



– udviklet i samarbejde med:

Specialister i børnelammelse

POLIOFORENINGEN

Hjælp til liv, krop og sjæl

ULYKKEPATIENT
FORENINGEN



MUSKELSVINDFONDEN
plads til forskelle!

Det modige liv

...er titlen på årets sommerkursus i uge 26 på Egmont Højskolen.

Livsmod er mod til at leve, til at overvinde modgang, til at kæmpe for livslykke.

Livsmod er mod til at kaste sig ud i livet, til at vove at give et stykke af sig selv i tillid til, at det stykke bliver modtaget med kærlighed. Livsmod er håbet om, at man med vedholdenhed og ordentlighed kan skabe sig et værdigt liv. Livsmod er noget, vi hver især værner om, for frtages vi det, giver livet ingen mening.

Dette års sommerkursus vil have fokus på, hvordan vi bevarer modet. Livsmodet.

Hvordan vi på trods af vores forskellige livssituationer alligevel formår at vælge livet, og hvor troen på, at livet det er livet værd, vinder over tvivlen. Et liv hvor håb og vilje sejrer over tvivl og ulykke.

Det bliver en uge, hvor vi hele tiden vil blive mødt af tanker omkring, hvordan vi lever modigt. Det vil skinne igennem i fagene, hvor vi hver især bliver udfordret fagligt. Til foredrag og debatter, hvor vi lader os inspirere af spændende input og tanker fra eksperter og pionerer. Og sammen, når vi deler ud af vores erfaringer med livsmod over en kop kaffe, et glas vin eller et befriende grin i højskolens fantastiske rammer.

Musikken og fællessangen vil være allestedsnærværende gennem hele kurset og med garanti byde på gode oplevelser og masser af smil.

Vi skal høre 5 spændende og vidt forskellige foredrag. Nogle fremføres af mennesker, der på egen krop har erfaringer med kunsten at holde modet oppe, når livet synes meningsløst. Andre af mennesker, der har forholdt sig til livsmod på en videnskabelig måde.

Vi skal bruge en masse tid på forskellige fag. Udbuddet er bredt, og det rummer både kreative, aktive, reflekterende, producerende, velsmagende og vellydende fag.

Du vælger ét fag for hele ugen, som du kan fordybe dig i.

For de morgenfriske starter dagen med en dukkert i bølgen blå. Derefter er der flaghejsning og morgenmad. Efter morgenmaden er der fælles morgensamling i vores Lillesal.

Aftenerne byder på bål og fællessang ved badebroen. Sange og fortællinger fra højskolesangbogen med Søren Mølgaard. Karaoke, hvor de modige giver den gas som Frank Sinatra eller Birthe Kjær. Og svømmehal med wellness, sauna og varmtvandsbassin i Danmarks mest tilgængelige svømmehal.

Vi slutter ugen med et brag af en fest, hvor Thomas Borghus spiller op til dans.

Vi glæder os til at byde såvel nye som gamle kursister velkomne i uge 26 på Egmont Højskolen.

De bedste hilsner

Mette Lager og Nina Numan (Egmont Højskolen)
Muskelsvindfonden, PolioForeningen og UlykkesPatientForeningen

FOREDRAG & FÆLLESUNDERVISNING

FOREDRAG

Livsfortællinger

v/ Jacob Haugaard

Jeg har altid haft tre regler her i livet: »Hold ud – hold ud og hold ud«, siger Jacob Haugaard.

Livet er ligesom en snestorm. Du må ikke lægge dig ned.

Det er fortællingen om kampen for berømmelse, druk og fortiden.

Det er fortællingen om en fantastisk karriere og succesen med afholdenhed, store hits og Folketinget.

Foredraget er krydret med Jacob Haugaards sange.



FOREDRAG

Når modet er væk, må viljen tage over

v/ Linda Lyngsøe

»Der er altid lys for enden af tunnelen«.

Hvor ofte har vi ikke hørt den floskel, når livsmodet er væk. Når vi er ramt af livet – på livet. Når vi er blevet slået til pindebrænde i en ulykke, eller når kroppen bare stille og roligt lever sit eget miserable liv midt i, at vi havde en helt anden plan.

Nej. Der er faktisk ikke altid lys for enden af tunnelen. Og hvis der er, så kræver det både mod og vilje at turde fortsætte gennem den møgtun-

nel for måske at nå til det opreklamerede lys.

Linda Lyngsøe har selv mærket livet lidt for meget. Kørt ned på cykel fem gange, og med en livsballast der – med de positive briller på – har givet styrke til modgang.

Det er et foredrag om at mærke livet, når man faktisk ikke orker hverken at kæmpe eller lade være. Om accept af det helt umulige. Om at tage bare et enkelt skridt mere, end man orker. Om at sige ja til livet, fordi det modsatte ikke er en mulighed.



Det er uden filter og i ny og næ lige på kanten. Og så er det også lidt om tomater.

FOREDRAG

Mod – Sange og fortællinger fra højskolesangbogen v/ Søren Møllgaard Kristensen

Søren vil igennem et oplæg med højskolesange, tekster og fortællinger invitere til en aften med sang og samtale om mod. Om evnen til

at konfrontere frygten, angsten, smerten, risikoen og usikkerheden. Om at udvise courage og om at have mod til at leve og mod til at håbe.





FOREDRAG

Befri mit liv

v/ Gitte Solgaard

Gitte fortæller om sin barndom – hun mistede sin mor alt for tidligt ved en tragisk trafikulykke .

Gitte blev kærester med en mand, der viste sig at være indfiltret i rockermiljøet, hvilket fik alvorlige konsekvenser for hendes liv.

Hun fortæller meget gribende om, hvordan hun kom ud af dette miljø og senere fik opbygget et familieforhold med mand og 2 børn samt en ny identitet for sig selv.



FOREDRAG

Ud af skyggen

v/ Nicolai Rod Andersen

Dette foredrag er bygget op som en kronologisk fortælling. Mit liv med ludomani. Med relaterbare hverdags-eksempler og humoristiske tvists vil jeg appellere, provokere og skubbe til den enkelte i et sprog i øjenhøjde.

Indholdet vil afspejle følgende emner: Dopaminrus, angst, afhængighed, behandling, værdifulde personer, åbenhed, mål og personlig udvikling.



FESTAFTEN

Thomas Borghus og band spiller op til dans lørdag aften

Når man siger god live musik, kommer man ikke uden om Thomas Borghus & De Bedste. På denne festlige aften leverer de numre lige fra

Kim Larsen, Beatles, Prince, Simon and Garfunkel, Aha, Otto Brandenburg og mange, mange flere. Det bliver et brag af en fest.



VALGFAG

Middagsselskabet

v/ Michael Kirch

Kære kursister. På dette års madlavningskursus skal vi lave en tre retters menu – hver dag. Det mest fantastiske ved at lave mad er at lave mad til andre. Glæden ved at servere en god middag for venner og familie, indtage et måltid i fællesskab, opleve hvordan måltidet ansporer samtale, nærvær og hygge.

Sammen skal vi opleve måltidet i forskellige kulisser. Vi tilbereder maden, tager den med os og spiser sammen rundt om et bord, på et tæppe under træet, på en strand eller

i et mørklagt lokale, hvor sanserne ansperes yderligere.

Først og fremmest skal vi lave mad. Sammen skal vi udvide vores kulinariske horisont, afprøve nye smage, prøve mad og råvarer, der er nye for os. Når vi drager ud i verden for at indtage vores måltid sammen, vil vi også tale mad og lære lidt om teorien bag det, vi har lavet, og selvfølgelig det vi får i glasset og skåler sammen i.

Velmødt – Michael Kirch

Hjernetræning

v/ Bertil Sidenius

Mennesket bruger kun ca. 5 % af sin hjernekapacitet i daglig brug, og megen forskning viser, at vi kan træne vores hjerne til at yde betydeligt mere, end den almindeligvis gør.

På samme måde som vores muskler har brug for træning for at blive større eller stærkere, har vi behov for at træne vores hjerne for at kunne forbedre dens ydeevne.

Hjernen skal udfordres og trænes jævnlige for at forbedre evnen til:

- koncentration
- problemløsning
- planlægning
- organisering
- fastholdelse og genkaldelse af information.

Det er nogle af de områder, vi fokuserer på i faget Hjernetræning.

Vi arbejder primært med det internetbase-rede hjernetræningsprogram "Professionel Hjerne Træning (Happy Neuron Pro)", som er udviklet af en speciallæge i neurologi og neu-

ropsykologi i samarbejde med en professor i computer science og senere oversat og udviklet i en dansk udgave af to danske psykologer.

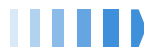
I programmet kan man arbejde individuelt og målrettet med kognitiv træning og stimulering af hjernen.

Det er muligt at indstille de forskellige parametre og dermed individuelt tilpasse træningsområderne og justere sværhedsgraden meget nøjagtigt.

Vi skal derudover arbejde med forskellige memo-teknikker (f.eks. Ruteplan, Historiefortælling, Chunking, Visualisering, Associationsteknik).

Vi skal arbejde med dybdeafspændning og meditation for også at give hjernen ro til at stresses af og restituere og dermed forbedre indlæringsmulighederne.

Vi skal eventuelt afprøve selvhypnose for derigennem at indlære nye gode vaner.





Ud i det grønne

v/ Bente Kloppenborg

Et fag med fokus på at nyde naturen og livet. Vi skal på små udflugter rundt på Egmont Højskolen og finde grønne hjørner, hvor vi vil fortabe os og bare være.

Vi skal på en tur til Økologiens have og fordybe os i vilde græsser og summende bier. Vi skal genopfriske glæden ved at se på det små

i det store, brygge vores egen urtete, finde ud af hvor mange planter vi kender navnene på og helt sikkert kramme et træ og stikke tærerne i et skovbad.

Vi satser på dansk sommervej af den blandede slags, så lidt fornuftig påklædning vil være smart.

Sejlads

v/ Karin Steen Steffensen

Sejlads er for alle, der har mod på at komme på vandet i skolens forskellige både. Her er både plads til dig, som har nogen eller meget sejlererfaring og dig, som er helt ny og nysgerrig på, hvordan det er at sejle. Vi sejler i skolens både, som er mini-12'er, hvor du er alene, Olsen-twin, hvor man sejler sammen to og to samt skolens andre både, som er egnet til 4-5 personer ad gangen. Gode op-

levelser på havet er udgangspunktet, og det kan være små tursejladser samt kapsejladser. Trim, sømandsskab, vigeregler og sikkerhed vil blive en del af undervisningen, der hvor det er naturligt. Skolen har alt det nødvendige sikkerhedsudstyr og grej, men du skal selv sørge for at medbringe tøj, der passer til den aktuelle vejsituation.

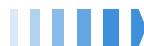
Vand og Bevægelse

v/ Jason Pennington

På faget skal vi primært være i svømmehallen. Vi skal svømme (teknik træning), få pulsen op (vandaerobic), vi skal lære at slappe af med mindfulness og vandmeditation, og vi skal dykke med ilt på ryggen. Som Jacques Cousteau siger: "Fra fødslen bærer mennesket tyngdekraften på sine skuldre. Man er boltet til jorden. Men man skal kun under overfladen for at være fri."

Når vi er fysisk aktive frigives endorfiner, som gør os i godt humør. Vi vil undervejs i ugen bevæge os både ude og inde, og der vil være mulighed for at prøve kræfter med vores brede udvalg af specialcykler og de mange muligheder i træningsrummet.

Medbring tøj du kan være aktiv i og selvfølgelig badetøj. Vi glæder os!





Udeliv

v/ Ane Fink og Thea Rom

I kan godt glæde jer til en uge med naturen i centrum. Alle kan være med, og vi vil komme til at lære en masse nyt om, hvordan man kan bruge og færdes i naturen. I denne uge bliver alle vores sanser sat i spil, og vi vil komme til at mærke, smage og dufte alle facetter af naturen og friluftslivet.

Vi har planlagt et spændende program med mange forskelligartede aktiviteter bl.a. mad over bål og wellness i naturen. Vi skal prøve kræfter med de mere rolige og afslappende sider af friluftslivet, men vi vil også lave aktiviteter, hvor vi får pulsen lidt op.

Faget Udeliv vil du ikke gå glip af. Vi glæder os til en herlig uge i naturen sammen med jer!

Glas

v/ Dorthe Mortensen og Ann Jeppesen

Vi arbejder hovedsageligt med en glastype som hedder »bull's eye glas«, som kommer fra USA.

Alle kan være med, både nybegyndere og jer som tidligere har arbejdet med glas.

I lærer håndteringen af glas, værktøj og forskellige teknikker. Vi skærer alt ud med specialværktøj, og puster ikke glasset i dette fag!

Vi arbejder med to teknikker: Den ene hedder »fusing« og det går ud på at smelte glasset sammen ved høje temperaturer i en specialovn. Den anden hedder »slumbing« og det

går ud på at smelte glasset ned i en form, som også foregår i ovn.

Der er mulighed for at lave ting helt efter din egen smag og fantasi!

Tidligere har vi lavet: fade – sjove dyr – små skulpturer – fyrfads lystager – skåle – op-hæng til vinduet og meget mere.

Her skal du huske at tage din fantasi med og bruge den fuldt ud.

Glæd dig for det bliver helt fantastisk – og vi glæder os til at se dig!

Man betaler de glasting man laver efter vægt.





L'hombre er et kortspil, som på samme tid er mentalt udfordrende og sjovt.

Det er et over 500 år gammelt oprindeligt spansk spil og dermed det ældste kortspil, som stadig spilles. Men på trods af sin alder fremstår det stadig som et moderne spil, der har alle de elementer, som gør et spil fængslende og spændende. Det spilles primært i Danmark – både som selskabsspil og på konkurrenceniveau.

Hvis du vil lære at spille L'hombre, skal du være forberedt på en indlæringskurve, som ikke er helt flad. Det kræver en mental indsats at lære at spille L'hombre. Men hvis du vil yde den indsats, så får du en stor belønning ved at kunne spille et spil, der er rigtig sjovt og afvekslende – men samtidig indeholder stor dybde.

Spillet kræver evnen til at kombinere og se muligheder, men lige så meget kræver det evnen til at samarbejde med en anden spiller. Hvis du kender andre kortspil, så vil L'hombre demonstrere for dig, at kortspil kan være både sjovere, vanskeligere men også mere afvekslende end et spil som f.eks Whist.

Måske tænker du, at kortspil er en lidt småkedelig adspredelse, som ikke er noget for dig. Men det er en stor misforståelse. Kort-

spil kan, når det er bedst, bruges til at arbejde med din evne til koncentration og afslapning på samme tid. Det kan bruges til at styrke din selvtillid og evne til at tage begrundede beslutninger.

Så du kan opfatte L'hombre-spillet som mentaltræning – træning i at være fuldstændig til stede i en zen-agtig tilstand, der er nødvendig, hvis du vil lære at spille dette spil godt.

Du skal øve dig i at være alene med dine egne tanker, overvejelser og beslutninger – og det kan du bruge i alle mulige andre sammenhænge resten af dit liv.

På dette fag kan du lære at spille L'hombre sammen med de andre deltagere. Vi vil udover at lære regler, spilføring og -etikette selvfølgelig spille en masse L'hombre. Det er den bedste måde at lære det på. Der bliver sikkert en del skæg og ballade, og du må også være forberedt på at lære noget om kortspils-teknik, øve dig i at »huske« samt vurdere risici og sandsynligheder. Derudover kommer du til at høre om kortspillets historie, der ikke kun handler om L'hombre. Og du vil høre om klubber, turneringer, online-L'hombre og meget andet.

Men L'hombres største kvalitet er og bliver, at det er et sjovt spil. For "honette" folk!





Kor

v/ Inge Johnsen

Kom og syng i det skønne sommerkor på Egmont Højskolen!

Musikalske oplevelser med vidunderlig energi og fællesskab. Alle kan syng, og her er der plads til enhver stemme. Har du lyst til at nyde sangens vidunderlige energi og fællesskab i en flok begejstrede sangere, er sommerkoret oplagt.

Vi skal syng et bredt repertoire af sange, en blanding af højskolesange, danske/ engelske hits, gospel, jazz, nyt og gammelt, stilfærdigt og energisk. Du får nye melodier i tankerne, gang i krop og hjerne, bedre stemmemæssig form og ny musikalsk inspiration.

Vi dykker ned i, hvad sang er mange forskellige steder i verden og kommer omkring en smule sangteknik og – anatomi med tips og øvelser, man også resten af året kan vedligeholde og forbedre sin sangform med, hvis man har lyst.

Som afveksling ser og reflekterer vi over spændende musikdokumentarer, ser på ny og historisk musikkultur, og hvordan sang og fællessang er forankret i kultur og samfund. Især i disse år hvor mangfoldige fællessanginitiativer som eks. "Maratonsang" breder sig ud i det offentlige rum og på sendefladen hos flere kanaler.

Men mest af alt skal vi bare syng!

PRAKTISKE OPLYSNINGER

Ankomst

Mandag d. 27. juni mellem kl. 15:00 og 17:30.

Afrejse

Søndag d.3. juli kl. 12:00.

Værelser skal forlades senest kl. 10:00.

Kursuspris

Kursuspris pr. person 3.975 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. 9. 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 mere 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«.

Hjælpere/hjemmehjælp

På Egmont Højskolen findes en lille hjemmehjælpsafdeling, som kan give en hånd med, når du f.eks. 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 f.eks. 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 16. maj.** Dette er vigtigt, da vi ellers ikke har mulighed for at skaffe hjælpere.*

Materialeudgifter

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

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.

Hjælpemidler

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

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, sengelinned og håndklæder. Det er dog en god idé at medbringe et håndklæde til strandbrug, da skolens *ikke* må medbringes på stranden.

Badeudstyr

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

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

Egmont Højskolen

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

Tlf. 87 81 79 00

Egmont Højskolen formidler videre til rette organisation.



Med forbehold for fejl og ændringer



Tid	Mandag 27/6	Tirsdag 28/6	Onsdag 19/6	Torsdag 30/7	Fredag 1/7	Lørdag 2/7	Søndag 3/7
7:00		Dukkert v/broen	Dukkert v/broen	Dukkert v/broen	Dukkert v/broen	Dukkert v/broen	Dukkert v/broen
8:00		Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	8:00-12:00 Flaghejsning Mokost & atfjelse.
9:00		Flaghejsning og morgensang	Flaghejsning og morgensang	Flaghejsning og morgensang	Flaghejsning og morgensang	Flaghejsning og morgensang	
9:15 -9:45		Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	
10:15 -12:30		Valgfag	Foredrag	Valgfag	Valgfag	Foredrag	Værelserne for- lades senest kl. 10:00
12:30		Frokost	Frokost	Frokost	Frokost	Frokost	
14:00 -16:30	15:00-17:30 Ankomst & indkvartering	Foredrag	Valgfag	Valgfag	Foredrag	14:00-16:00 Valgfag	
18:15	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	16:00 Femisering og musik	
19:45	Flaget ned	Flaget ned	Flaget ned kl. 19	Flaget ned	Flaget ned	Festmiddag	
20:00 -22:00	Velkomst og fælles- undervisning	19:30 Foredrag	Bålaften med fællessang	19:30-21:00 Aftenaktivitet i svømmehallen	Friaften Karaoke	17:30 Festmiddag 21:00-23:00 Thomas Borg- hus og band	

Med forbehold for fejl og ændringer

Tilmelding til

»Det modige liv – sammen kan vi mere«

27. juni – 3. juli 2022

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: _____

Kommunal ledsagerordning - ledsagerens navn: _____

Hvis du ikke har egen hjælper med, angiv:

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

Fagvalg: (angiv 1. og 2. prioritet. Husk at din 2. prioritet er vigtig, da det er begrænset hvor mange kursister de enkelte fag kan have, og vi derfor **kan blive nødt til at flytte rundt på folk**)

1. prioritet

- Middagsselskabet
- Hjernetræning
- Ud i det grønne
- Sejlads
- Vand og Bevægelse
- Udeliv
- Glas
- L'hombre – alle kortspils ophav
- Kor

2. prioritet

- Middagsselskabet
- Hjernetræning
- Ud i det grønne
- Sejlads
- Vand og Bevægelse
- Udeliv
- Glas
- L'hombre – alle kortspils ophav
- Kor

Indkvartering: (se brochuren)

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

Jeg ønsker dobbeltværelse sammen med: _____

Særlige behov i forb. med værelsesindretning: _____

Hjælpemidler: (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.

Kost:

- Jeg er vegetar
- Jeg skal have særlig lægeordineret kost. Hvilken: _____
- Andet: _____

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 ikke er 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.