

egmont
højskolen

SOMMERKURSUS

LEG, LATTER OG LIVSGLÆDE

– For børn og voksne

Uge 29

18. - 24. juli 2022



Dansk Håndicap Forbund

– et liv med lige muligheder

– udviklet i samarbejde med

Danmarks mest rummelige højskole

LEG, LATTER OG LIVSGLÆDE

– for børn og voksne

Ugens fællesnævner og overskrift er leg, latter og livsglæde. Her er der plads til alle, der vil lege, glæde sig, nyde sommeren, dyrke fællesskabet og lade sig inspirere af mødet med andre mennesker i Egmont Højskolens omgivelser, hvor der er få meter til strand og hav, sports- og svømmehal.

Morgen: Der er morgensamling med fællessang for alle hver morgen, og for de helt friske er der mulighed for morgenyoga.

Formiddagene byder på fag, hvor børn og voksne arbejder sammen i forskellige valgfag, som dette år er: Adventure; De kreative; Familie-eksperimentariet; Fantastisk familiemad; Sammenspil for alle.

Eftermiddagene er sammensat således, at mens børn er i grupper, hvor børneteamet står for aktiviteterne, kan forældre vælge mellem følgende fag: Aktiv Psykologi; Film og debat; Syng med; Hvad er friluftsliv?; Foto og redigering; Idræt; Maleri; Sølvværksted; Mad for alle; Kajak; Sejlads; Integreret dans.

Ungegruppe (14-17 år) kan vælge mellem fagene Musik, Battle Rap og Leg; Sommer, eventyr og frisk luft; Integreret dans.

Fredagen giver mulighed for at fordybe sig i eftermiddagsfagene, da disse fylder hele dagens program.

Aftenarrangementer: Samtalecafé, åben svømmehal, klatrevæg, højskoleaften, oplæg ved LOBPA og bålaften. Ugen rundes af med en afslutningsfest, hvor et live band spiller op til dans efter middagen.

BØRNEGRUPPEN 1-13 ÅR – EFTERMIDDAG

Dette års tema er TIDSMASKINEN!

Vi håber, at I vil være med til at slippe fantasien løs, stige ind i tidsmaskinen og tage på eventyr med os. Vi skal besøge forskellige tidsaldre, begivenheder og måske endda tage en tur til fremtiden. Her skal vi lege, udforske livet i de forskellige tider og være kreative.

Mest af alt håber vi på at have en sjov, hyggelig og eventyrlysten uge sammen i fantasiens tegn! Vi slutter ugen af med vores egen store fest med musik, lege, sjov og gang i den. Vi glæder os helt vildt til det endelig skal blive uge 29, og vi håber meget, at I vil være med.

De bedste hilsener fra børnegruppen

UNGEGRUPPEN 14-17 ÅR – EFTERMIDDAG

Musik, Battle Rap og Leg

v/Nicolai Falkenberg

Er for dig, der vil prøve en særlig uge i musikens legende verden. Vi kommer til at skulle lave meget forskelligt som f.eks. sammenspil, Battle Rap med vores egne hjemmeskrevne rim, lege forskellige musikalske lege, skrive en sang i fællesskab og høre musik ude i solen og sætte ord på, hvad der gør musikken fed. Der vil være mulighed for at fordybe sig i et instrument, uanset om du har spillet instrumen-

tet før eller bare gerne vil lære det at kende. Udover at have det fede fællesskab omkring musikken, så kommer vi også til at lave lege og f.eks. tage en dukkert i vandet.

Her er der plads til alle, og det er ikke vigtigt, om man kan spille et instrument eller ej, så længe man er åben overfor det.

Sommer, eventyr og frisk luft

v/Simon Stjernholm

Drømmer du om en uge med grin, sjove aktiviteter og eventyr på Egmont Højskolen sammen med andre i alderen 14-17 år, så er dette kursus det, der kan få dine drømme til at gå i opfyldelse. Vi skal på adventure-race, lave mad over bål, bade, spille ultimate og meget mere i løbet af ugen.

Alle kan være med, og det er garanteret, at du her vil få det både sjovt og hyggeligt sam-

men med andre på din alder. Vi bruger faciliteterne både på og omkring Egmont og nyder sommerens muligheder.

Med det sagt vil der også være plads til, at I kan være med til at gøre ugen helt unik ved at komme med input til, hvad der skal ske i løbet af ugen. Denne er faget for dig, der er glad for frisk luft, sommeraktiviteter og fællesskaber.

Integreret dans

v/ Nicky Visser og Janne Weidinger

Har du lyst til at danse dig glad, lukke op til din kreative kilde, samarbejde, lege og opleve fællesskab, så er denne uge noget for dig. Integreret dans er for alle. Uanset niveau. For unge og voksne. Det kræver ingen forkundskaber.

I ugen skal vi opvarme, lære koreograferede sekvenser, udfolde os kreativt, lave pararbejde og danse i grupper og måske rykke ved grænser i forhold til, hvad vi tror, vi kan. Mange, der deltager i integreret dans, oplever gode sideeffekter som øget smidighed, bedre balance, koordination, koncentration og kondition samt større glæde.

Vi inspireres af dansefilm og dansehistorie, og sidst på ugen viser vi, hvad vi har arbejdet med til de øvrige kursusdeltagere.



Ugens arbejdstitel er: LISTEN-IN; hvor vi fokuserer på evnen til at lytte ... og ikke kun med ørerne!

Medbring tøj, som du kan bevæge dig frit i, indendørs og udendørs.

Se mere på www.integrateddance.dk

Projektet er støttet af Statens Kunstfond, Egmont Højskolen og Louis-Hansen fonden

HUSK at krydse af på tilmeldingsblanketten!

FORMIDDAGSFAG

Familie-eksperimentariet

v/ Jacob Henriksen

Hvis I synes, at det er spændende og sjovt at undersøge, eksperimentere, konstruere, lege og dyste – og frem for alt at gøre det sammen, så er det her holdet for jer.

Dette er faget, hvor vi undersøger, hvem der kan skyde længst, flyve højest og en hel masse andet.

Der skal dystes og leges med mange forskellige materialer og muligheder. I løbet af ugen arbejder vi med flere mindre projekter og for-

søg, men der kan også forekomme et større fællesprojekt. Der er tale om et udpræget praktisk fag, hvor man er sammen om tingene, og hvor alle kan være med. Undervisningen lægger op til samarbejde, kreative løsninger og afprøvning af gode, såvel som mindre gode ideer, alt imens I arbejder jer hen imod det design og det produkt, der kan sikre jer sejren ved dagens dyst.

De Kreative

v/ Lene Rosenberg og Dorthe Mortensen

På dette hold skal vi være rigtig KREATIVE.

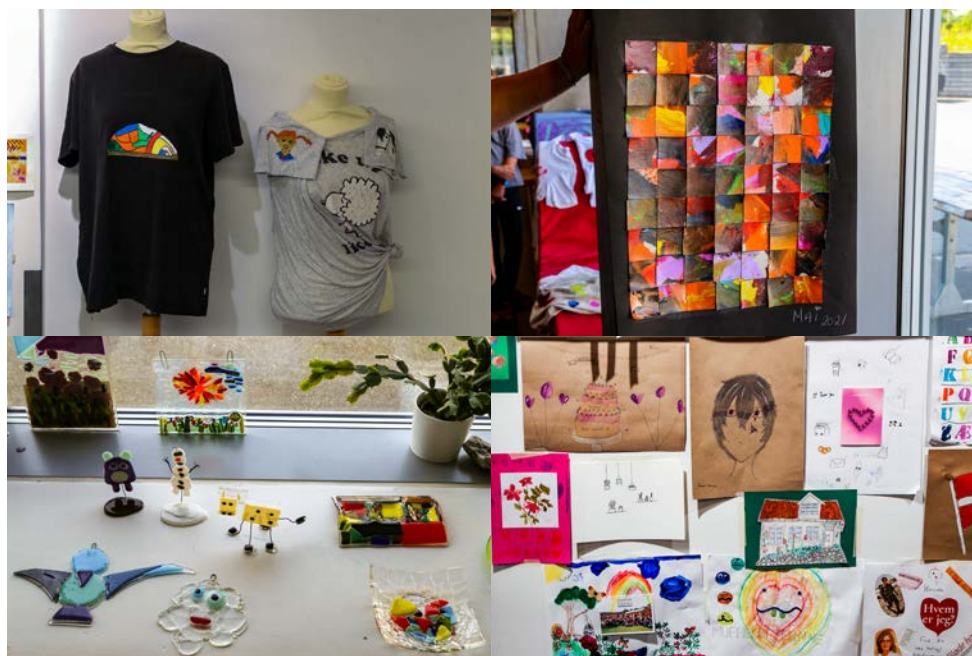
Vi skal tegne, bl.a. ansigter, dyr, perspektiver store som små, og animationsopbygning. Genopdage katoffeltrykformen, så kig i skabet og medbring evt jeans, t-shirt eller sengetøj.

Maleri – her kan vi bruge en gammeldags overhead til de store forstørrelser, lave abstrakte tryk og meget mere.

Collage – her skal vi rigtig klippe og klistre samt trykke og bruge silkepapir.

Glas – vi kan sandblæse, male eller smadre og smelte sammen igen til flotte kunstværker, så medbring evt gamle flasker, vaser eller glas.

Perler – og vi kan blive ved og ved. Kun fantasien sætter grænser.





Sammenspil for alle

v/ Nicolai Falkenberg



I år skal hele familien mærke magien ved at skabe musik sammen!

Vi skal mærke fællesskabet og have det sjovt på tværs af generationer, og her er plads til alle. Så kom, uanset om du aldrig har spillet på et instrument før eller er øvet musiker. Vi skal i forbindelse med sammenspillet bl.a. ar-

bejde med dynamik og virkemidler i et trykt læringsrum, hvor der er plads til fejl. Vi finder selv ud af instrumentsammensætning, og det vil være muligt at udforske flere forskellige instrumenter i sammenspillet. I løbet af ugen kan man låne alle skolens musikinstrumenter, men man må selvfølgelig også gerne have et instrument med hjemmefra. Kom og leg med.

Adventure

v/ Lasse Nielsen og Thomas Jørgensen

Adventure ifølge ordbogen: En spændende, usædvanlig og undertiden farlig oplevelse.

Men Adventure står i vores verden for mange ting; lysten til at opleve, prøve nye ting, grænsevadere, forstå og bruge naturen som lære- og legeplads. Alt dette i et fællesskab med hinanden og Moder Jord.

Vi skal være udenfor så meget, som vejret tillader det. Tømmerflådebyg, bål og madlavning, orienteringsløb/cykling og rebklatring

på væg er blandt de elementer, I kan blive udsat for.

Alle udfordringer og opgaver, vi gennemfører i ugens løb, bliver løst sammen, og på den måde håber vi at give alle en følelse af at have været en del af det lille fællesskab, vi kaldte Adventure i uge 29 på Egmont Højskole.

På Adventure laver vi ting alt efter forholdene, men der er garanti for fart, spænding, refleksion og hygge - for både store og små.

Fantastisk familiemad!

v/ Maria Schønau

I år skal hele familien med i køkkenet. Vi skal have vækket vores nysgerrighed og madglæde, så vi får mod på at eksperimentere i køkkenet og smage ting, vi måske ikke ellers ville have smagt. Det handler om at skabe madoplevelser, der giver gode madvaner på sigt. Vi skal lave nye aftensmadsfavoritter, øve os i

at smage på nye ting og i det hele taget dykke ned i det væld af dejlige oplevelser, som maden kan byde på. Monstro vi ikke også får plads til lidt lækre kager og søde desserter undervejs;-) Vi skal have børnene tilbage i køkkenet, så jeg håber vi ses i uge 29.

EFTERMIDDAGSFAG

Kajak

v/ Lasse Nielsen og Thomas Jørgensen

Nøglen til autentiske naturoplevelser. Det seneste årti er interessen for kajak eksploderet. Det skyldes friheden, man får ved at styre sin egen kurs mod de små lommer af vild natur, vi har i Danmark. Samtidig er det en fantastisk måde at motionere på. Du vil blive introduceret til kajakkens og gennem leg, roning og tekniske øvelser få færdigheder svarende til en IPP1 kajakroer. Vi har fokus på sikkerhed og tryghed i vandet (Så forvent at blive våd!).

Du skal have nogenlunde førlighed i arme og kunne vippe med hoften for at sidde i en havkajak. De fleste kan dog uanset førlighed sidde på en sit-on-top kajak, hvilke vi har masser af.

En udendørs uge med sol, saltvand og glæden ved havet er i vente. Ugen bliver uforglemmelig uanset, men med kajak på skemaet bliver den også eventyrlig.

Mad for alle

v/Dennis Kirkebæk

Har du appetit på at fordybe dig i madens univers? Kom og leg med i køkkenet, hvor vi sammen skal tilberede farverige retter og lave lækre eftermiddagssnacks. Vi skal forbi det søde køkken, det grønne køkken og køkkenet i det fri. Udbuddet af friske urter, bær og sprøde grøntsager er særligt stort midt på sommeren – og det skal fejres! Vi vil un-

dersøge de 5 grundsmage og blive klogere på sansernes indflydelse på maden. Der vil være masser af tips til den flotte anretning, og du vil komme hjem med en god samling opskrifter og ny inspiration. Alle kan være med! Det vigtigste er, at du har lyst til at lave mad og eksperimentere.

Aktiv psykologi – den gode hverdag

v/ Ann-Louise Otos Rusborg

Hvordan holder man balancen i en travl og presset hverdag, med krav fra job, familie, fritid, interesser, venner og meget andet ... Hvad gør daglig belastning ved os, og hvad kan vi gøre ved den? Vi skal dele erfaringer, lave øvelser, walk'n talks, høre oplæg, lave mindfulness, reflektere sammen og hver for sig, og vi skal ud og bevæge os – og bevæge hinanden.

Alt sammen for at finde ind til, hvordan vi bedst holder balancen, får prioriteret os selv, livsglæden og det vigtige i vores liv.

Vi skal bruge både krop og hoved for at få de bedste erfaringer frem, som vi kan udveksle med hinanden, forankre dem i os selv, og tage dem med hjem til hverdagen.

Faget henvender sig til os alle.

Sejlads

v/ Pierre Baad

At sejle er at lære at styre og trimme sejl, at kende vejret og vandet og at blive våd, solbrændt og lykkelig. V sejler i de mindre både som Mini 12'er, Twin og Sonar, der alle er velegnede til handicapsejlad. Efter et grundlæggende kursus om færdselsregler på vandet skal vi sejle med og mod hinanden. Grundelementerne bliver saltvand, solskin og fart over feltet. Vi skal primært sejle på bane og blive gode til at manøvrere bådene. Har du lyst til at konkurrere, føle glæden ved at være på vandet og lære at sejle, så er sejladets fag for dig.





Syng med

v/ Iben Bøgh Lautrop

Syng med i et kor, hvor stilen er en blanding af sange fra den blå højskolesangbog, popsange, gospel og soul. Vi vil både synge på dansk og engelsk, og du kan være med, uanset om du vil have udfordringer, eller om du er nybegynder.

På dette fag har du chancen for at være en del af den store lyd, som vi skaber i fællesskab og få erfaring med flerstemmig sang.

Her har musikken ikke noget at gøre med, hvem der synger bedst, det handler derimod om udtryk, indlevelse, energi, glæde og smerte – med andre ord alt det, musikken kan.



Vi øver alle dagene på højskolen med undtagelse af fredag, hvor vi pakker madpakker og vandrer ud til en lokal kirke, hvor vi synger og får mulighed for at udnytte den gode akustik, som kirkerummet giver.

Maleri

v/ Lene Rosenberg

Har du lyst til at male? Har du malet før? Eller er det noget helt nyt, du har lyst til at prøve? Uanset hvor du er, kan du være med til at prøve kræfter med maleriets mange muligheder! I maleri arbejdes der i løbet af ugen med forskellige redskaber som pensler, svampe, malerruller og kunsten i at flette det sammen på lærred. Lærredet og farverne danner

rammen, og vi udforsker, hvad farverne kan udtrykke af forskellige stemninger. Vi bruger tegning som redskab til at starte et maleri. Vi kommer omkring parafrase portrætet og at tegne/male efter model. Der er både bundne og frie opgaver, hvor du kan finde dit eget udtryk. Lærreder kan købes billigt på kurset.

Film og debat – samhørighedens væsen

v/ Sanne Rubinke

Med afsæt i en håndfuld film skal vi afsøge begrebet "samhørighed". Hvad består samhørighed af? Hvordan opstår samhørighed? Hvem kan man opleve samhørighed med? – Og om hvad? Kan samhørighed have forskelligt udtryk? Og forskellig konsekvens? Kan man bryde samhørigheden? Og hvad sker der, hvis den brydes?

Vi kender forhåbentlig alle følelsen af eller oplevelsen af at have samhørighed med nogle. Det kan være familie, venner, kolleger, studiekammerater, sportskammerater...eller en hest. Men samhørighed er ikke altid positiv

og tryk, – den kan også være som snærende bånd eller ligefrem ekskluderende i forhold til den større omverden. Måske spænde ben for eller befordre drømme.

Dagens undervisning vil typisk begynde med, at vi sammen ser en film, som på en eller anden måde skildrer temaet "samhørighed". Nogle film er korte og nogle lange. Vi skal debattere dem alle og såvel afsøge som udfordre samhørigheden, som den er skildret. Og naturligvis reflektere og relatere til vores egne oplevelser af samhørighed på godt og ondt.





Hvad er Friluftsliv?

v/ Anders Kronborg

Friluftsliv er gået mainstream! Prøv blot at lave en søgning på google, og du får 26.000.000 hits! Du kan besøge friluftscentre og friluftsland(e), tage på friluftsferie og gå i friluftstøj. Danmark har sågar en nationale friluftspolitik! Men hvad er friluftsliv, hvor stammer det fra og, hvorfor er det blevet så

populært? På faget går vi tilbage til rødderne og udforsker det traditionelle nordiske friluftsliv gennem forskellige aktiviteter. Du kan se frem til aktive udeoplevelser, alt imens du griner, sveder, fordyber dig og lærer – i fællesskab med andre naturligvis.

Fra postkort til plakater

v/ Stevie Kørvell

Lær at redigere dine egne billeder – eller lave nye billeder fra bunden.

Her skal vi lege med digitale billeder. Du lærer bl.a. hvordan man redigerer billeder, justerer lys og farve, ændrer størrelser, beskærer, fritlægger og manipulerer. Vi kommer omkring lagring og filformater, og hvordan man deler

sine billeder på nettet. Sidst men ikke mindst ser vi på, hvordan man forbereder billeder til udskrift på alt fra små visitkort til store plakater (og vi har en rigtig plakatprinter!).

Store print er forholdsvis dyre, så her må du påregne materialeudgifter.

Idræt

v/ Rasmus Schmidt

Vi skal på opdagelse i idrættens mangfoldighed og kigge nærmere på alle de forskellige dele og elementer, som idrætten kan tilbyde. En uge med høj puls og sved på panden. Vi skal spille, lege, grine, svede og konkurrere hele ugen! Kodeordene er højt humør, høj intensitet og masser af udfordringer.

Vi skal både være inde i vores hal og lege med alt vores udstyr. I vil blive præsenteret for en række alternative boldspil og de bedste af de knap så alternative :) – der er ikke noget, der

er meget sjovere end en omgang kørestolsrugby i vores manuelle kørestole. Derudover hopper vi i svømmehallen og bliver udfordret både i og under vand.

Vi skal på havet enten i kajaker eller på vores stand up paddle boards og måske også lidt havsvømning.

Så skal vi selvfølgelig også bruge vores dejlige udearealer, så medbring masser af godt humør og tøj til det hele!

Smykkeværkstedet

v/ Peter Mygil Sandberg

Har du aldrig fremstillet smykker? Måske har du prøvet? Her fremstiller vi ringe, armbånd, og andre smykker efter egne ønsker, design og evner.

Her har du mulighed for at lave den perfekte gave til dig selv eller en, du holder af. Det er gaver, der holder og skaber glæde i mange år.

Om du er nybegynder eller øvet er jeg der til at hjælpe og vejlede hele kurset

Vi tager udgangspunkt i vikingesmedens værksted og starter med de grundlæggende færdigheder i smedning af ringe med knudelukning.

Herefter arbejder vi videre med snoning, fletning, vedhæng og egne designs.

Har du erfaring på forhånd, starter du på eget niveau. Ellers har jeg eksempler med på smykker, du kan lave.

Vi bruger klassiske sølvsmedeværktøjer, og der er mulighed for smedning, valsning og lodning.

Og ... der er først og fremmest mulighed for at miste tidsfornemmelsen og opleve selvfor-glemmelse og flow.



ØVRIGE AKTIVITETER

Mandag: Intro og Samtalecafé

Kl. 15:30 Rundvisning på skolen for interesserede.

Efter aftensmaden mødes vi i spisesalen, hvor ugens program bliver gennemgået, og der bliver tid til at hilse på hinanden. Forældre og børn mødes og hilser på børnepasserne og aftaler nærmere omkring aflevering og afhentning. For de resterende er der kaffe og samtalecafé i spisesalen.

Tirsdag aften: Svømmehal

Vi åbner svømmehallen.

Onsdag aften: Højskoleaften

I Lillesalen med sang og musik og gode historier.

Torsdag aften: Svømmehal og klatring

Vi åbner svømmehallen og der er mulighed for klatring i hallen.

Fredag aften: Bålaften ved stranden & Lobpa introduktion i Lillesalen

Med sanghæfter, guitar og bålkafe synger vi i fællesskab stjernerne frem ved stranden.

Lobpa:

• Hjælpeordningernes abz

Kom på omgangshøjde med alle mulighederne inden for hjælpe- og støtteordninger – og for at kombinere paragrafferne og få de bedste rammer om et frit liv for barnet og for resten af familien. Tag med LOBPAs socialfaglige konsulent på en guided tour. Oplægget afholdes med støtte fra Socialstyrelsen.

• Sådan bliver man voksen for åbent tæppe

Her kommer opskriften på at blive ung og voksen – når handicaphjælperne er med på side-linjen. Udviklingskonsulent i LOBPA, Sigrid Stilling Netteberg forklarer hvordan. Lyt med og spil også med i voksenlotteriet. Oplægget og spil afholdes med støtte fra Socialstyrelsen.

Vel mødt – Vibeke Rieneck, Sigrid Stilling Netteberg

LOBPA er landsorganisation for alle med BPA (Borgerstyret Personlig Assistance).

Lørdag aften: Fest

Afslutningsmiddag med efterfølgende fest, hvor bandet »Playlisten« spiller op til dans.

Hver morgen: Morgenyoga v/ Lea Thomsen

Yoga med fokus på grundstillinger og milde flow-bevægelser samt vejtrækning. For alle.

Hver morgen: Morgensamling

med fællessang for alle.



PRAKTISKE OPLYSNINGER

Ankomst

Mandag d. 18. juli mellem kl. 13:00 og 15:00.

Afrejse

Søndag d. 24. juli kl. 12:00.

Værelser forlades senest kl. 10:00.

Kursuspris

Voksne over 17½ år 3.975 kr.

Barn 3-17½ år 1.675 kr.

Tillæg for enkeltværelse 300 kr.

Ved afbud pga. sygdom får du alle penge retur, hvis du fremsender lægeerklæring.

Tilmelding og betaling

Vi skal have modtaget din tilmelding **senest mandag d. 16. maj** – enten på vedlagte tilmeldingsblanket eller via vores hjemmeside.

Herefter fremsendes faktura på deltagerbetaling + evt. tillæg for enkeltværelse, elseng og loftlift. **Hele beløbet betales på én gang senest d. 1. juni.**

Læs om vilkår og betingelser samt tilmeld dig på vores hjemmeside www.egmont-hs.dk under *Sommerkurser*.

Tilskud

Egmont Højskolen administrerer på vegne af Vanførefonden, Bevica Fonden og Bevica Legater puljen »Den gode oplevelse i et fællesskab med andre«.

Puljen har til formål at give mennesker, der er udfordret af deres handicap og økonomi, mulighed for gode oplevelser i et fællesskab med andre. Den bærende tanke er, at alle bliver stærkere og får mere overskud og glæde gennem sociale fællesskaber.

Kursister, som ønsker et ugeophold om sommeren, vil have mulighed for at ansøge om udgiften til eget kursus og udgiften til ledsagers ophold.

Find vejledning og ansøgningskema på vores hjemmeside www.egmont-hs.dk under *Sommerkurser*: »Tilskud«.

Tilskud fra DHF

Hvis du er medlem af DHF og har hjælper-, ledsage- eller aflastningsordning, giver DHF tilskud til hjælperens pris, således at prisen bliver 1.550 kr.

Kontakt: Ulla Trøjmer ☎ 30 48 12 01
u.trojmer@gmail.com

Hjælper/hjemmehjælp

På Egmont Højskolen findes en lille hjemmehjælpsafdeling, som kan give en hånd med, når du fx skal hente mad ved buffeten, have pakket ud, have gjort rent i begrænset omfang, knappet skjorte, bundet sko osv.

Hvis du skal have mere omfattende personlig pleje eller støtte til fx bad, toilet og påklædning i mere end 10 min. morgen og aften, skal du medbringe den hjælp, som du får hjemme. Det vil sige, at din hjemkommune skal overflytte din hjemmehjælp (som du har fået bevilget efter Servicelovens §83, §85 eller §95) til Egmont Højskolen, så vi har midlerne til at ansætte ekstra hjælpere. Hvis du har hjælperordning efter §96, skal du medbringe egne hjælpere.

VIGTIGT – VIGTIGT – VIGTIGT

*Hvis du **ikke** medbringer timer til hjemmehjælp, og hvis du **ikke** har oplyst skolen om dit behov for hjælp, vil der **ikke** blive stillet hjælp til rådighed.*

*Det er således **dit ansvar** at sørge for, at bevillingen er på plads, og at skolen er vidende om dit behov for praktisk hjælp, **inden kurset starter.***

Husk at afkrydse på tilmeldingsblanketten, at du ønsker et skema omkring hjælpebehov tilsendt.

***Skemaet skal være Egmont Højskolen i hænde senest den 23. maj.** Dette er vigtigt, da vi ellers ikke har mulighed for at skaffe hjælpere.*

Værelser

Skolens værelser er af meget forskellig standard. Det skyldes, at værelserne er bygget i løbet af en årrække, og at krav og behov har ændret sig. Vi håber, at I vil have forståelse for, at værelsesfordelingen sker efter kriterierne: behov og først-til-mølle.

Hjælpe midler

Skolen har 30 værelser med loftlift, som fordeles efter først-til-mølle-princippet. Eget sejl skal medbringes.

Badesæde (væghængt) og badebåre kan lånes, hvis det er forudbestilt.

Elseng kan lejes men skal bestilles senest en måned før kursusstart. Vi råder dog kun over et begrænset antal, så bestil kun, hvis du bruger det til hverdag.

- Leje af loftlift: 200 kr. pr. uge
- Leje af elseng: 300 kr. pr. uge

Alle andre personlige hjælpemidler (f.eks. toiletstol, særlig madras, ekstra puder mv.) skal medbringes. Herunder også sugerør og mundbind.

Medbring evt. også egen crosser – højskolen har ingen mulighed for udleje.

Husk at krydse af på tilmeldingsblanketten om du har brug for loftlift/elseng.

Sengetøj, linned mv.

Du skal ikke medbringe dyne, pude, senge-linned og håndklæder. Det er dog en god idé at medbringe et håndklæde til strandbrug, da skolens *ikke* må medbringes på stranden.

Påklædning og udstyr

Husk badetøj og eget badehåndklæde. Egmont Højskolen har verdens bedste badebro ved stranden.

Husk også at medbringe særlig påklædning ift. de fag du vælger (sejlads, kajak, idræt m.m.).

Materialeudgifter

Vær opmærksom på, at der på visse fag kan forekomme materialeudgifter, som du selv skal betale.

Kontor

Skolens kontor er åbent alle hverdage mellem kl. 8:00 og 15:00. Her kan du bl.a. hæve kontanter, finde postkort, kuverter, frimærker mv.

Henvendelse

Charles Hansen
Ingeborg M. Holm

ch@egmont-hs.dk
ih@egmont-hs.dk

Egmont Højskolen
Villavej 25, Hou
8300 Odder
mail@egmont-hs.dk
www.egmont-hs.dk

☎ 87 81 79 00



Med forbehold for fejl og ændringer



Tid	Mandag 18/7	Tirsdag 19/7	Onsdag 20/7	Torsdag 21/7	Fredag 22/7	Lørdag 23/7	Søndag 24/7
6:45		Morgenyoga	Morgenyoga	Morgenyoga	Morgenyoga	Morgenyoga	
7:45		Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	
8:45-9:15		Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	
9:30-12:00		Formiddagsfag for børn, unge og voksne	Formiddagsfag for børn, unge og voksne	Formiddagsfag for børn, unge og voksne	Eftermiddagsfag for voksne/unge og Børnepasning	Formiddagsfag for børn, unge og voksne	8:00-12:00 Mokost & afrejse
12:30	13:00-15:00 Ankomst & indkvartering	Frokost	Frokost	Frokost	Frokost	Frokost	
14:00-17:00	15:30 Rundvisning	Eftermiddagsfag for voksne/unge og Børnepasning	Eftermiddagsfag for voksne/unge og Børnepasning	Eftermiddagsfag for voksne/unge og Børnepasning	Eftermiddagsfag for voksne/unge og Børnepasning	Eftermiddagsfag for voksne/unge og Børnepasning	
18:00	17:00 Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Grillaften	Festmiddag	
Ca. 19:00							
Natmad ca. kl. 21	19:15 Introaften og velkomst	Svømmehal åben	Højskoleaften	Svømmehal åben og klaring	Bålaften ved stranden samt Lobba introduktion i Lillesalen	Farvefest med live-musik v/ »Playlisten«	

Med forbehold for ændringer. Nærmere program tilsendes før kursusstart.

Tilmelding til »Leg, latter og livsglæde«

– for børn og voksne

18. – 24. juli 2022

Skriv tydeligt med BLOKBOGSTAVER - og KUN EEN voksen pr. blanket. Rekvirer gerne flere blanketter.

Navn.....: _____

Adresse.....: _____

Postnr. og by. .: _____

Tlf.nr.....: _____ Email: _____

Cpr.nr.:.....: _____ **Tilmeldingen er kun gyldig med cpr.nr.**

Ønsker du at stå med navn, adresse og tlf.nr. på deltagerlisten, der bliver sendt til alle deltagere?

Ja Nej

Har du et handicap? Nej Ja - Hvilket: _____

Bruger du: Elstol Manuel stol Crosser Rollator Andet: _____

Hvis du har egen hjælper med, angiv:

Kommunal hjælperordning - hjælperens navn: _____

Ingen kommunal hjælperordning

Hvis du ikke har egen hjælper med, angiv:

Jeg har brug for hjælp fra Egmont Højskolen og ønsker spørgeskema tilsendt (se venligst i brochuren under "Praktiske oplysninger" i afsnittet om "hjælper/hjemmehjælp")

Hjælpe midler: (se brochuren)

Jeg har brug for elseng (leje kr. 300 pr. uge)

Jeg har brug for loftlift (leje kr. 200 pr. uge). **Eget sejl skal medbringes.**

Jeg har brug for badebåre

Jeg har brug for badesæde

Alle andre hjælpemidler såsom toiletstol, særlig madras, ekstra puder, sugerør, spiseredskaber mv. skal du selv medbringe.

Indkvartering: (se brochuren)

Jeg ønsker enkeltværelse (tillæg kr. 300 pr. uge)

Jeg ønsker dobbeltværelse sammen med: _____

Særlige behov i forb. med værelsesindretning: _____

Børn:

Navn

Alder ved

kursusstart

Evt. Handicap

Kost: Jeg er vegetar Jeg skal have særlig lægeordineret kost. Hvilken: _____ Andet: _____**Fagvalg:**

Angiv 1. og 2. prioritet. Du har det samme fag hele ugen, men angiv 2. prioritet i tilfælde af at din 1. prioritet er overtegnet.

Formiddag børn og voksne	Prioritet	1	2
Familie-eksperimentariet.....		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
De kreative.....		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sammenspil og fællessang.....		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Adventure.....		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fantastisk familiemad!.....		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Formiddag ungegruppen	Prioritet	1	2
Musik, Battle Rap og Leg.....		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sommer, eventyr og frisk luft.....		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Integreret dans.....		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Eftermiddag kun voksne	Prioritet	1	2
Kajak.....		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mad for alle.....		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aktiv psykologi – den gode hverdag.....		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sejlads.....		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Syng med.....		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Maleri.....		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Film og debat.....		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hvad er friluftsliv.....		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fra postkort til plakater.....		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Idræt.....		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Smykkeværkstedet.....		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Er du medlem af DHF? Nej Ja - angiv medlemsnr.: _____

Persondata:

På denne blanket har du opgivet oplysninger om navn, adr., cpr, evt. handicap, værelse, fagvalg samt evt. særlige kostbehov.

Af regnskabstekniske årsager opbevares blanketten forsvarligt med de angivne oplysninger i 5 år efter endt kursusophold.

Med din underskrift bekræfter du at være indforstået med ovenstående.

Dato:

Underskrift:

Samtykkeerklæring:

Jeg giver hermed mit samtykke til, at videoer og fotos, der bliver produceret under kurset, enten som situationsbilleder eller portrætbilleder, må bruges i fremtidig markedsføring for Egmont Højskolen. Det er fx højskolens hjemmeside, sociale medier/kanaler eller lignende. Derudover tryksager som fx nyhedsbreve, brochurer eller andet eksternt målrettet informativt materiale. Tilladelsen gives med den forudsætning, at billederne bliver brugt i en sammenhæng, der er ikke krænkende for undertegnede som person.

Jeg kan til enhver tid tilbagekalde mit samtykke skriftligt.

Dato:

Underskrift:

Bemærk: Situationsbilleder, hvis hovedformål er at gengive en aktivitet og som er harmløse ud fra en normal betragtning kræver ikke samtykke.