



PROGRAM

Demensfællesskabet Fyn

April, maj og juni 2026

Program for aktiviteter i Demensfællesskabet Fyn

Kære alle!

Velkommen i Demensfællesskabet.

Dette er programmet for 2. kvartal 2026 (april, maj og juni).

Vær opmærksom på, at Demensfællesskabet i løbet af foråret holder lukket på helligdage.

Vi har gang i de faste aktiviteter til og med uge 26, og holder sommerhøjskole i uge 27. Demensfællesskabet Fyn holder sommer lukket i uge 28-31. Vi er tilbage igen mandag d. 3. august.

Vi håber, at du vil være interesseret i at deltage i nogle af de mange tilbud, og vi glæder os til at være sammen med dig. Aktiviteterne koster 15 kr. pr. gang inklusiv kaffe/te, hvis ikke andet er angivet.

Teknologibibliotek

Book en tid til at få hjælp til at bruge din telefon, tablet, pc eller få viden om hjælpsomme produkter. Skriv til os på mail: tekno@alzheimer.dk eller ring til 5210 9419.

Er du i tvivl om noget, eller har du spørgsmål, er du altid velkommen til at kontakte os.

Mange hilsener Nini og Karin



Faste aktiviteter – mandag

Kl. 10-12	Gå-holdet Vi går en dejlig tur i nærområdet og slutter af med en kaffetår og en sang.
Kl. 13-15	Rådgivning Ring og få en aftale om personlig rådgivning og hør, hvad Demensfællesskabet kan tilbyde dig.
Kl. 13-16	Ud i det blå Vi tager bussen og kører en tur, som passer dagen og vejret, og tager kaffen med (pris: 40,- for bussen)
Kl. 16.30-18 Sidste gang den 4/5	Dans dig glad Kom og dans dig glad – med partner eller alene. Vi sørger for god musik, og alle kan være med.

Fast aktiviteter – tirsdag

Kl. 11-12	Stoleyoga og mindfulness Vi bevæger os og strækker kroppen i et roligt tempo, hvor alle kan være med. Vi slutter af med lidt mindfulness. Kom i behageligt tøj, som du kan bevæge dig i.
Kl. 12.30-13.30	Læsegruppe Læseguiden vælger nye og korte tekster til hver gang og læser teksterne højt, hvorefter der lægges op til en snak.
Kl. 13.45-15.15	Kognitiv stimulationstræning – hold 1 Vi træner kognitive (dvs. mentale) funktioner igennem forskellige aktiviteter. Hjernens netværk vedligeholdes og styrkes, samtidig med at vi hygger os sammen.

Faste aktiviteter – onsdag

<p>Kl. 10-12 (Starter 8.4)</p>	<p>Naturtræning Kom og vær med til at træne udendørs: Vi bruger sammen skovens træer og stier til at styrke krop og mental sundhed. Naturtræning giver nemlig dejlig sammenhæng mellem naturoplevelser, motion og fællesskab.</p>
<p>Kl. 12.30-15 (i ulige uger)</p>	<p>ODIN-gruppen ODIN (Om Demens Indefra) er en gruppe, som arbejder med at oplyse om demens og om det at have en demenssygdom.</p>

Faste aktiviteter – torsdag

Kl. 10-11.30	Kognitiv stimulationstræning – hold 2 Vi træner kognitive (dvs. mentale) funktioner igennem forskellige aktiviteter. Hjernens netværk vedligeholdes og styrkes, samtidig med at vi hygger os sammen.
Kl. 12.30-15.30 (i ulige uger)	Bustur – ud i det blå – torsdagsture OBS! Kun følgende datoer: 9/4, 23/4, 7/5, 21/5, 4/6, 18/6 Vi tager bussen og kører en tur, som passer dagen og vejret og tager kaffen med (pris: 40,- for bussen).
Kl. 13-15	Kognitiv stimulationstræning for yngre Vi træner kognitive funktioner igennem forskellige aktiviteter. Fysik træning, meditation i naturen, sociale/kreative arrangementer indgår på dette hold.

Tilbud om motion og samvær hos Ældreidrættens Hus / Senioridræt Odense

Bolbro gamle skole, bygning F – Gymnastiksalen
Stadionvej 50, 5200 Odense V

Tlf. 6614 8625

Deltagerbetaling afregnes på stedet

Mandag og fredag kl. 11-12	Hård fysisk træning for yngre borgere med demens Forholdsvis hård styrketræning og konditionstræning (2 gange om ugen).
Onsdag 11-12	Bevæg dig – bevar dig. Motion og samvær for borgere med demens Vi træner krop og hjerne og hygger efterfølgende med kaffe, boller og fællessang.
Torsdag Kl. 10-12	Bevæg dig – bevar dig. Motion og samvær for borgere med demens og pårørende Vi træner krop og hjerne, så kom og få pulsen op og sved på panden. Bagefter hygger vi med kaffe, boller og fællessang.

Arrangementer i april 2026

<p>Søndag 26/4</p> <p>Kl. 13-15</p>	<p>Søndagsbanko</p> <p>Kom og få et par hyggelige timer med bankospil, kaffe og sang – og måske vinder du en lille præmie!</p> <p>Pris: 30 kr. for kaffe/te og kage Banko-plader sælges for 10 kr. stykket.</p>
<p>Onsdag 29/4</p> <p>kl. 10-14</p>	<p>Kultur og naturtur</p> <p>Se særskilt invitation. Pris følger.</p> <p>Tilmelding påkrævet.</p>

Arrangementer i maj 2026

Mandag 4/5 kl. 13.30- 15.30	Kreativ café Vil du være kreativ eller elsker håndarbejde – så kom til kreativ café. Der er altid et lille projekt, som du kan gå i gang med, men du kan også tage dit eget håndarbejde med, så kan få hjælp med at komme i gang.
Tirsdag 5/5 kl. 17	Middag på Restaurant Kratholm Middag med mad og fællessang. Se særskilt invitation. Tilmelding påkrævet
Onsdag 20/5 kl. 10-14	Kultur og naturtur Tur til Bryghuset, Svendborg Demensby Se særskilt invitation. Pris følger. Tilmelding påkrævet.

Arrangementer i juni 2026

Mandag 1/6 kl. 13.30- 15.30	Kreativ café Vil du være kreativ eller elsker håndarbejde – så kom til kreativ café. Der er altid et lille projekt, som du kan gå i gang med, men du kan også tage dit eget håndarbejde med, så kan få hjælp med at komme i gang.
Fredag 5/6 kl. 12-14	Fredagsfrokost Kom og nyd et par stykker smørrebrød med os – og vi synger selvfølgelig et par sange. Se særskilt invitation. Pris 80 kr. Tilmelding påkrævet
Torsdag 11/6	Sommerudflugt Årets sommerudflugt for deltagere og pårørende. Se særskilt invitation. Pris følger Tilmelding påkrævet
Uge 27	Sommerhøjskole Mandag d. 29/6, onsdag d. 1/7 og fredag d. 3/7 Mere info følger når programmet er lagt

SOMMERHØJSKOLE

i uge 27



Vi gentager succesen fra de sidste par år og tilbyder 3 spændende højskoledage for både deltagere og pårørende, inden vi går på sommerferie.

Vi mødes **mandag, onsdag og fredag** i Demensfællesskabet, og det bliver tre dage med sang og musik, spil, samtale, let motion, meditation, udflugter, kreative aktiviteter og masser af hygge.

Program og nærmere informationer følger 😊

SOMMERLUKKET I DEMENSFÆLLESSKABET FYN

Vi holder sommerlukket i uge 28, 29, 30 og 31

Vi åbner op igen mandag d. 3. august, hvor vi glæder os til at tage imod jer med nyt program – og en masse velkendte aktiviteter

Demensfællesskabet Fyn

Åbningstider

Mandag-torsdag kl. 9-15



Skibhusvej 52B2, 5000 Odense C



5364 6091



dffyn@alzheimer.dk



www.alzheimer.dk/demensfaellesskabet-fyn



Demensfællesskabet-Fyn



Mobilepay 313770



Scan QR-koden og
læs mere



 **bedre liv
med demens**
alzheimerforeningen