoklet, der har været holdt mange møder, og der har også været en række store publikumssucceser ved vores arrangementer. Vangedeborgerne har virkelig taget Vangedes Venner til sig, vi er nu 525 medlemmer, og rigtig mange af disse Vangede Venner er enten med i en af vores mange grupper eller direkte aktive med at planlægge endnu flere festligheder og flere aktiviteter, som vi kan mødes om.

Vi betragter os selv som en succes med rige muligheder for at virkeliggøre det at tage ejerskab over sin egen bydel. Vi føler også, at der bliver lyttet til os på rådhuset, og dermed opnår vi en indflydelse på vores egen bydel. Vi ønsker ikke kun indflydelse; vi vil også vise at ved at tage ejerskab over vores bydel tager vi medansvar for, at det bliver sjovere at bo i Vangede med endnu mere kultur, endnu mere samvær og endnu mere fælleskab med 'risiko' for, at der opstår nye venskaber.

Vi har fået utrolig god opbakning fra alle sider, medlemstallet taler for sig selv. Men også erhverslivet har bakket os op med sponsorater, som gør at vi kan gøre endnu mere.

## Initiativprisen 2013

Det sidste nye er, at kommunalbestyrelsens begejstring for vores tiltag har fået dem til at vælge Vangedes Venner som modtager af Gentofte Kommunes initiativpris 2013.

Bestyrelsen for Vangedes Venner er stolt over, at vi her i Vangede i fælleskab er ved at skabe noget så unikt at kommunalbestyrelsen påskønner dette med at give os årets Initiativpris.

**På Vangede Venners vegne:**  
*'Kære politikere, tusind tak for opbakningen.'*

Prisen bliver uddelt ved Fest- og Kulturarrangementet i Vangede, lørdag den 15. juni lige før Sir Henry and his Butlers går på scenen.

*Alle ønskes en varm og festlig sommer Allan og Susanne*

# Vangede Avis

## Vangedes initiativ

31. maj-1. juni  
Børnehjælpsdage



4. juni  
Vangede ta'r skraldet



8. juni  
Vangedes lokalhistorie  
NB ny dato

14.-16. juni  
Fest- og Kultur dage  
Se side 3



## Læs denne gang om

Nyt fra Vangede • Børnehjælpsdage  
Nye muligheder for motion og leg  
Koncertoplevelse • Vangede i gamle dage  
og meget mere

Vangede Avis udgives af AU-Kommunikation i samarbejde med Vangede Bycentrum.

**Sats og tryk:** AU-Kommunikation

**Historisk medarbejder** Niels Ulrik K. Hansen

**Ungejournalist** Sabrina Holm

**Redaktør** Allan Andersen

Deadline til efterårets avis er den 1. august 2013



## Nyt fra Vangede – ifølge den gamle redaktør

### Vangedes Venner tager skraldet



Den 7. maj var skraldegruppen en tur gennem Vangede Bygade. På et par timer i dejligt forårsvejr fik vi samlet en utrolig masse affald.

Vangedes Venner tager skraldet igen den 4. juni kl. 18:00

Alle er velkomne til at hjælpe med at gøre Vangede renere.

*Bent Arper Jensen  
tovholder på gruppen.*

### Indbydelse åbent hus

I den nye Gentofte SportsPark Ved Stadion 6, 2820 Gentofte, hvor GI-TRIM starter den 24. sommersæson. Tirsdag den 4. juni 2013 kl.10

Der startes med et nyt tiltag *kurvebold*, som især er et tilbud til yngre pensionister, men alle, som har mulighed for, at komme og dyrke sin motion om formiddagen, er velkommen – hver tirsdag og torsdag kl.10 i juni og august.

Om tirsdagen dyrkes der motion til musik. Om torsdagen er der frit valg for fri idræt, ringe- og kuglespil.

OBS: Schrapbøger fra 1942+ medbringes med mulighed for

et kig, inden de NU afleveres som lovet og aftalt til Lokalhistorisk Arkiv i Gentofte.

Senior m/k TRIM er udgået fra Gentofte Idræts Klub (GIK) og samvirker stadig.

Støt den sociale formiddagsmotion nu på 24. år med et beskeden gebyr, som hovedsageligt går til, at varetage det sociale sammenhold. Kassen er "GI-Fonden" som kan støttes, med frivillige bidrag året rundt. Bidrag til GI-Fonden kan gives på bankkonto 1551 303-0008

**På forhånd tak for støtten!**

*Venligst:*

*Leif Helsted, Tlf. 39 67 01 22*

*Mail: leifhelsted@mail.tele.dk*

### GVI til Sverige

Søndag den 28. april kørte fire busser med 63 børn, søskende, forældre og bedsteforældre til Helsingborg for at give svensken tærsk.

GVI's årgang 2005 har indledt et samarbejde med Helsingborg IF og Fortuna FF. GVI havde alle sine otte hold i årgangen med. Afdelingen lægger meget vægt på, at alle spillere, uanset fodboldfærdigheder, skal deltage i aktiviteterne. Og landskampe mod Sverige er som i gamle dage årets højdepunkt. Der blev gået til stålet og vores spillere fik lært hvad det vil sige at spille internationalt.

En fantastisk fodbold dag. Med gode kampe, godt socialt samvær og meget lærerigt. Om vi fik givet svensken tærsk. Nej, desværre. De svenske spillere

var vores overlegne og gav os en lærestreg i børnefodbold.

GVI ser frem til et videre samarbejde med begge de svenske klubber og har allerede inviteret dem til klubbens store stævne den 11. august i Nymosen.

### Certificering af Gentofte Kommunes dagplejer

Børn skal have lyst, mod og vilje til at bevæge sig resten af livet og overalt hvor de færdes. De skal lege og lære, øve sig og blive gode til det. De skal have nærværende voksne i nærheden som aktivere og sætter igang. Derfor vil Gentofte Kommunes dagpleje gerne arbejde målrettet med idræt, leg og bevægelse.

DGI udformede et certificeringsforløb, der startede med et kursusforløb på seks moduler, som blev varetaget af undervisere med stor erfaring i undervisning af fagpersonale, som arbejder med børn. Der var både teori og praksis med forskellige aktiviteter.

Forløbet blev afsluttet med en eksamen, hvor der blev lavet en bevægelsespolitik for hele Gentofte Kommunes dagpleje. Så alle dagplejer har nu en bevægelsesplan, der er lavet specielt til dem, som de med stor glæde følger hver dag.

Vi dagplejer i Vangede har et fantastisk godt samarbejde med GVI, hvor vi låner gymnastiksalen 1-2 gange om ugen. For at give vores dagplejebørn, nogle flere og større motoriske udfordringer.

### Mandag d. 10 juni kl. 16.30 i Rådhusshallen

er der certificeringsevent, hvor alle dagplejer deltager og får deres diplom og Gentofte Kommunes dagpleje udnævnes officielt til DGI Idræt- og bevægelses dagpleje. Der vil være fællessang, leg og sjov med DGI og selvfølgelig lidt godt at spise.

### Café-åbning bliver udsat til oktober

Desværre bliver åbningen af vores nye Café udskudt til medio oktober. Årsagen er en del tekniske udfordringer sammenholdt med, at projektet i sin oprindelige form blev noget dyrere, end der var politisk dækning for.

Det betyder på den anden side, at vi får lidt bedre tid til at arbejde med selve indretningen af lokalet, så selv om vi selvfølgelig er lidt ærgerlige over, at vi ikke når at nyde eftersommeren foran caféen, så glæder vi os til oktober, når vi (forhåbentlig) kan byde velkommen indenfor.

*Ole Stephensen*

*Tovholder, Cafégruppen  
Vangedes Venner*

### Café-frivillige søges



Der skal bruges frivillige til driften. En del Vangedevenner har allerede meldt sig men hvis du har lyst til at være med til dette spændende projekt, så kontakt [vangedesvenner@gmail.com](mailto:vangedesvenner@gmail.com) eller 28 20 18 01

Artikler og annoncer afleveres eller sendes til: Vangede Avis, Snogegårdsvej 49, 2820 Gentofte. Tlf. 39 65 74 41. Meget gerne pr. email: [avisen@trykkeren.dk](mailto:avisen@trykkeren.dk). Optagne artikler og indlæg dækker ikke nødvendigvis redaktionens holdning. Der tages forbehold for trykfejl, ligesom vi ikke påtager os noget ansvar for følgevirkning af evt. trykfejl.

**Gastro MEZZALUNA**  
MIDDELHAVS SPECIALITETER

Frisk salat



Tlf: 39 90 25 25

Hos os kan man betale med følgende kort:



Pizza · Salater  
Sandwich

Ved bestilling online og for min. kr. 100,-  
Gratis levering

Åbent  
mandag - lørdag 11-22  
søn- og helligdage 12-22

Vi leverer til selskaber, fest og firma

Vangede Bygade 88  
[www.mezzaluna.dk](http://www.mezzaluna.dk)

## Fuglegårdsvej Fysioterapi

Behandling og genoptræning af muskler, led og ryg.



- Idrætsskader
- Rygtræning
- Knæoptræningshold
- Nakke-skulderhold
- Sclerose- og ældrehold.

v/Eydbjørn Løvendahl-Rasmussen  
Fuglegårdsvej 45 · Tlf. 39 75 14 25  
[www.fuglegaardsvejfysioterapi.dk](http://www.fuglegaardsvejfysioterapi.dk)

Tilskud fra sygesikringen og "danmark"





# Vangede Fest- og Kultur dage

## Program Fredag 14. juni

Kl. 16 Jazzbandet 'Take the A train' · Vangede Bibliotek  
Kl. 17 Henrik Strube · Vangede Bibliotek  
Kl. 18 Jazzbandet 'Take the A train' · Vangede Bibliotek  
Kl. 19.30 Koncert med Najib Band · Netværkshuset

Vangede Bibliotek  
Vangede Bygade 45

Netværkshuset  
Ericavej 149

Scenen  
Vangede Bygade ved SuperBrugsen

Nymosehave  
Stolpehøj 150

## Lørdag 15. juni

Kl. 11-14 Skovsertrioen · Scenen  
Kl. 13 Mosegårdstræf 2013 · Alfabet Alfabet-skulpturen  
Kl. 14 Uddeling af Gentofte Kommunes Initiativpris · Scenen  
Kl. 14.30-16.30 Sir Henry & His Butlers · Scenen



Lørdag vil der være Amfiteater stemning bag ved Charlottklubben, hvor du kan sidde/ligge/danse og nyde musikken. Der sælges øl, vand og lækker mad fra grillen, og Charlottklubben har salg af kaffe, te og kager. Der er også "det muntre køkken" boden. Kom og knus porcelænet, der er gode præmier!

## Søndag 16. juni

Kl. 13-15 Historisk byvandring · Vangede Bibliotek  
kl. 14-16 "Visens Venner" · Aulaen på Nymosehave

**Henrik Strube** er sanger, komponist, guitarist og forfatter og er bl.a. kendt for at være med i "Røde Mor" og "Strube Band". Hans musik har klare referencer til sound'en af 70'erne og 80'erne. 64-årige Henrik Strube optræder i Vangede un-plugged med guitar og vokal i fokus, og vil fortælle historier fra det virkelige liv.



Jazzbandet **Take the A Train** indtager scenen og fyrrer den af med fed jazz, hvor du ikke kan stå stille.

**Najib Bands** musik tager udgangspunkt i afghansk folkemusik. Instrumenter harmonika, tablas, dholki, rohob og vokal. Efter koncerten byder Netværkshuset på afghansk mad med et glas vand eller vin. Gratis billetter bestilles eller afhentes i Netværkshuset, tlf. 39 65 05 75.



**Mosegårdstræf** vi mødes ved den grønne bænk og Alfabet Alfabet-skulpturen. Uformel sammenkomst for tidligere elever og lærere fra Mosegårdsskolen i Vangede – Alle er velkomne. Giv gerne besked videre til gamle klassekammerater osv.



### Historiske Byvandring

Vi starter ved Vangede Biblioteket med Anne Preisler som turistfører. Anne har været en tur i Nationalmuseets gemmer og vil på vejen rundt i Vangede fortælle om bronzealderfund i Vangede. Bl.a. en guldring, et sværd og nogle stenværktøjer.



**Skovsertrioen** spiller jazz og evergreens



### Sir Henry & His Butlers

Sir Henry & His Butlers er et af de mest sejlivede danske poporkestre igennem tiderne.

De var med til at indvie Hit House i september 1964 og siden gik det slag i slag med en række ørehængere f.eks. "Let's Go", "Beautiful Brown Eyes" "Camp" "Hejdi Hi Hoe" og "Juicy Lucy".



Nymosehave og Ide-Huset afholder visesang i aulaen med "**Visens Venner**" fra Østsjælland. Kom og oplev deres show "Filmperler" og syng med på gamle filmmelodier. Kaffe/kage øl og vand kan købes.



### Lissie Olsen er død

Den 3. maj fik jeg besked om at Lissie var død; dermed har Vangede mistet en rigtig Vangede Ven.

Lissie holdt meget af Vangede, og hun havde hele livet fulgt med i landsbyens udvikling, både hvordan der blev ændret i butikslivet og hvordan det gik hendes medborgere i Vangede og dermed var Lissie næsten et omvandrende gadekær. Hun lyttede når nogen havde noget at fortælle både når de var be-  
gjetsrede og når det var noget de var utilfredse med. På den måde kunne hun viderebringe de gode nyheder, men også fortælle når der var noget der burde laves om; aldrig på en anklagende måde bare sådan et lille hint, så kunne man jo selv bedømme om det var noget man ville arbejde videre med. Derfor har Vangede Avis nydt stor glæde af Lissies viden om Vangede og hun har bidraget med både billeder og tekst til vores viderebringelse af Vangedes lokalhistorie.

Lissie vil være savnet i bygaden. Jeg kunne næsten ikke komme igennem Vangede uden at møde Lissie, og altid blev det til en hyggelig sludder – hvor vil jeg savne det.

Lissie blev begravet fra Vangede Kirke den 16. maj.

*Æret være Lissies minde  
Allan Andersen*

**Familien takker for den varme deltagelse ved Lissies begravelse**



## Sankt Hans Fest i Nymosen



**Søndag den 23. juni kl. 20-22**

**Musik**

**Buser Nenic Band**

**Bålet tændes kl. 21**

**Medbring tæppe,  
mad/drikke, kaffe/te/kage**

**Båltale**

**Ulla Sandbæk**

Vangedes Venner har lavet en aftale med Super-Brugsen, som pakker en færdig madkurv med mad og drikke til aftenen, så skal du kun medbringe tæppe. Kurv bestilles og betales inden 17. juni hos SuperBrugsen, Vangede Bygade 61.

Arrangeres af  
Netværksgruppen sammen  
med Vangede Kirke og  
Vangede Venner

## Frisk op med nye farver

Sprøjtelakering af

 Køkkenelementer

 Døre

 Kvalitetsmøbler

Vi kan hente og bringe  
Ring og få et godt tilbud!

**Undgå fordyrende mellemled!**



- Opretning og pladearbejde
- Autolakering
- Klargøring af Leasingbiler
- Udbedring af forsikringskader
- Køb, salg og bytte af brugte biler

*Gentofte Autolakering*  
**GA**

Lyngbyvej 417  
2820 Gentofte

[www.ga-lakering.dk](http://www.ga-lakering.dk)  
[info@ga-lakering.dk](mailto:info@ga-lakering.dk)

**39 65 88 83**

KINO · CAFÉ · GALLERI

**Kino** GENTOFTE Køb/bestil billetter på nettet  
[www.gentoftekino.dk](http://www.gentoftekino.dk)

**Film kan ses i din lokale biograf**

Nye film og god benplads  
Vi åbner 45 min. før første forestilling,  
kom i god tid og hyg dig i vor dejlige café.  
Nyd kaminildens buldren og Galleriets skiftende udstillinger.  
... og vi kan også friste med en lang række LIVE operaer!

Gentoftegade 39 · Telefon 39 65 33 50

## Gør det ondt?

**Gentofte Fysioterapi er specialister inden for:**

- Behandling af smerteproblematikker – bl.a. myoser, slidgigt, ischias, piskesmæld, spændingshovedpine, smerter og hold i nakke, skuldre, lænd m.m.
- Behandling af inkontinens
- Pilates – individuel- eller holdtræning
- Og meget mere

Læs mere på

[www.gentoftefysioterapi.dk](http://www.gentoftefysioterapi.dk)



**GENTOFTE FYSIOTERAPI  
& TRÆNINGSCENTER**

**GENTOFTE FYSIOTERAPI & TRÆNINGSCENTER**

Gentoftegade 52, 2.sal | Tel 39 68 21 24 | [Info@gentoftefysioterapi.dk](mailto:Info@gentoftefysioterapi.dk)  
2820 Gentofte | Fax 39 68 21 66 | [www.gentoftefysioterapi.dk](http://www.gentoftefysioterapi.dk)



## Verso Rosso Salento, Italien

En vin der passer perfekt til stegte og grillede kødretter, vildt og hårde modne oste

1 flaske

**49<sup>95</sup>**



1 kasse

6 flasker

**299,-**

## Evodia 2011, Altovinum, Spanien

Denne vin er særdeles velegnet til lyse kødretter, oksestege, grillet okse- og kalvekød, vildt, sammenkogte retter samt oste.

# SUPER Vangede PRISER til en god middag

Frit valg

**15,-**

Bageren tilbyder

### Rugbrød

Flere varianter



Dybfrost

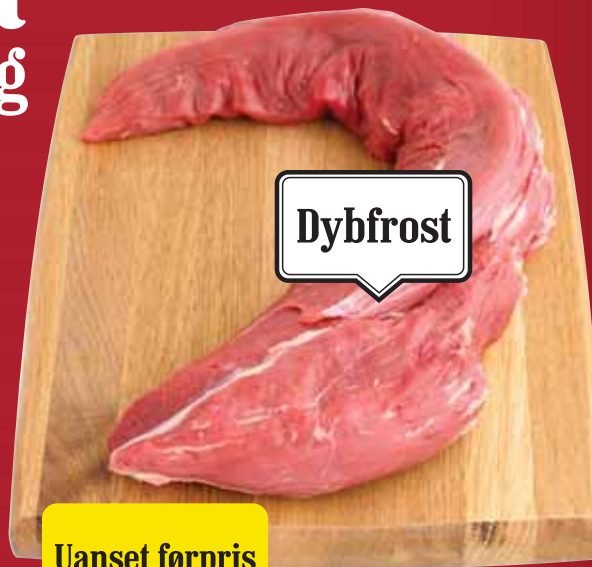
Uanset førpris

**250,-**

Slagteren tilbyder

### Kalvemørbrad

1,2 – 1,7 kg.



Tilbuddene gælder fra mandag 27/5 til 1/6-13. Der tages forbehold for trykfejl og udsolgte varer

## Åbent alle dage 9-20

SuperBrugsen Vangede  
Vangede Bygade 61 • Tlf. 39 48 17 10

Super  
Brugsen





## Bennys Vangede

Vi har haft besøg af Benny her på redaktionen, han kom forbi med nogle billeder som det glæder os at kunne dele med læserne.



↑ Det færdige hus. Foto privateje

← Huset på Snogegårdsvej under opførelse. Foto privateje

Benny kom til Vangede som 1 årig, da hans mor og far flyttede ind hos farfaren på Snogegårdsvej 89. Da farfaren døde blev familien boende i huset og i 1952 fik Benny en lillesøster (Birgit).

Benny startede i første klasse på Mosegårdsskolen og havde Torp Rasmussen som klasselærer til 5. klasse. I 5. klasse kom Benny på svagbørnskoloni sammen med sin kammerat Stig. De havde 6 dejlige uger på Ærø. Da han kom hjem flyttede han til Munkegårdsskolen.

Der er nogle oplevelser, der har sat sig fast i Bennys hukommelse, f.eks. den dag i 1960 hvor han sad og hørte "Efter skoletid" med Jørgen Mylius. Det ringede på døren, og der stod en brandmand og spurgte om Benny ikke vidste at det brændte inde hos Pedersen ved



Klassebillede fra Mosegårdsskolen. Foto privateje



Ring til områdets mest sælgende ejendoms-mægler, og bestil en gratis og uforpligtigende salgsvurdering.

Jeres sikkerhed for en realistisk pris og et salg.

**danbolig**

SAMARBEJDER MED NORDEA

Vangede/ Dyssegård

39 40 80 90  
vangede@danbolig.dk

**DILIGENCEN**

Åbningstider

mandag - onsdag

11 - 01

torsdag - fredag

11 - 02

lørdag

9 - 02

søndag

9 - 01

**Tlf.: 39 68 01 78**



siden af. De havde en møbelpolstre-virksomhed, og der var gået ild i noget lim, som de brugte til møblerne.

Benny husker også, at der tit var gang i den på Vangede Kro på Mosegårdsvej, men også at kroen blev brugt til teaterforestillinger, danseundervisning, familiefester og meget mere. Ken Turèll, som ikke lever mere, var Bennys gode kammerat igennem 10 år.

I 1973 blev Benny gift med Laila. De blev viet i den gamle

Vangede Kirke af pastor Knudsen. Efter brylluppet var de heldige at få en lejlighed i Glostrup, og måtte derfor sige farvel til Vangede. Både Laila og Benny er født Nielsen men har skiftet efternavn til Ventrup. De har to voksne piger Winnie og Sanne.

Hvis der er nogen der vil i kontakt med Benny, videregiver Vangede Avis gerne jeres navn og adresse til Benny.



Det nygifte par i den gamle Vangede Kirke. Foto privateje

**Freilev har det, du mangler**



**FREILEV**  
 FARVE · TAPET · ISENKRAM  
 SNOEGÅRDSVEJ 3  
 2820 GENTOFTE  
 Tlf. 39 65 10 26  
 Freilev@webspeed.dk

**Frisør Koca**



**DK** v/ Güner Koca  
 Brogårdsvej 102  
**Tlf. 39 65 34 76**  
 Man.-tor. 9.00-17.00  
 Fre. 9.00-18.00 · Lør. lukket

**Behandlingscenter for led- og muskelproblemer**

**Kiropraktik · Massage · Genoptræning  
 Ganganalyse og fodindlæg**

Gentoftegade 35  
 2820 Gentofte  
 Telefon 39 65 12 01



**Demant Kiropraktik**  
 VEJEN TIL SUNDHED & VELVÆRE

Søborg Hovedgade 209  
 2860 Søborg  
 Tlf. 39 66 39 39

**Læs mere på [www.kiropraktik.net](http://www.kiropraktik.net)**

**AdHoc kørsel & Service**  
 v/B. Steenbuch  
 Tværbommen 41  
 Tlf. 20 27 76 84

TLT Bus  
 Alm. bil 3 personer + rollator

Kørsel med liftbus  
 7 personer  
 5 kørestole

Vi kører gerne til sommerhus

*Spec. Bakketur fra Vangede til hesteparkering v. Peter Lieps hus*

**Frokostplatte med gratis øl eller vand**

Nybo har et Vangedetilbud  
 Kom og nyd vores frokostplatte på hverdage indtil kl. 16 og vi giver en øl eller vand

**Du skal have annoncen med**

Vi ses på Nybo  
 Mange hilsner  
 Anne og Susan



**Restaurant Nybo · Dyrehavsbakken**  
[www.restaurantnybo.dk](http://www.restaurantnybo.dk) · 39 63 40 81

el-cykler · foldecykler · costum cykler · montage · jaguar · almindelige cykler · GT · von backhaus · brugte cykler · ebsen

**Reparationer dag til dag**

**Få cyklen klar til sommer – eller køb en ny**

vi har også **Børnecykler** **Løbecykler**

**Gratis Lånecykel**  
 under reparation

**Thomsens Cykler**  
 Vangede Bygade 86  
 2820 Gentofte · Tlf. 31 11 12 41  
 Vinderød Skov 3  
 3300 Frd.værk · Tlf. 47 72 23 23  
[www.thomsenscykler.dk](http://www.thomsenscykler.dk)  
 Åbningstider: Hverdag 10-17.30  
 Lørdag 10-14







# Nye muligheder for motion og leg i Nymosen

af Mikael Bellesso Noes, motionskonsulent ved forebyggelsesafdelingen i Gentofte Kommune

## Nye muligheder

Ud over at skabe et unikt parkområde med et rigt dyre- og planteliv, har det også været tanken med udviklingsplanen for Nymosen at skabe bedre muligheder for motion og leg for alle aldersgrupper.

Der er derfor blevet opmålt en rute på 1 km og en rute på 1,5 km. Samtidig er der på fire steder i parken blevet lavet en lille trænings- og legestation, med muligheder for at lave forskellige fysiske aktiviteter. En oversigt over ruter og trænings-/ legstationer findes ved indgangene til Nymosen.

Jeg vil her give nogle idéer til, hvorledes de nye muligheder for motion og leg kan bruges.

## Ruterne på 1 km og 1,5 km

Uanset om man motionerer ved gang, stavgang eller løb, giver angivelserne af rutelængde mange gode muligheder.

Man kan fx. se hvor lang tid man er om at tilbagelægge 5

km, og så sætte sig det mål at reducere tiden en smule fra gang til gang.

En mulighed er også at gå eller løbe i et bestemt antal minutter – fx. 20 minutter – og se hvor langt man er nået. En målsætning kunne så være at nå en smule længere på de 20 minutter fra gang til gang man motionerer.

Endelig kunne en mulighed også være at intervaltræne. Det vil sige at man skiftevis går eller løber med høj intensitet og går eller løber med lav intensitet. Fx. kunne man gå eller løbe 1 km-ruten i højt tempo (højt tempo vil sige at du bliver forpustet og ikke kan føre en almindelig samtale) tre gange – med en lille pause på 3 minutter mellem hver af de tre ture.

## Trænings- og legestationer

Stationerne er lavet i træ, der passer fint ind i omgivelserne. Med hensyn til, hvorledes de kan anvendes til træning og til

leg, så er det reelt kun fantasien, der sætter begrænsningen. Og er man to eller flere – fx. en bedsteforældre med et barn – så er der også mulighed for at lave aktiviteter sammen, som fx. "kongens efterfølger" (se foto herunder).

Herunder er givet nogle forslag til anvendelse:

Se flere træningsforslag på [www.vangede.dk](http://www.vangede.dk)



4: Hop fra pæl til pæl – træner ben og balance



1: "Kongens efterfølger" mellem pæle – træner ben og hurtighed



5: Mavebøjninger – træner maven og Rygbøjninger – træner ryggen



2: Armhævnninger i tovet – træner arme og overkrop



3: Armstrækninger på planken – træner arme og overkrop. Sværhedsgraden øges jo lavere planke man vælger.



6: Sprint med isætning af fod mellem plankerne – træner ben og hurtighed



Oversigtskort over Nymosen med den røde 1,5 km-rute og den gule 1 km-rute. Tallene henviser til træningsstationerne – se anvisninger under fotografierne.



## Tilbud til borgere fra Forebyggelsesafdelingen Tranehaven

- Forebyggende hjemmebesøg
- Rygestop
- Sundhed for Seniorer
- Motionsrådgivning
- Nærgymnastik
- Patientuddannelse:
  - 'Lær at leve med kronisk sygdom'
  - 'Lær at tackle kroniske smerter'
  - 'Forstå dine symptomer'
- Sundhedskoaching:
  - Hjælp til varigt vægttab og bedre fysisk form
- Tilbud til borgere med KOL eller Type2-diabetes

## Vores brochurer kan bl.a. hentes hos

Kommuneservice, Tranehaven, Bibliotekerne og Apotekerne



Tranehaven  
Schildannsvej 31  
2920 Charlottenlund



# Skønhed og velvære

Vangede Bygade 41

## FRISØR TOTTEN

Tine Gram 39 65 71 35

Anette Grevad 39 65 83 13



### Tilbud juni og juli

Farvning og klip	fra 550,- til 670,-
Permanent og klip	fra 620,- til 760,-
Striber m/hætte og klip	fra 630,- til 780,-
Striber m/papir og klip	fra 910,- til 1060,-
medbring annoncen og få 10% på ovenstående	

Dame- og  
herreklip  
250,-



Børneklip  
fra 200-230,-

Tine Gram ferie uge 29-30

Anette Grevad ferie 4.-17. juli og uge 32

## Klinik Naturlig'viis

Vi er endelig kommet i sommerhumør.  
Giv slip på spændinger inden og  
i sommerferien – uden lommesmarter.

Tilbud i juni og juli måned	normalpris	sommerpris
Rygestop ekskl. pendant	750,-	500,-
30 min. massage første behandl.	250,-	200,-
Alle massage behandlinger	minus 10 %	

Husk at tage annoncen med

God sommer til vores  
nuværende og kommende  
klienter – naturlig'viis

Ferielukket: 22/8 - 14/9-2013

Book online [www.klinik-naturligviis.dk](http://www.klinik-naturligviis.dk) eller  
Joyce Jensen mobil 26 70 52 04

by Lindvang  
BEAUTY CLINIQUE

### Hårfjerning · Sugaring eller voks

Bikini & armhuler	300,- Normalpris 420,-
Halve ben & bikini	400,- Normalpris 500,-

### Flotte sommerfusser

med Shellac enkelt farve eller fransk kant Gele Swarovski sten Glimmer	fra 275,-
--	-----------

Indgang hos Frisør Totten

Tlf. 29 35 68 78  
[www.byindvang.dk](http://www.byindvang.dk)  
Find os på Facebook



Tandlæge  
Lone Stenger

Tandlægerne  
Dalstrøget 142, st.tv.  
2870 Dyssegård  
Tlf. 3967 6193  
tandlaege.stenger@mail.dk

### Senior m/k Motion

Sommeren er kommet, og vi rykker udendørs tirs- og torsdag formiddag med idrætsmotion på Gentofte Stadion

I år også med kurvebold  
Du er også velkommen

**GI-TRIM**  
Gentofte Idræt

Nærmere oplysning  
Leif Helsted 39 67 01 22

## Børnehjælpsdage og Loppemarked



DUI Leg og Virke Vangede afdeling afholder igen Børnehjælpsdage – Loppemarked i Vangede.

Det foregår på plænen mellem Charlottklubben og Superbrugsen

Fredag den 31. maj og lørdag den 1. juni.

Stadepladser kan stadig købes hos Freilev Farve – Tapet – Isenkram, Snogegårdsvej 3 – 2820 Gentofte.

Stadepladser på 4 x 4 - 16 m<sup>2</sup> – koster kr. 200,00. (for begge dage)

Vi har igen i år fået *Two And A Half* til at komme og spille Irske og danske viser om fredagen på festpladsen (kl. 16.00-18.30).

Lørdag kl. 13.00-15.00 har vi besøg af *A. Roy Ham Band*, som spiller rockmusik fra Rolling Stones og Bob Dylan over Springsteen m.fl.

Begge dage vil der være tombola, grill og mulighed for at købe øl og vand.

Vi vil sige tak til alle de trofaste, der møder op til vores arrangementer i Vangede – Fastelavn og lave gækkebreve før påske.

### DUI Leg & Virke i Vangede

Aktiviteter resten af 1. halvår 2013

- 3. juni 18.30: Boldspil
  - 17. juni 18.30: Sommerfest med grill
- Det foregår i vores hytte, Horsevej 6, 2820 Gentofte. Vi slutter vores møde ca. kl. 20.30.

Fra bestyrelsen/v. formand  
Leif, Tlf. 61 68 48 75.

En gammel indianer fortalte sine børnebørn: "I ethvert menneskes liv er der en frygtelig kamp. En kamp mellem to ulve. Den ene er frygt, vrede, misundelse, grådighed, arrogance, selvmødighed, nag og bedrag. Den anden er glæde, kærlighed, ydmyghed, tillid, gavmildhed, sandhed og medfølelse." Et af børnene spurgte: "Bedstefar, hvilken ulv vinder?" Den gamle så ham i øjnene og svarede: "Den du fodrer!"

## Glad musik til festen



Irsk,  
dansk,  
country  
og folk  
samt  
60'er-hits

Eric Steffensen  
Kjeld Hansen

<http://twoandahalf.dk> · 22 22 77 22 · [gladmusik@twoandahalf.dk](mailto:gladmusik@twoandahalf.dk)

Henrik Holmgård  
Jan Kronstrøm

Familietandlæge  
Fyldninger  
Kroner og broer  
Implantater

### Tandlægerne i Vangede

Vangede Bygade 63, 1. · 2820 Gentofte · 39 65 34 31  
Mail: [klinikken@vangedetand.dk](mailto:klinikken@vangedetand.dk) · [www.vangedetand.dk](http://www.vangedetand.dk)  
Åftenåben: Mandag og onsdag til kl. 19

Profylakse  
Parodontose  
Proteser

## Skal du sælge din bolig i Vangede?

Så ring til din lokale Nybolig for en gratis salgsvurdering på

tlf. 39 46 03 80

Nybolig

...sammen med Nykredit

Nybolig Gentofte-Vangede  
Gentoftegade 66, 2820 Gentofte





## Find frivillige fodboldhelte

Kender du en træner, forælder, holdleder eller anden frivillig, der gør en særlig indsats i din fodboldklub? Så kan du nu give personen et ekstra skulderklap.

En landsdækkende konkurrence giver alle mulighed for at indstille en eller flere frivillige fra fodboldklubben. I alt bliver 100 frivillige valgt ud og kåret med flotte præmier. Det er DBU og Danske Bank, der nu i samarbejde sætter fokus på det store engagement og gode arbejde, der eksisterer i de danske fodboldklubber. I DBU's lokalunion København ser formand Jan Kristensen frem til at hylde de frivillige i lokalunionens fodboldklubber.

- Der er virkelig mange ildsjæle rundt omkring i klubberne, og de fortjener alle at blive hyldet for deres indsats. De frivillige er med til at drive og udvikle klubberne og sikre, at vores børn og unge får nogle gode oplevelser både på det personlige og sportslige plan, siger Jan Kristensen. Han håber, at rigtig mange vil indstille en eller flere frivillige, der leverer værdi i netop deres fodboldklub.

### De frivillige er afgørende

Også for landsholdsspiller Niki Zimling har de frivillige haft afgørende betydning for hans fodboldliv.

- Min mor er nok den største frivillige – hun har sørget for nyvasket tøj, og at tasken blev pakket. Og så husker jeg Finn Pølseskind, der var min træner i en periode – ham har vi haft det rigtig sjovt med, fortæller Niki Zimling, der startede til fodbold som 4-årig i klubben AB 70.

- Uden de frivillige ser det sort ud for dansk fodbold i de mindre klubber. Derfor er det rigtig vigtigt at sætte fokus på området, tilføjer Niki Zimling.

### Om frivillige i Danmarks Idræts-Forbund

I alt 340.000 frivillige fordelt på mere end 10.000 medlemsforeninger:

130.000 frivillige trænere

95.000 frivillige ledere

120.000 andre, der på frivillig basis hjælper til med foreningernes drift og aktiviteter.

Kilde: Idrættens Analyseinstitut

### Vind en sponsorpakke

Danske Bank og DBU står bag konkurrencen. Danske Bank er hovedsponsor for landsholdet og vil derfor også gerne være til stede der, hvor landsholdet kommer fra.

- Landsholdsspillerne har jo selv været miniputspillere en gang. Vi vil være med til at hylde de frivillige for deres store indsats i klubberne. De har stor indflydelse på, at vi også i fremtiden

### Indstil en eller flere frivillige

På [www.danskebank.dk/100frivillige](http://www.danskebank.dk/100frivillige) kan du frem til den 30. juni 2013 indstille en eller flere frivillige, som gør en forskel i den lokale fodboldklub. I slutningen af august udvælger en jury 100 frivillige, der bliver hyldet med flotte præmier.

får store fodboldoplevelser med landsholdet, siger Michael Lindegaard, privatdirektør i Danske Bank Charlottenlund Afdeling.

Alle kan indstille en eller flere frivillige, som gør en forskel i deres klub. En jury bestående af blandt andre William Kvist, Niki Zimling, Morten Ankerdal og Danske Banks chef for privat-

kunder Jan Svarre udvælger 100 frivillige, som modtager to billetter til Danmark-Italien den 11. oktober i Parken samt en sponsorpakke til klubben til en værdi af 15.000 kr. Sponsorpakken kan efter eget valg være enten spillertøj, træningsudstyr, en fodboldevent eller træneruddannelse.

## Indstil en frivillig

træner, chauffør, kridtmand, bold dreng,  
formand, holdleder, kasserer, pølsemand ...

## og vind et sponsorat



Vi uddeler 100 sponsorater til danske fodboldklubber

Du kan se mere om sponsoraterne, øvrige præmier, juryen og hvordan du indstiller en frivillig i den landsdækkende konkurrence på [danskebank.dk/100frivillige](http://danskebank.dk/100frivillige)



[danskebank.dk/100frivillige](http://danskebank.dk/100frivillige)  
præsenteres i samarbejde med  
DBU og DBU Lokalunioner

Danske Bank

New Standards

# Vangedes Venner informerer



## Det skal være sjovere at bo i Vangede

– Og det er Vangedes Venner i fuld gang med og det med en rigtig god opbakning fra borgerne i Vangede. Lige nu er vi 525 medlemmer.

### Kommende datoer

På vores hjemmesiden, fremgår alle aktiviteter enten af omtale eller i kalenderen.

#### Hver mandag kl. 14

kan du mødes med biblioteksgruppen på Vangede Bibliotek – her er der hyggeligt samvær, hvor man over en kop kaffe og måske lidt kage, får sig en snak om stort og småt samt drøfter nye tiltag på biblioteket.

#### Hver fredag kl. 14

er der hyggetimer ligeledes på Biblioteket med enten oplæsning eller en hyggelig snak om aktuelle emner.

#### 28. maj kl. 19

Motion i Vangede gruppeopstart.

Kunne du tænke dig at være med til at lave løbehold eller vil du være med til at arrangere en motionsdag for hele Vangede? Har du idéer til sjov motion i Vangede? Skriv til vangedesvenner@gmail.com og fortæl om du vil være med.

#### 4. juni

Vangede ta'r skraldet – vi mødes ved Faktas parkeringsplads kl. 18 til et par timers indsamling af affald i Vangede Bygade. Projektet er støttet af 'Aksel Benzin' og Vangede Bycentrum.

#### 8. juni kl. 14-16



Lokalhistorisk arrangement på Vangede Bibliotek i samarbejde med Vangede Avis Kom og se billeder fra Vangede og hør – eller fortæl selv – om stedet eller de personer, der var dengang. Vi har nogle billeder med og fortæller kort om det vi ser på billederne; derefter vil ordet være frit, hvor alle kan fortælle om, hvad de kan huske om motivet.

#### 14., 15. og 16. juni

Fest og Kultur dage arrangementer i Vangede alle tre dage. Vi skal bruge hjælpere til forskellige praktiske ting, bl.a. salg af øl og vand. Skriv gerne om du har tid og lyst.

#### 23. juni

Sankt Hans i Nymosen

#### 7. september

Vangede Festival. Vi skal i gang med planlægningen af dagen. Meld dig, hvis du vil være med til at styre indholdet og, hvad der skal ske på dagen.

### Medlemskab af Vangedes Venner er gratis

At være Vangede Ven er stadig gratis, men der skal jo nogle penge i kassen, og dem får vi blandt andet fra sponsorater fra "Glas og Fugemesteren", "Super Brugsen" og "OK Benzin". Når I bruger jeres OK-Benzin kort kan det blive til flere penge til Vangedes Venner – kontakt OK-benzin, for at sikre dig at kortet er tilknyttet vores sponsornr. 560815



Det er nu også muligt at vise at man er Vangede Ven ved at købe en magnetstreamer – den er nem at flytte, hvis man skifter bil. Den koster kun 30,- og kan købes hos Sweetie, Freilev Farver og Vangede Avis. Det er rigeligt med en enkelt, men nogen gange kan overdivelse fremme forståelsen.

Du kan også stadig købe I♥Vangede t-shirt hos Sweetie – så når du lige er hos Sweetie for at købe nyt tøj, kan du føje en Vangede Ven t-shirt til indkøbslisten

## Hvad kan jeg være med til?

Stort set alt. Vi har meget i gang, men hvis du selv har en idé til ..., så har du mulighed for at bruge vores netværk af mere end 500 medlemmer til at finde mennesker med samme interesser. Der er mange grupper, der mødes og enten arbejder med konkrete ting eller bare hygger sig, og der er plads til flere i alle grupperne, ligesom vi er klar til at oprette nye aktiviteter, når der er interesse for det.

### Lige nu har vi grupper i gang med

- Astronomi
- Bibliotek
- Design
- Trafik
- Nymosen
- Café
- Dan Turèll
- Fællesspisning
- Børnefamilier
- Sponsor
- Fest- og Kultur
- Festival
- Sankt Hans
- Banko
- Lokalhistorie
- Samle affald

### – og så er der en del grupper på vej

- Motion (opstart 28. maj)
- Foto
- Fugle i mosen
- Vævning
- Miljø

Se mere om grupperne på hjemmesiden:

[www.vangedesvenner.dk](http://www.vangedesvenner.dk)

## Vangede Venners sponsorer







## Apoteket informerer om rejser til fjerne lande

Det er vigtigt, at du undersøger, hvilke forholdsregler du skal tage, når du rejser til fjerne lande. Tager du fast medicin, spørg da på det pågældende lands ambassade om, hvordan du skal forholde dig. Opbevar medicinen i original emballage og medbring indlægssedlen. Beskyt medicinen mod sollys og varme/kulde.

Der findes mange sygdomme, du bør beskyttes mod. Du kan spørge din læge, på dit Apotek eller se på [www.vaccination.dk](http://www.vaccination.dk). Start gerne mindst seks uger før du rejser.

**Malaria** skyldes infektion med malaria paracitter, som kan overføres til mennesker af malaria-myggen. Sygdomme optræder i visse områder i Afrika, Sydøstasien samt dele af Syd- og Mellemamerika. Anvend myggenet omkring sengen (helst imprægneret med et insektmiddel og stik det ind under madrassen). Smør huden med myggebalsam. På dit Apotek kan du købe Autan, som er virksomt også til tropiske myg. Søg læge hvis du får feber, kulderystelser, hovedpine, kvalme samt ondt i led og muskler.

**Hepatitis A** (smitte som leverbetændelse) skyldes infektion med et virus, som findes i tarmen hos mennesker. Viruset er udbredt i det meste af verden undtagen Australien, New Zealand, Nord-Europa og Nordamerika. Ved dårlig hygiejne kan viruset overføres via drikkevandet og ikke varmebehandlet mad. Bliv vaccineret, hav en god håndhygiejne og drik vand fra flaske. Søg læge hvis du får feber, kvalme, smerter i maven og gulfarvning af hud og slimhinder (gulsot), din urin bliver mørkfarvet og afføringen bliver lys.

**Diarre** skyldes ofte en anderledes bakterie- og virusflora, samt en lavere hygiejnisk standard på rejsemålet. Bakterier og virus overføres med vand og mad eller via dine hænder. Forebyg diarre med huskeregelen "kog det, steg det, skræl det, pil det eller lad det ligge". På apoteket kan du købe tabletter, som kan forebygge diarre og lægemidler, som kan stoppe en akut diarre. Den vigtigste behandling er at drikke rigeligt med vand tilsat salt og sukker.

## Nyt fra Charlotteklubben

Formanden, Erna Nielsen, berettede på medlemsmøde 15. april, om årets aktiviteter, bl.a. foredrag, banko, en-dags ture med bus og to-dages udflugter til Voldspillene i Nyborg og revyen i Nykøbing F. Sommerens bus-rejse gik til Landeck i Østrig, hvor 35 medlemmer nød en rigtig dejlig og smuk ferie.

Biografen om onsdagen i Gentofte Kino er stadig en succes. Mange kommer og nyder en kop kaffe eller et glas vin inden forestillingen. Det er meget hyggeligt. Mange pensionister og efterlønnere kommer for at se film om eftermiddagen, film udvalgt af klubbens medlemmer blandt de bedste, som har haft premiere i perioden. Efterårets film kan ses i vores program, der kommer i slutningen af august.

Vi har nu egen bridge-instruktør. Jørgen Bøttner fra bestyrelsen havde sit første hold "elever" i 2011 og de har alle fortsat undervisningen i 2012. Her mø-

des også "udlærte" bridgespillere enten tirsdag eller fredag og hygger sig, mens de udfordrer hinanden. Der er også andre kreative aktiviteter i klubhuset, bl.a. Whist, skak, frimærker og brug af Internettet.

Ved udgangen af 2014 skal alle borgere i Danmark have en digital postkasse. Så det gælder om at stige på udviklingen, så det virkelig bliver meget nemmere alt sammen.

Medlemspris pr. 1. august: Medlemskort u/biograf 220 kr. pr. år og m/biograf 250 kr. pr. halvår

Gymnastik koster 175 kr. pr. halvår + medlemskort.

Gæstebilletter til biografen 40 kr. pr. gang

*Charlotteklubben ønsker alle en god sommer*



**Comet Rens**

Frisk garderoben og gardinerne op til sommer

10 skjorter vasket og strøget kr. 170,- håndstrøget kr. 200,-

Skredderservice reparation og forandring

Skomagernservice

Henter og bringer gerne Miljøgodkendt renseri!

**Comet Rens**

Vangedevej 137  
tlf. 39 67 08 47  
man-fre 10:30-17:30  
lør 10:00-13:00

**Vangede Køreskole**

Den korteste vej til dit kørekort

Vi følger op på vores undervisning med en Gratis opfølgningstime

Se mere og priser på [www.vangedekoreskole.dk](http://www.vangedekoreskole.dk)

**23 61 23 02**

Frugtparken 26 · 2820 Gentofte

**Anja Arpe**

KLINISK TANDTEKNIKER

Ordrupvej 86  
2920 Charlottenlund  
39 90 64 50

Behandling på plejehjem, hospital og klinik

Konsultation efter aftale

Tilskudsordning med Kommunen

Recepter, der er lagt på internettet af lægen, skal altid forudbestilles. Dette kan eventuelt gøres telefonisk.

**Receptmedicin hentetider:**

Man.-Fre.	recepter afleveret før	kl. 11.30
	<b>kan afhentes samme dag efter</b>	<b>kl. 16.00</b>
Fredag	recepter afleveret før	kl. 15.30
	<b>kan afhentes næste dag efter</b>	<b>kl. 12.00</b>
Lørdag	recepter afleveret før	kl. 15.30
	<b>kan afhentes lørdag efter</b>	<b>kl. 11.30</b>
Lørdag	recepter afleveret før	kl. 11.00
	<b>kan afhentes mandag efter</b>	<b>kl. 12.00</b>

**Vangede Apoteksudsalg**  
www.gentofte-apotek.dk · 39 65 46 00

**Miao Sushi** **Luksus tilbud** **Åbent**  
www.miaosushi.dk **tilbud** **son-lør 15-22**  
**fre-lør 14-22**

<b>Luksus 1</b> 10 stk. Månen roll 4 stk. Nigiri 2 laks og 2 tun 8 stk. Dragon roll <b>Ialt 22 stk.</b> <b>kr. 169,-</b>	<b>Luksus 2</b> 10 stk. Tun roll 6 stk. Nigiri – 2 laks, 2 tun og 2 reje 8 stk. City roll 8 stk. Rainbow <b>Ialt 32 stk.</b> <b>kr. 279,-</b>	<b>Luksus 3</b> 10 stk. Månen roll 10 stk. California laks 6 stk. Nigiri – 2 laks, 2 tun og 2 reje 8 stk. Miao roll 8 stk. City roll 8 stk. Alaska <b>Ialt 50 stk.</b> <b>kr. 389,-</b>
--	--	--

Brogårdsvej 100 · 2820 Gentofte  
Tlf. 39 65 09 65 · Mob. 28 10 46 30



## Spar penge på din Håndværkerregning

Du kan finde mange dygtige håndværkere her i dit eget lokalområde. Ligesom det er naturligt at bruge de lokale butikker, vil jeg også opfordre til at vi også sikrer vores Vangede-håndværker mest muligt arbejde lokalt. Det giver flere fordele; nemlig at håndværkeren får kort til arbejde, og vi kunder får en håndværker, der er lige ved hånden og dermed kan komme hurtigt.

I kan såmænd finde en del af Vangedes håndværker her i Vangede Avis.

### Håndværkerfradrag

Hvis du synes at din bolig trænger til reparation eller vedligeholdelse, skal du huske, at du har mulighed for at få dækket nogle af omkostningerne ved hjælp af "Boligjobordningen" som giver et fradrag på op til

15.000,- pr. voksen i husstanden, det betyder at man spare ca. 5.000,- efter skat pr. person. Tilskudet kan kun søges for arbejds lønnen – altså ikke for omkostninger til materialer.

Det er et godt tilskud, som måske giver plads i budgettet til at få gjort noget af det, der har været udskudt alt for længe. Prøv at tage en snak med en af de håndværkere, der annoncerer i Vangede Avis, de kan rådgive dig om, hvilke arbejder, der er fradrag for. Du kan også kigge ind på [www.skat.dk](http://www.skat.dk); her kan du se hele listen over mulige opgaver, der kan gives fradrag for.

Husk at for at få fradrag, skal du betale dine håndværkere elektronisk, f.eks. med dankort eller via netbank – altså ikke noget med at betale med kontanter eller checks.

**Kjeld Hansen Murer & VVS**  
Vangede Bygade 56  
Telefon 39 65 39 65

- \* Butik og udstilling
- \* Bad og modernisering
- \* Skifer · tegl · paptag
- \* VVS service m. døgnvagt

[www.kjeldhansen.dk](http://www.kjeldhansen.dk)

**EMIL NIELSENS SMEDEVÆRKSTED A/S · GENTOFTE**  
GRUNDLAGT 1893

Emil Nielsens Smedeværksted A/S  
Mesterladden 33  
2820 Gentofte  
Tlf. 39 65 02 07 · Fax 39 65 09 49

### Boligforbedringer HUSK håndværkerfradrag

billedindramning  
drivhusglas  
solfilm  
brusenicher  
sikkerhedsglas  
energiglas  
facadeglas  
spejle

Al glarmesterarbejde udføres  
Forsikringskader afregnes med forsikringselskab

**Dan Turèlls Plads  
Vangede Bygade 39  
2820 Gentofte**

39 65 17 20  
40 16 60 18  
20 27 36 39

[www.brdr-torp.dk](http://www.brdr-torp.dk)

**Brdr. Torp Apps**  
Glarmesterfirmaet

**KONTAKTEN**  
aut. EL-installatør

Nymose Huse 2  
2820 Gentofte

**Tlf.: 39 65 47 60**

- Tagdækning med Icopal
- Overstrykning af tage med asfalt
- Rep. & vedligehold af paptage

**Frikke's Tagdækning Aps**  
Ericavej 23  
2820 Gentofte

**39 67 97 03**  
**40 31 05 01**

**Alpha**  
VVS Teknik  
Der er penge i energibesparelser

**Gaskedler  
Tagarbejde**  
– Skotrender  
Alle former for  
**VVS-service**

Mesterladden 30 B  
Tlf.: 45 93 19 49

**Gentofte TotalByg**  
– DIN forlængede arm!

Træt af dyre håndværkere?  
Vi klare det meste, stort som småt...

Tilbudsgivning er gratis  
Vi tager ikke startgebyr  
Ganske enkelt  
kr. 250,- + moms pr. time  
eller fastpris efter tilbud

Snogegårdsvej 99  
2820 Gentofte  
Tlf. 22 26 22 24

[www.gentofte-totalbyg.dk](http://www.gentofte-totalbyg.dk)  
[info@gentofte-totalbyg.dk](mailto:info@gentofte-totalbyg.dk)

**Glas- og Fugemesteren**

Energiglas  
Forsikrings arbejde  
Hærdet glas  
Termoruder

Alt fugearbejde udføres  
Døre og vinduer  
Vådrum

**Glarmester**  
Kim Groth  
Middelvej 14  
2820 Gentofte  
Tlf: 4094 1757  
[glasofugemesteren@live.dk](mailto:glasofugemesteren@live.dk)  
[www.glasofugemesteren.dk](http://www.glasofugemesteren.dk)

Snedkermester

**Tom Christiansen**

**Mesterladden 30  
2820 Gentofte**

Tlf. 39 68 05 56  
Bil 40 34 85 56

[email@snedkermesteren.dk](mailto:email@snedkermesteren.dk)  
[www.snedkermesteren.dk](http://www.snedkermesteren.dk)



# Ung i Vangede

Af ungereporter  
Sabrina Holm



## Koncertoplevelse

Den 20. april blev Parken væltet af 45.000 skrigende teenagepiger. Heldigvis var jeg en af dem, og det er helt klart en oplevelse for livet.

Vi havde plads et sted, hvor der var udsigt direkte ned til samariterteltet; det var lidt sjovt at se.

Christopher skulle varme op, hvilket jeg syntes var utrolig fedt, han var kun på i en halv times tid. Derefter blev lokalet oplyst igen og så var der alt for lang ventetid.

Da lyset så endelig blev slukket kom han ud med nogen vinger på. Jeg kunne dårligt trække vejret, jeg ved ikke rigtig hvorfor. Efter at have set alle de piger, der blev trukket ud, havde jeg besluttet mig for ikke at skribe for meget. På et tidspunkt tog han et kamera op og filmede nede blandt publikum, så det kommer op på storskærmen. Lige inden han lagde kameraet ned, vendte han det om, så man kunne se ham helt close

up. Det var nok først der, det gik op for mig, hvad jeg egentlig var jeg var en del af. Han spillede rigtig mange gode numre, og sceneshowet var også rigtig godt. Mine yndlings-sange som han performer er 'One Time', 'One Less Lonely Girl' og 'Boyfriend'.

One Less Lonely Girl er en speciel sang, hvor der bliver taget en pige op på scenen, det er en tradition. Pigen kommer ind i C-stykket, og så får hun blomster. Pigen er valgt helt tilfældig; i Danmark var det en høj pige, med brunt hår og grå T-shirts, der blev valgt. Hun var kommet hele vejen fra Norge for at se Justin.

Sangen Boyfriend er et af Justins største hits hidtil, det var også den første, der kom ud fra det nye album. Selvom jeg faktisk havde regnet med, at det ville være en af de første sange han ville synge, så kom den først til sidst som ekstra nummer.

I Justins sidste sang, inden de to ekstranumre, sang han en sang til hans fans, sangen hedder Believe ligesom hans album og kommende film. Sangen han en video intro, og Justin præsenterer den også selv. Et par uger op til koncerten havde en dansk fan lavede et projekt kaldet PROUD-PROJEKTET. Vi skulle holde A4 ark oppe hvorpå der så stod Proud. Dette skulle gøres i introen til sangen og så under hele sangen. Det gik rigtig godt og stort set hele Parken var med på den, og det var super fedt at være en del af.

### Anmeldelse

Ventetiden var selvfølgelig for lang; fra Christopher stoppede til Justin kom på, gik der over en time. Justin var også plaget af *meget* dårlig lyd, jeg er ret sikker på, at hvis man ikke var en fan, ville man have svært ved at høre, hvad han rent faktisk sang. Andre har sagt at han virkede lidt



træt i det, jeg bemærkede det ikke selv. Han gik ind, han dansede når han skulle, han sang som ham skulle og selvfølgelig fik han salen til at skribe når han ville.

Da det kun var få små ting som ikke var perfekte, vil jeg nu give den 5 ud af 5 stjerner, og slutte af med sætningen: Nobody's Perfect.

### Ung i Vangede

Har du idéer til, hvad du kunne tænke dig Sabrina skal skrive om i de næste numre af Vangede Avis, så skriv til [avisen@trykkeren.dk](mailto:avisen@trykkeren.dk)

## 新紫阳酒家 Ny Zi Yang

I vores hyggelige restaurant kan du nyde maden med betjening ved bordene eller med delvis selvbetjening ved ta' selv bordet

Selskaber op til 150 personer

Stort ta' selv bord man-torsdag kr. 108 fre-søndag kr. 128

Mad ud af huset 20% rabat på alle a la carte

Dinner Transportable buffet fra kr. 99,-

Vangedevej 8 · 2820 Gentofte · Tlf. 39 65 82 80  
[www.nyzy.dk](http://www.nyzy.dk) · Åbent alle dage kl. 14:00 - 23:00

## Nymose Dyreklinik



Dyrlæge  
Fawzy Morcouc

Vangede Bygade 128 · 2820 Gentofte · Tlf. 39 76 00 77

- Kirurgisk og medicinsk behandling af hunde, katte, fugle og mindre husdyr.
- Tandbehandling, røntgen-diagnostik og hjerteundersøgelse med EKG.
- Fodersalg.

### Konsultation efter aftale

### Åben konsultation

mandag-fredag 12.00-17.00  
onsdag tillige 17.00-19.00  
lørdag efter aftale

**Døgn- og weekendvagt tlf. 39 76 00 77**

## Fjernvarme

- HVOR, HVORDAN OG HVORFOR?

Har spørgsmålene omkring fjernvarme hobet sig op? Er du forvirret på et højt plan? Er frustrationen over ikke at kunne få svar også nået dig? Så er det os, du skal kontakte.

BV / VVS & Varmeteknik har specialiseret sig i fjernvarme, og kender til planerne i Gentofte Kommune. Vi er derfor i stand til at svare på dine spørgsmål, og står klar til at hjælpe dig på vej.

**RING PÅ 7020 1859** OG LAD OS FÅ EN SNAK



**BV**  
VVS &  
Varmeteknik

SPECIALISTER I FJERNVARME

[WWW.GENTOFTE-FJERNVARME.DK](http://WWW.GENTOFTE-FJERNVARME.DK)



# Butikkernes åbningstider – maj 2013



**DanBoliq** Tlf. 39 40 80 90  
 mandag 12.00-17.00  
 tirsdag-torsdag 9.00-17.00  
 fredag 9.00-16.00  
 søndag efter aftale

**Danni Sko** Tlf. 39 65 53 63  
 mandag-fredag 10.00-17.30  
 lørdag 10.00-14.00

**Danske Bank** Tlf. 45 12 13 90  
 Hæveautomat  
 Rådgivning i Gentoftegade

**Diligencen** Tlf. 39 68 01 78  
 mandag-onsdag 11.00-01.00  
 torsdag-fredag 11.00-02.00  
 lørdag 9.00-02.00  
 søndag 9.00-01.00

**Floristen** Tlf. 39 65 57 41  
 mandag-fredag 10.00-17.30  
 lørdag 9.00-14.00

**Freilev** Tlf. 39 65 10 26

## Farve · Tapet · Isenkram

mandag 12.00-17.30  
 tirsdag-torsdag 10.00-17.30  
 fredag 10.00-18.00  
 lørdag 10.00-13.00

**Frisør Konrad** Tlf. 31 36 31 36  
 mandag lukket  
 tirsdag 11.00-19.00  
 onsdag 9.00-14.00  
 torsdag 10.00-19.00  
 fredag 8.00-17.00  
 lørdag 9.00-13.00

## Frisør Totten

**Tine Gram** Tlf. 39 65 71 35  
**Anette Grevad** Tlf. 39 65 83 13  
 mandag-torsdag 9.00-17.30  
 fredag 9.00-13.30

**Gentofte TotalByg** Tlf. 22 26 22 24

**Glarmester Torp** Tlf. 39 65 17 20  
 mandag lukket  
 tirsdag-fredag 15.00-17.00  
 lørdag lukket

**Glas- og Fugemesteren** Tlf. 40 94 17 57  
 mandag-fredag 8.00-17.00

**IKEA** Tlf. 70 15 09 09  
 Hverdage 10.00-21.00  
 lørdag 10.00-20.00  
 Søndage 10.00-17.00

**Kirken, Vangede Kirke** Tlf. 39 96 22 90  
 mandag-fredag 9.00-16.00  
 kontoret: man-ons & fre 9.00-13.00  
 torsdag 12.00-18.00

**Klinik Naturligviis** Tlf. 26 70 52 04  
 mandag-fredag 9.00-17.45  
 Lørd i lige uger 9.00-14.30

**Malemester Ellingsø** Tlf. 39 65 05 40  
 mandag-fredag 7.30-16.30

**Matas** Tlf. 39 65 33 22  
 mandag-fredag 10.00-18.00  
 lørdag 10.00-15.00

**Mezzaluna Pizza** Tlf. 39 90 25 25  
 mandag-lørdag 11.00-22.00  
 søn- og helligdage 12.00-22.00

**Miao Sushi, Sushi take away** Tlf. 39 65 09 65  
 søndag-torsdag 15.00-22.00  
 fredag-lørdag 14.00-22.00

**Murer & VVS Kjeld Hansen** Tlf. 39 65 39 65  
 mandag-torsdag 9.00-16.30  
 fredag 9.00-15.00

**Netto**  
 mandag-søndag 8.00-22.00

**Ny Zi Yang Restaurant** Tlf. 39 65 82 80  
 mandag-søndag 14.00-23.00  
 Ta' selvbord 17.00-22.00

**Passion 4 Pets** Tlf. 42 77 82 76  
 mandag-torsdag 12.00-17.30  
 fredag-lørdag 12.00-16.00

**Skjold Burne** Tlf. 39 65 34 00  
 mandag-fredag 9.30-18.00  
 lørdag 9.00-15.00

**Sportscaféen GVI v/Cana Catering** Tlf. 50 99 70 99  
 mandag-fredag 12.00-21.00  
 lørdag 9.00-17.00  
 søndag 9.00-16.00  
 Frokost kan bestilles hverdage indtil kl. 10.00

**Super Brugsen** Tlf. 39 48 17 10  
 mandag-søndag 9.00-20.00

**Sweetie** Tlf. 39 65 31 38  
 mandag 10.00-16.00  
 tirsdag-torsdag 10.00-17.30  
 fredag 10.00-18.00  
 lørdag 10.00-14.00

**TinnaMia** Tlf. 39 65 78 91  
 mandag-fredag 10.00-17.30  
 lørdag lukket

**Thomsens Cykler** Tlf. 31 11 12 41  
 mandag-fredag 10.00-17.30  
 lørdag 10.00-14.00

**Tyden** Tlf. 39 68 26 34

**Vangede Apoteksudsalg** Tlf. 39 65 46 00  
 mandag-fredag 10.00-17.30  
 lørdag 9.30-13.30

**Vangede Avis** Tlf. 39 65 74 41  
 mandag-fredag 10.00-16.00

**Vangede Bibliotek** Tlf. 39 65 38 47  
 mandag-torsdag 11.00-18.00  
 fredag 11.00-16.00  
 lørdag 10.00-14.00

**Vangede Pizza & Grill** Tlf. 39 65 70 76  
 mandag-fredag 11.00-22.00  
 lørdag-søndag 12.00-22.00

**Wieth Dans** Tlf. 39 65 31 07



VANGEDE BYCENTRUM

Alle disse butikker/virksomheder er medlemmer af Vangede Bycentrum. Medlemsbutikkerne kan du kende på, at de har dette mærke siddende i deres ruder.

*frisør*  
**KONRAD**  
 Mosegårdsvej 1 · 2820 Gentofte  
 Tlf. 3136 3136  
 Online booking  
 www.frisor-KONRAD.dk

Vangedes første Pizzeria

# Vangede

## PIZZA & GRILL

Since 1989

**39 65 70 76**



De ringer vi bringer kl. 16-22  
 Kørsel 25,- v/min. køb 50,-  
 også kortbetaling ved udbringning

man-fre 11-22 · lør-søn 12-22

Vangede Bygade 77/Ved Bommen

Du kan betale med følgende kort



## TINNA MIA

FRISØRSALON

Vangede Bygade 92  
 2820 Gentofte  
 Tlf. 39 65 78 91

Mand-Fred. . . 10-17.30  
 Lørdag. . . . . lukket

online-booking  
 www.tinnamia.dk

# Sweetie

www.facebook.com  
 /sweetie.vangede

Åbent  
 mandag 10.00-16.00  
 tirs.-torsdag 10.00-17.30  
 fredag 10.00-18.00  
 lørdag 10.00-14.00

Vangede Bygade 79  
 39 65 31 38