

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.

HVOR:
Brandbjerg Højskole
Brandbjergvej 12
7300 Jelling

HVORNÅR:
6.-10. november 2023

HVOR MEGET:
Medlemmer: 5.500 kroner inkl. kost og logi
Ikke-medlemmer: 7.000 kroner inkl. kost og logi

HVORDAN:
Udfyld ansøgningsformularen på:
www.alzheimer.dk/aktiviteter/aktiv-hoejskole/
Ansøgningsfrist: 11. september 2023

YDERLIGERE OPLYSNINGR:
Josephine Svaneberg, telefon 52 10 22 43,
mail: josephine@alzheimer.dk

Alzheimerforeningens

Aktiv Højskole

for mennesker med en demenssygdom



Brandbjerg Højskole, Jylland

6. - 10. november 2023

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

TRYGGE RAMMER

Alzheimerforeningen arrangerer Aktiv Højskole i samarbejde med Brandbjerg Højskole, demenskoordinatorer og frivillige. På højskoleopholdet vil der være fagpersoner med specialviden om demens til at hjælpe og støtte under opholdet.

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

"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

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**

