

Aktiv Højskole

praktiske oplysninger

HVAD:

Aktiv Højskole

HVEM:

Mennesker med en demenssygdom, som har lyst til at deltage i aktiviteter sammen med andre. Du skal kunne gå uden hjælpemidler og med lidt hjælp klare almindelige hverdagsaktiviteter selv. Fagpersoner hjælper og støtter selvfølgelig undervejs. Du skal være medlem af Alzheimerforeningen for at kunne deltage.

HVOR:

Brandbjerg Højskole
Brandbjergvej 12
7300 Jelling

HVORNÅR:

22.-26. november 2021

HVOR MEGET:

3.825 kroner inkl. kost og logi

HVORDAN:

Udfyld ansøgningsformularen på:

www.alzheimer.dk/aktiviteter/aktiv-hoejskole og husk at trykke 'tilmeld' nederst. Svar på, om du har fået plads, kommer cirka fire uger inden opholdet.

Tilmeldingsfrist 1. oktober 2021

YDERLIGERE OPLYSNINGER:

- Lone Rehder, telefon 39 40 04 88, mail: lone@alzheimer.dk

Aktiv Højskole gennemføres i overensstemmelse med Sundhedsstyrelsens gældende retningslinjer for håndtering af Covid-19.

Alzheimerforeningens

Aktiv Højskole

for mennesker med en demenssygdom



Brandbjerg Højskole, Jylland
22.-26. november 2021



Alzheimer
foreningen
Livet med demens

Løngangstræde 25, 4. sal, 1468 København K
Telefon 3940 0488,
post@alzheimer.dk, www.alzheimer.dk



Aktiv Højskole meningsfuldt samvær med andre

Motion, aktivitet og socialt samvær er godt for både sjæl og krop og har en gavnlig effekt på livet med en demenssygdom. Alzheimerforeningen tilbyder derfor mennesker med en demenssygdom et fem-dages højskoleophold på Brandbjerg Højskole.

KROP, SJÆL OG HJERNE

På højskolekurset vil deltagerne blive inspireret til at være aktive med kroppen, med sjælen og med hjernen. Deltagerne vil få en positiv succesoplevelse, som de kan tage med sig hjem og bruge i hverdagen.

TRYGGE RAMMER

Alzheimerforeningen arrangerer Aktiv Højskole i samarbejde med Brandbjerg Højskole, demenskoordinatorer og frivillige. På højskolekurset vil der både være fagpersoner med specialviden om demens og frivillige fra Alzheimerforeningen til at hjælpe til.

Læs mere på www.alzheimer.dk/aktiviteter/aktiv-hoejskole

Aktiv Højskole program

Højskolekursets program og form er tilpasset mennesker med en demenssygdom. Kurset vil blandt andet indeholde:

- Sangworkshop og koncert
- Musik og bevægelse
- Dans
- Vandring med naturvejleder
- Klassisk højskoleforedrag
- Sangaften
- Kreativ workshop
- Udflugter

"Det var jo næsten som at være på et almindeligt højskoleophold. Vi sang og dansede, dyrkede en masse motion og hørte spændende foredrag. Det var fantastisk, fordi jeg følte mig helt normal i den uge".

Deltager på Aktiv Højskole



Alzheimer
foreningen

Livet med demens

Løngangstræde 25, 4. sal, 1468 København K,
Telefon 3940 0488,
post@alzheimer.dkwww.alzheimer.dk