

Asta Fonden



nyhedsbrev marts 2026

Forårsfornemmelser



Camilla Panting
Nyhedsbrevsredaktør

Endelig er himlen lidt blå, ikke hele tiden, men blå!

Vintergækker og erantis pibler frem overalt, små egerne vimser omkring og samler forråd, og smilene sidder løst på københavnerne. Vi møder det blandt andet på de ugentlige cykelture med Astas Venner.

Vores frivillige cykelpiloter måtte ellers holde en sjælden pause på flere uger i februar, hvor det enten var **for** koldt eller **for** tilsneet, glat og ufremkommeligt på cykelstierne - og foråret føles jo så meget desto mere forløsende, fordi årstiderne skifter.

Vinteren kunne bestemt også noget. I dette blad kan du se billeder fra et par af årstidens fester – fastelavn på Lærkevej og Rymarksvej og Astas Venners nytårskur i Asta Klædemålet.



De smukke is-frugt-dekorationer, der prydede træerne og fangede vinterlyset på Rymarksvejs bålplads er smeltet for forårssolen.

Asta Fonden har i løbet af vinteren også haft fokus på indretning og forskønnelse af dagligdagens fysiske lokaler. Skønhed i indretningen kan være udfordret af mange ting i sådan et aktivitets- og samværstilbud. Mennesker med forskellig smag og præferencer er ad hoc inde over valg og indkøb til en indretning, der selvsagt også skal imødekomme et dybere hav af praktiske hensyn. Men det ændrer ikke på, at æstetikken og de fysiske rammer har stor indflydelse på menneskers trivsel og adfærd. Læs om hvordan vi sammen prøver at skabe glæde gennem de fysiske rammer.

Og så kan du møde 5 nye, skønne medarbejdere, som vi i den grad glæder os til at angribe foråret sammen med!

God læselyst.



Næsten hver onsdag cykler denne karavane med 5 faste cykelpiloter og op til 8 passagerer ud i det blå. Turene tilpasses i længde, og efter årstiden skruer vi op og ned for varmedunke, uldhuer og tæpper. Vi aflyser, hvis det øser ned, men det er yderst sjældent, at vi holder længere pauser i cykelturene. Det blev nødvendigt et par uger i februar - og NU tager vi revanche.



Kan du gætte, hvem vi er?

Fastelavn er mit navn.....



At være eller ikke at være - en fodbold...

Både Asta Lærkevej og Asta Rymarksvej har holdt fastelavnsfester med tøndeslagning, fastelavnsboller, pynt og forberedelser...

Flot ser det ud.



Kattekongen er fundet!



Kreaholdet på Rymarksvej i flotte fastelavns-paryk-kreationer!

Pay4it Support



Ønsker du hjælp til at oprette asta-kortet?
Pay4its support er åben hverdage 8-17
tlf. 2681 5500

Kan de fysiske omgivelser i et aktivitetstilbud skabe glæde og livskvalitet i hverdagen?



Velkommen i fællesrummet i stuen på Asta Lærkevej: stemningen lettes af grønne planter, bløde naturmaterialer, sekundære lyskilder, Rikke Jensens farvestrålende Nordvest-plakater samt loungemøbler, der også kan vaskes af.

Hver dag huser Asta Fondens tilbud mange mennesker med forskellige behov, forskellige interesser og forskellig smag.

Det giver sig selv, at et hus for aktiviteter og samvær skal leve op til en hel masse funktionelle og sikkerhedsmæssige krav: Tilgængelighed for alle husets brugere, brandsikkerhed, indeklima, ordentlig belysning, hygiejne, et godt og sikkert fysisk arbejdsmiljø også for medarbejderne.

Da man renoverede Asta Rymarksvej i 2023, var der i sagens natur mange hensyn at tage. Fremkommelighed for kørestole, handipectoiletter i passende mængder og størrelser, loftslifte, branddøre, udluftning og sikkert meget mere.

Ingen af disse hensyn lægger op til en indretning, der er hverken sanselig eller stemningsfuld.



I Asta Rymarksvej er der i øjeblikket en opmærksomhed på at skabe stemning og hygge. Der er uddelt indretnings-ansvar for de enkelte rum, og der er blandt andet kommet små lamper og lyskæder både inde og ude, rispapirslamper i orgelhuset og planer om at indrette hyggekrege og farver på væggene flere steder.

Så hvad med sanseligheden – er den vigtig, og hvordan får vi den ind i en hverdag, som er fyldt med praktiske, sikkerhedsmæssige og funktionelle krav?

På Asta Lærkevej har leder Louise sammen med medarbejderne ladet sig inspirere af den amerikanske designer og glædes-forsker Ingrid Fetell Lees tanker om fysiske objekters evne til at skabe glæde (Ingrid Fetell Lee: Joyful, 2018). Ifølge Fetell Lee betyder de fysiske omgivelser overraskende meget for menneskers trivsel og faktisk også for vores handlinger. Hun giver eksempler på, at flere farver i et kriminalitetstynget byrum har gjort, at folk føler sig mere trygge, laver mindre hærværk og begår mindre kriminalitet og vold. Hun problematiserer, at hospitaler, skoler og sociale tilbud ofte er præget af hvide og grå rum. De mest udsatte borgere skal om nogen tilbydes glædesfyldte (joyful) omgivelser, mener hun.

Klare farver, lethed, runde former, symmetriske mønstre og overflod er nøgleord i Fetell Lees forskning, og det er noget af det, de forsøger at få ind i indretningen på Lærkevej. Det er ikke nødvendigvis nemt i et aktivitetstilbud, hvor pyntegenstande nemt kan blive udfordrende for sikkerhed og hygiejne, men det betyder ikke, at det ikke er vigtigt! Brugere er her mange timer hver dag, og ligesom for alle andre mennesker kan rare og smukke fysiske omgivelser skabe stemninger.

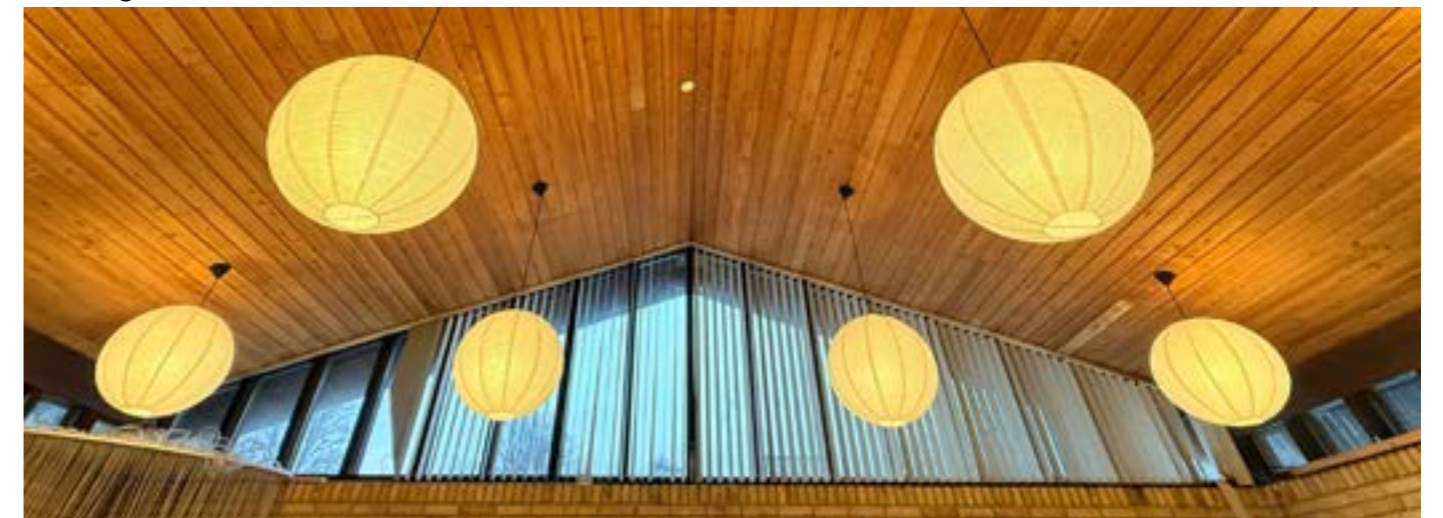
”Hvis det hele er koldt, hvidt arbejdslys og glatte sterile overflader, tror vi på, at stemningen bliver mere rå og stresset. Vi kan have brug for arbejdslys og overflader, der kan vaskes af, og vi kan ikke have glasvaser med vand og friske blomster, men vi forsøger vi at få farver, liv og lethed ind på andre måder” fortæller Louise

I Asta Rymarksvej fortæller Svea og hendes kreaehold, som jeg besøger, at de også her gør sig mange tanker omdrejningen. Der er allerede gjort meget for at skabe stemning med små lamper, rispapirspendler og lyskæder. Som på Lærkevej, er her planer om flere farver på vægge og en indretning med flere ”rum-i-rummene”. Kreaeholdet laver ofte værker som kan udstilles og tilføre sanselighed og forandringer. Det sker både inde og ude - se de smukke is-med-frugt-ophæng på forsidebilledet, som hang helt utrolig smukt og fangede lyset gennem den lange vinter. Nu er de smeltet. Heldigvis, for det betyder lunere vejr og forår!

Og er der noget, der som foråret kan tilføre glæde og liv helt af sig selv?

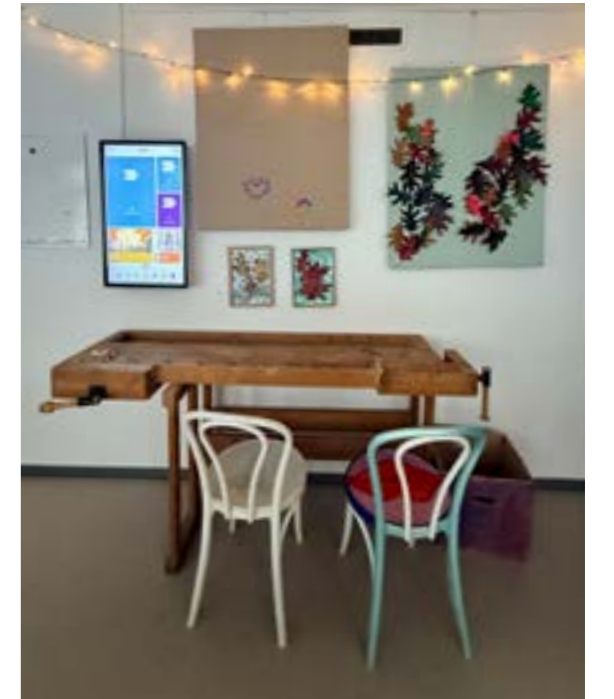
Jeg tror det ikke.

fotos og tekst: Camilla



I orgelhuset på Rymarksvej skaber en løsning med flere store rispapirslamper behageligt lys og god stemning. De to gode rum i orgelhuset skal bruges til hhv. sanserum og til aktiviteter, der relaterer til natur- og bålpladsen, som vi fik lavet udgang til via orgelhuset.

forsidefoto: Mille
kreaehold og naturkrea laver pynt både inde og ude.



Det store køkken på Lærkevej er nu indrettet til krealokale, også her med masser af glade farver og en mangfoldighed af detaljer og lys, der giver en let og legende fornemmelse,



Nytårskuren 2026

Lørdag den 24. januar fejrede vi traditionen tro det nye år i Astas Venner. Der var mange mennesker, dygtige musikere, spændende lotteri-trækninger, hyggeligt kreaværksted og hjemmebag fyldt med kærlighed til salg i caféen.

Vi lånte Asta Klædemålets lokaler. Madholdet på Asta Rymarksvej havde bagt kage. Og venskabsforeningens bestyrelse og medarbejder stod bag de øvrige forberedelser. Tak til alle jer der kom og gjorde det til sådan en festlig dag!



Mange var forbi Sveas krea-workshop og bidrage til farverige drømmeplakater - hvad drømmer vi om i 2026?



Nye veje til kunst for alle - successen fortsætter

Det er faldet på plads, at projektet *Nye veje til kunst for alle* kan fortsætte frem til sommer. Det sker takket være 35.000 kr. fra Spar Nord Fonden. 5 københavnske tilbud deltager med hver et lille hold, og alle skal besøge Statens Museum for Kunst 3 gange til kunstoplevelser og værkstedsforløb. Ligesom sidste runde, slutter vi festligt af med en visning på museet torsdag den 28. maj kl. 11-12.30. Her kan deltagerne invitere venner, pårørende og andre interesserede til at se, hvad vi har arbejdet med.

Projektet sker i samarbejde med Statens Museum for Kunst, foreningen Venner af Captum, ni frivillige samt fire kommunale bo- og aktivitetstilbud. Fra Asta Fonden deltager Lærkevej og Rymarksvej.



blandt de udstillede værker ved sidste års afslutning var en række flotte selvportrætter.



Den 19. februar besøgte den første gruppe blandt andet Anna Thommesen væveri-udstillingen - så er vi i gang.



Isabel fra Asta Lærkevej og Leif fra bestyrelsen var festens suveræne caféværter.



Lotterilodderne gik som varmt brød. Det er altid spændende, når den røde tromle ruller...



Gypsy jazz-bandet Djangostik bestod af fire unge musikere, der tydeligvis var gode venner med deres instrumenter og hinanden.



Vi inviterer til årets

generalforsamling

Onsdag den 25. marts 2026
kl. 18.30-20 i Asta Lærkevej.

Der vil være let forplejning, og du kan høre om foreningens arbejde. Og der er valg til bestyrelsen.

Tilmelding er velkommen, men ikke nødvendig og kan ske på tlf. 25543435 eller mail: astasvenner@astasvenner.dk.

Meld dig ind i Astas Venner:

1. scan qr-koden og udfyld blanketten.
2. overfør 100 kr til konto i lån og spar: 0400-4019698306 eller 105 kr. til mobilepay box: 1436uk.



Kalender

Forårets arrangementer

Onsdag den 25. marts kl. 18.30-20 - **Astas Venner Generalforsamling på Lærkevej 3**

Kommende lukke- og helligdage 2026/ 2027

Fredag den 20. marts - **Personaledag**

Torsdag den 2. april - mandag den 6. april - **Påske**

Fredag den 1. maj

Torsdag den 14. - fredag den 15. maj - **Kristi himmelfart og dagen efter**

Mandag den 25. maj - **Pinse**

Fredag den 5. juni - **Grundlovsdag**

Uge 29: den 13. - 19. juli

Sommerferielukket på Lærkevej og Rymarksvej.

Asta Klædemålet holder åbent som normalt.

Fredag den 18. september - **Personaledag**

Onsdag den 23. dec 2026 - fredag den 1. januar 2027 (begge dage inklusiv)

Lukket over jul og nytår - Asta Klædemålet har dog åbent som normalt den 28.-30. december.

Nye ansigter i Asta Fonden



Rikke, Asta Lærkevej



Oliver, Asta Lærkevej



Nicolai, Asta Lærkevej



Anna, Asta Klædemålet



Afifo, Asta Rymarksvej

I Asta Lærkevej har vi fået hele tre nye pædagoger: Oliver, Rikke og Nicolai. Anna er fast logopæd. om torsdagen i Asta Klædemålet og efter en praktikperiode har vi fastansat Afifo, som er blevet helt undværlig i køkkenet på Asta Rymarksvej.

Velkommen til - hvor er det godt, I er her!

Næste nyhedsbrev - onsdag den 13. maj 2026

Deadline for forslag tirsdag den 21. april - forslag sendes til Camilla: ck4f@kk.dk

asta
FONDEN