

egmont
højskolen

SOMMERKURSUS

LEG, LATTER OG LIVSGLÆDE

– For børn og voksne

Uge 29

14. - 20. juli 2025



– udviklet i samarbejde med



Dansk Håndicap Forbund

– et liv med lige muligheder

Danmarks mest rummelige højskole

LEG, LATTER OG LIVSGLÆDE

– For børn og voksne

Ugens fællesnævner og tema er »bevægelser«. Her er der plads til alle, der vil lege, glæde sig, nyde sommeren, dyrke fællesskabet og lade sig bevæge 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 morgenfriske er der mulighed for havdyp eller yoga.

Formiddagene: Byder på fag, hvor børn, unge og voksne arbejder sammen i forskellige valgfag, som dette år er: Træværkstedet, Teater, Idræt og Bevægelse, Maske- og figurværksted, Til lands, til vands og i luften og Tænkepauser.

Eftermiddagene: er sammensat således, at børn og unge under 18 år er i aldersopdelte grupper, som laver aktiviteter inden for årets tema. Voksne vælger mellem følgende fag: Sport 360, Maleri, Syning, Keramik, Spis verden, På Vandet, Plakatværksted, Sammenspil og Yoga.

Lørdag: Fællesskabsdag (eller bevægelsesdag?) ved vandet med workshops for alle aldre

Aftenarrangementer: Fællesdans og bevægelse, Musikforedrag ved Moussa Diallo Trio og Welcome to Graceland, åben svømmehal, klatrevæg, og blåaften. Ugen rundes af med sprudlende og farverige afslutningsfester både for børn, unge og voksne, hvor et liveband spiller op til dans efter middagen.

2-13 ÅR

De opdagelsesrejsende

På årets børnegruppe skal vi forvandles til opdagelsesrejsende, og bevæge os ud i nye, spændende og eventyrlige verdener. Vi håber, at I vil med os på eventyr og slippe fantasien løs. Vi skal udforske de mange afkroge af højskolen – og måske endda opleve ting og steder, som ingen har hørt om før. Her skal vi lege, gå på opdagelse og være kreative. Vigtigst af alt, så skal vi have en sjov og hyggelig uge sammen i fantasiens tegn. Vi slutter ugen af med sjov og ballade til vores egen store børnefest. Vi glæder os helt vildt til, at det endelig skal blive uge 29 igen – og vi håber, at I har lyst til at være med!



14-17 ÅR

Unge bevægelser

Bevægelse er mere end bare motion – det er energi, udtryk og fællesskab! I ungegruppen dykker vi ned i, hvordan vi kan bevæge os gennem musik, kunst, vand, krop og natur. Vi skal lege, eksperimentere og nyde sommeren sammen, mens vi udforsker de mange måder, vi kan være i bevægelse på. Uanset hvordan du bevæger dig, så glæder vi os til at bevæge os sammen med dig! Nyde sommeren sammen, have det sjovt og spise is – Vi glæder os!

FOREDRAG

MUSIKFOREDRAG

Musikeventyret »Der var engang ... i Mali«

v. Moussa Diallo Trio

For børn, forældre, bedsteforældre og barnlige sjæle

Det er nat i Mali. Månen og stjernerne oplyser himlen, og i landsbyen Koulikoro får børnene fortalt eventyr. Om den tapre mariehøne Kimi Komo, om hanen Karato og firbenet Kanou og om den farlige løve, der vist godt kunne spise en lille ged. Moussa Diallo, der i årenes løb har spillet et hav af koncerter for børn, digter videre på en række af sin barndoms underfundige fortællinger og genskaber den magiske stemning, som han selv oplevede, når de ældste i landsbyen fortalte eventyr.

Kombineret med sang og musik fortryller Diallo med den ældgamle tradition, der findes i alle kulturer: At fortælle historier videregivet gennem generationer.



Moussa har netop færdiggjort nye historier og ny musik, som en efterfølger til »Der var engang ... i Mali«, så glæd jer til en festlig oplevelse for hele familien med dans, sang og eventyr!

Moussa Diallo: Bas, vokal og fortælling
Preben Carlsen: Guitar, vokal
Salieu Dibba: Percussion, vokal

MUSIKFOREDRAG

Welcome to Graceland

En aften med musik, historie og fortællinger

Tag med på en rejse ind i et af musikhistoriens mest ikoniske albums, når »Welcome to Graceland« bringer Paul Simons Grammy-vindende mesterværk »Graceland« til live på scenen! Oplev verdenshits som »Call Me Al« og hør fortællingerne bag albummets kontroversielle tilblivelse. I 1985 trodsede Paul Simon både musikalske grænser og politiske storme, da han tog til Sydafrika under apartheid-styret. Resultatet blev en banebrydende lyd, der blander sydafrikansk folkemusik med Simons fængende sangskrivning – en lyd, der i 1987 indbragte »Graceland« en Grammy for »Album of the Year« og gjorde albummet til Paul Simons bedst sælgende til dato. Men »Graceland« er meget mere end musik. Det er en fortælling om at bryde med konventioner, om kunst kontra politik, og om en kunstners mod. Simon valgte musikken frem for at følge FNs kulturelle boykot af apartheid-styret – et kontroversielt valg, der gav ham hele den vestlige verden på nakken. Var det den rigtige beslut-



ning? Kom og lad dig rive med af de energiske live-fortolkninger, når »Welcome to Graceland« hylder albummets magi. Medrivende rytmer, inspirerende anekdoter og smittende kærlighed til musikken, gør denne koncert til en uforglemmelig oplevelse for alle musiker-skere.

»Welcome to Graceland« er:
Andreas Bech (sang, guitar og harmonika)
Max Kirkeby (guitar, sang og fortæller)
Simon Stadsholt (bas)
Henriette Krogh (trommer)

FÆLLESFAG

Træværkstedet

NYT FAG

Kom og vær med til en uge fyldt med hyggeligt håndværk, kreativitet og samvær! At arbejde med træ giver en særlig tilfredsstillelse – det er magisk at forme materialet og se et projekt tage form.

På faget kan både børn og voksne arbejde sammen om deres egne projekter – fra fuglehuse og foderbrætter til æsker, hylder, bakker eller noget helt andet. I kan følge modeller eller arbejde ud fra egne design. Under alle omstændigheder vil der være mulighed for hjælp og kyndig vejledning undervejs.

v. Jacob Henriksen

Holdet kræver ingen erfaring – alle kan være med! Her er plads til at eksperimentere, lære nye færdigheder og nyde glæden ved at skabe noget med sine egne hænder. Der lægges vægt på samarbejde, fordybelse og den særlige stolthed, der følger med at bygge noget, der kan holde i mange år.

Lyder det fedt? – Så kom og vær med på værkstedet, hvor der er plads til både grin, gode samtaler og stoltheden ved at skabe noget med egne hænder – og måske opdage en ny passion for træarbejde.

Maske- og figurværksted

Glad, sur, uhyggelig, farlig, mystisk ...

I kulturer verden over giver masker liv til symboler og nye identiteter. I en figur af ståltråd, gips og alverdens kreativitet kan stemning og følelse ligeledes skabe udtryk med bevægelse og holdning helt uden ord.

På betonfod kan din figur i ståltråd, gipsgaze, stof, maling, fjer mm enten danse, kæmpe, løbe eller snige sig afsted. Din maske kan skabes som en mexicansk dødsmaske, en super-

NYT FAG

v. Lone Klittegaard

helt, en afrikansk krigermaske, tages ud af karnevalet i Rio eller laves direkte på dit

eget ansigt.

Så har du fantasi, og er du klar på at bøje, forme, klistre, sy og eksperimentere – så er det legende værksted noget for dig.

Vi sætter rammen med diverse materialer – du inspireres og skaber selv den figur eller maske, du har lyst til.

Teater

NYT FAG

Hvordan bevæger man sig som en ballon? Hvordan bevæger man sig som en bille? Hvordan bevæger man sig som en, der har tabt sine briller?

På teater udforsker vi en masse forskellige måder at bevæge os på, så vi kan spille en masse forskellige karakterer.

Vi skal lege en masse teaterlege, så vi får skabt et trygt rum, hvor vi skal blive opmærksom-

v. Pernille Fynbo Gajhede

me på hinanden, sige ja til hinandens ideer og spille hinanden gode. Og så skal vi forhåbentlig også grine en masse!

Vi udvikler vores egne små fortællinger og scener, som gerne skulle ende ud med en lille visning for de andre hold i slutningen af ugen.

Teater er for alle, uanset om du har prøvet eller er helt nybegynder.

Jeg glæder mig til at møde dig.

Til lands, til vands og i luften

NYT FAG

Til lands, til vands og i luften er for alle, der elsker at lege og være ude i det fri.

Vi skal bevæge os – både med kroppen, i sinde og gennem samtalen – og bruge masser af plads! Friluftslivet giver os mulighed for at udfolde os på land, på vand og i luften, og sammen skal vi prøve kræfter med orienteringsløb, vandaktiviteter og klatring. Vi skal lære at orientere os, træffe valg og vælge

v. Martin Widding og Lasse Adam Mikkelsen

veje, samtidig med at vi skaber et rum for fordybelse. Her skruer vi ned for tempoet, mærker glæden ved at bruge hænderne, føler varmen fra bålet og nyder roen og samtalen.

Vi håber, I vil lege med på dette fag, som helt sikkert vil bringe jer ud i det blå, give mulighed for at finde målet og nå til tops – både fysisk og mentalt. Sammen skal vi udforske de mange muligheder som friluftslivet og naturen tilbyder.





Idræt og Bevægelse

På faget Idræt og Bevægelse kombinerer vi bevægelsesglæde og højskolestemning i en uge, hvor alle kan være med og opleve glæden ved at være aktive sammen.

Vi kaster os ud i sjove og kreative bevægelsesaktiviteter og boldspil – fra ludo-basket og fembold til ægtimate, sjove vandaktiviteter, lagkageløb og meget mere. Det bliver en uge fyldt med leg, fart, konkurrence, store smil og masser af grin!

Vi bruger skolens mange faciliteter – hallen, svømmehallen og alt det udstyr, vi har til råd-



v. Rikke Bloch

dighed – til at udfordre os selv og hinanden i spændende bevægelsesaktiviteter. Hvis vejret er med os, vil vi primært være ude og udnytte skolens fantastiske udearealer til fulde.

Faget kræver ingen forudsætninger, kun lyst til at deltage aktivt i fællesskabet. Vi glæder os til at skabe en livlig uge fyldt med bevægelse, samvær og nye udfordringer – alt sammen i en positiv og energifyldt atmosfære!

Bevægelser i Musikken

I år inviterer vi alle aldre til at opleve magien, der opstår, når musik bringer mennesker sammen i bevægelse! Musik er i sig selv en konstant bevægelse – fra rytmens pulsslag til melodiernes flow, fra personlige følelser til kulturelle strømninger.

Fællesskabet bliver hjertet i vores musikalske rejse, hvor der er plads til alle – uanset om du er nybegynder eller erfaren musiker.

Sammen vil vi udforske de bevægelser, der får musikken til at blomstre: Dynamik, rytmik og

v. Nicolai Falkenberg

de små musikalske detaljer, der skaber liv og glæde.

I vores fælles musikalske rejse vil vi fokusere på dynamik og kreative virkemidler i et trykt læringsmiljø, hvor fejl er en naturlig del af processen. Vi vil lytte til musik sammen, udforske, hvad der får musikken til at blomstre, og sammen finde ud af, hvordan vi kan skabe harmoni.

Vi finder selv ud af instrumentsammensætning, og det vil være muligt at udforske flere forskellige instrumenter i sammenspillet.

Tænkepausen

v. Maria Mægback Schønau og Ingeborg Mate Holm

På Tænkepausen vil vi skabe et rum til fordybelse og refleksion. Der vil i løbet af ugen være foredrag/oplæg fra fire gæster, der angriber årets tema »Bevægelser« fra forskellige vinkler.

Vi vil sammen undersøge, hvilke bevægelser vi ser i samfundet omkring os og om de formår at skabe forandringer. I år vil oplæggene være lidt mere aktive og du skal bla. selv igang med at indfange bevægelser med kamera, her handler det om lukketider og hvad stillbilledet

kan. Du vil også møde et menneske, som kan fortælle dig noget om, hvad bevægelse har betydet for hende og hvorfor bevægelse er så vigtigt for os mennesker. Derudover skal du også møde nogle meget engagerede mennesker, der har dedikeret tid til at gå ind i en aktivistisk bevægelse, hvorfor gør man det og hvad betyder det? Dette og meget mere vil du komme til at stifte bekendtskab med, reflektere over og blive klogere på i løbet af denne uges tænkepause.

EFTERMIDDAGSFAG

I musikken og sammenspillets tegn

v. Maria Timm

Det sjoveste ved at spille musik er, at spille sammen med andre! Oplevelsen af at være tilstede i nuet, i musikken og i fællesskabet er for mig, noget af det bedste jeg ved. Det er det vi skal på dette hold -være en del af et musikfællesskab, glemme omverdenen for en stund og spille en masse fed musik sammen.

Vi spiller musik i pop/rock genren og slutter ugen af med et brag af en koncert. Evt. du kan vælge at synge eller spille på instrumenter eller begge dele, alle kan være med, du behøver ikke have musikalske forudsætninger for at deltage, så længe du har lyst til at give den gas. Vi ses i musikken!

Keramik

v. Simon Apadana

På keramikholdet skal hænderne i leret, og idéer skal tage form. Gennem fordybelse og eksperimenter skaber vi unik brugskunst og udforsker materialets mange muligheder.

Vi starter med en pakke rå ler og arbejder os frem mod færdige værker ved hjælp af teknikker som pladeteknik, pølseteknik og kvætsning. To ovn-brændinger og forskellige glasurer hjælper os på vej, og der vil være vejledning i dekoration og glasur. Undervejs forholder vi os konstruktivt til hinandens ar-

bejde for at lære af processen og udvikle os sammen.

Foruden brændinger i vores elektriske ovne skal vi også prøve kræfter med rakubrænding – en ældgammel metode, hvor vi brænder vores værker udendørs i en stor olietønde. Ugen afrundes med en lille fernisering, hvor vi viser vores færdige værker frem.

Holdet er åbent for alle – uanset erfaring. Det vigtigste er lysten til at eksperimentere, skabe og fordybe sig. Jeg glæder mig til at se jer!

Sport 360

v. Rasmus Schmidt

Sport 360 er for dig, som elsker at mærke udsat, når du bevæger dig og gerne vil indgå i et positivt forpligtende fællesskab. Vi skal prøve kræfter med mange forskellige aktiviteter og boldspil på en ny måde, hvor mange er kendte ved høj intensitet og store smil.

Vi skal have en uge med høj puls og sved på panden. Vi skal spille, lege, grine, svede og konkurrere sammen hele ugen! Kodeordene er højt humør 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.

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





Spis verden

v. Dennis Kirkebæk

Tag med på en gastronomisk jordomsejling, hvor vi skal besøge køkkener fra alle verdenshjørner. Vi skal være kreative, nysgerrige og eventyrlystne, når vi laver lækre retter fra nogle af de mange fantastiske køkkener rundt omkring på kloden.

Hver dag rejser vi til en ny destination og går på opdagelse i smage, teknikker og spændende råvarer, som du måske ikke har smagt før.

Vi dykker ned i andre madkulturer og undersøger, hvordan mad bringer mennesker sammen, og hvad det giver os at lave og spise mad sammen. Du vil komme hjem med en god samling opskrifter og ny inspiration til endnu flere eventyr i køkkenet.

Alle kan være med. Det vigtigste er, at du har lyst til at lave mad, lege og kaste dig ud i nye ting i køkkenet.

På vandet!

v. Tobias Møller, Martin Widding, Lasse Adam

Er du også VANDvittig og elsker motion, røde kinder og fællesskab på vandet? Eller ønsker du at blive mere tryk med havet? Så er det »På vandet« du skal vælge.

Vi prioriterer at skabe et hold, hvor vi udvikler os sammen, passer på hinanden og udfordrer hinanden lige der, hvor det stadig er trykt, men også så spændende at det kilder i maven.



Vi vil bruge en del tid i kajak, som er et fantastisk fartøj til at være i naturen og tage på små mini-eventyr op langs kysten. Spise snacks og drikke kaffe på stranden og måske se et marsvin, der svømmer tæt forbi. Vi vil også prøve kræfter med Stand Up Paddling (SUP), og se, hvad det rummer af mulighed for sjov, balance og leg. Vi arbejder meget med tryk på vandet, og du skal derfor forvente at blive våd. Alle kan være med, uanset fysiske forudsætninger og erfaring med kajak og vand.

Plakatværksted

v. Stevie Kørvell

Har du lyst til at lave din egen plakat, men ved ikke, hvor du skal starte? Her er muligheden for at designe en flot og personlig plakat helt fra bunden – enten med dine egne billeder eller andre motiver, du kan lide.

Vi arbejder med enkle og gratis værktøjer fra internettet, så du kan lave din plakat uden at skulle bruge dyrt eller avanceret software. Du lærer, hvordan du vælger de bedste billeder, sætter tekst på, leger med farver og skaber et design, der fanger øjet. Vi tager det trin for trin, så alle kan være med – uanset om du har prøvet at designe før eller ej.

Undervejs er der tid til at eksperimentere og få inspiration fra hinanden. Vi skal også prøve noget af det nyeste med kunstig intelligens, der selv kan lave fantastiske (og mærkelige) billeder. Og selvfølgelig have en snak om, om det nu også er så smart ...

Du kan lave en plakat til dig selv, dit hjem, en gave til en ven eller måske noget, der passer



til en særlig begivenhed. Når du er færdig, får du din plakat trykt, så du kan tage den med hjem og nyde resultatet af dit arbejde.

Der kan være materialeudgifter.



Maleri

v. Lene Rosenberg

Har du lyst til at male/tegne?

Vil du gerne blive bedre til at male/tegne og lave opgaver sammen med andre i en hyggelig atmosfære? På kurset øver vi os i at tegne/male på mange forskellige måder, og du får mulighed for at udvikle dit eget udtryk. I maleri arbejdes der i løbet af ugen med forskellige redskaber som pensler, overhead, svampe,

malerruller og kunsten 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. Der er både bundne og frie opgaver, hvor du kan finde dit eget udtryk.

Velkommen til maleri!

Yoga

v. Freja Willads Haack

Har du lyst til at sætte tempoet ned og give dig selv tid til at lytte til kroppen og åndedrættet? Så er der plads til dig på yoga i uge 29!

Alle kan være med uanset fysisk udgangspunkt, da der er mulighed for justering af de forskellige øvelser. Vi har god tid og tilpasser undervejs, så alle får en god oplevelse gennem praksissen. Det skal ikke handle om hvordan det ser ud, men hvordan det føles.

Vi skal arbejde os nysgerrigt gennem hele kroppen og opleve det magiske der kan opstå når bevægelse og åndedræt arbejder sammen. Du kommer både til at bevæge dig gennem helt blide stræk og afspænding, samt mere aktive og dynamiske yogaformer, hvor vi får sved på panden.

Vi vil arbejde med både styrke, mobilitet og åndedræt. Fælles for det hele er, at vi sætter tempoet ned og arbejder med en kropslig

opmærksomhed, så du kan mærke, hvad der er til stede undervejs – øjeblik for øjeblik. Det spændende ved yoga er, hvordan vi gennem bevægelse og kropslig opmærksomhed forsøger at være til stede i øjeblikket.

Forestil dig, at du står i en yogastilling, og her undersøger du mulighederne for at finde dig til rette ved hjælp af bevægelse og kropslige opgaver. På samme tid lader du de tanker og følelser der opstår undervejs bevæge sig gennem dig. Selvom vi er blevet rigtig gode til at skille det kropslige og mentale liv ad, så ved vi, at det hele hænger sammen.

Du har ikke en krop, du er krop og det er det, vi sammen skal minde hinanden om i løbet af denne uge.

Medbring: Behageligt tøj til at bevæge dig i og eventuelt en god vandflaske. Skolen har nderover alt det udstyr, vi skal bruge.

Syning

v. Christina Maria Tassi di Luigi

Tøj, der ikke passer til din krop, kan begrænse din bevægelsesfrihed og få dig til at føle, at der er noget galt med dig. Men det er der ikke! Det meste tøj i dag er masseproduceret og skabt ud fra standardmål, der sjældent passer til alle de forskellige kropstyper, vi har. For bare 80 år siden var det helt naturligt at få syet eller tilpasset sit tøj hos en skrædder, så det sad perfekt.

I dag handler tøjproduktion primært om lave priser, og derfor er det meste tøj kun designet til én bestemt kropstype. Men sådan behøver det ikke at være!

På dette sykursus lærer du at sy og tilpasse dit eget tøj, så det passer præcis til dig – uan-

set om du vil lægge et par bukser op, sy en kjole ind eller skabe et helt nyt stykke tøj fra bunden. Kurset er for alle, uanset om du er nybegynder eller erfaren. Vi arbejder med individuelle projekter og finder sammen et syprojekt, der passer til dit niveau.

Vi har et mindre udvalg af tekstiler, som du frit kan bruge, men hvis du har specifikke ønsker, er du velkommen til at medbringe dit eget stof. Har du brug for hjælp til at vælge materialer, er du altid velkommen til at sende mig en mail.

Jeg glæder mig til en kreativ og inspirerende uge sammen med dig!

ØVRIGE AKTIVITETER

Mandag: Velkomst, forventningsafstemning, rundvisning

Kl. 13:30-14:30 Ankomst og indkvartering

Kl. 16:00 Fælles velkomst

Kl. 16:30 Børne- og ungegrupperne samt forældre mødes

Kl. 17:00 Rundvisning

Kl. 19:00 Dans og bevægelse v. Ingeborg Mate Holm

Tirsdag aften: Svømmehal og klatrevæg

Svømmehallen åbner efter aftensmaden og samtidig tilbydes klatring på højskolens klatrevæg.

Onsdag aften: Bålaften med højskolesang

Vi mødes om bålet, bager snobrød og synger stjernerne frem.

Torsdag aften: Musikalske foredrag for alle

Kl. 18:30-19:30 Musikeventyret »Der var engang ... i Mali« – for børn, forældre, bedsteforældre og barnlige sjæle – v. Moussa Diallo Trio.

Kl. 20:00-ca. 21:30 »Welcome to Graceland« – en aften med musik, historie og fortællinger.

Fredag aften: Svømmehallen åbnes

Vi åbner svømmehallen igen efter aftensmaden.

Lørdag: Bevægelsesdag og festaften

En aktiv dag, hvor du kan prøve kræfter med nogle af de fag, du ikke har haft i løbet af ugen.

Afslutningsmiddag for både børn, unge og voksne med efterfølgende liveband og fest. Så husk festtøj.

Hver morgen: Morgen yoga eller havbad

For de morgenfriske er der nogle dage mulighed for havbad, andre dage mulighed for yoga. Alle kan deltage.

Hver morgen: Morgensamling

Morgensamling i Lillesalen med fællessang og inspirerende indslag for både børn, unge og voksne.



PRAKTISKE OPLYSNINGER

Ankomst

Mandag d. 14. juli mellem kl. 13:30 og 14:30.

Afrejse

Søndag d. 20. juli kl. 12:00.

Værelser skal forlades senest kl. 10:00.

Kursuspris

Voksne over 17½ år 4.400 kr.

Børn 3-17½ år 1.900 kr.

Tillæg for enkeltværelse 500 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. 5. maj via vores hjemmeside.**

Der 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 og Bevica Fondens Legatfond II »Den gode oplevelse i et fællesskab med andre«.

Puljen har til formål at give mennesker, der er udfordret af deres funktionsnedsættelse og økonomi, mulighed for gode oplevelser i et fællesskab med andre.

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

Find vejledning og ansøgningsskema 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, knuppet skjorte, bundet sko osv.

Har du behov for hjælp til udlevering af medicin, skal det være doseret på forhånd. Du skal medbringe kopi af FMK (medicinoversigt) samt navn og cpr.nr. på alle dags dosetter.

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 derfor at afkrydse i tilmeldingen, at du har behov for hjælp fra Egmont Højskolens hjælpere, så du kan udfylde skema om hjælpebehov med det samme.

Sygepleje

Har du brug for sygepleje, skal du snakke med hjemmeplejen i din egen kommune med henblik på aftale med Odder Kommunes hjemmesygepleje.

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.

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.

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

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

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

Husk at afkrydse i tilmeldingen om du har brug for loftlift/elseng.

Materialeudgifter

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

Badeudstyr / Vandhalla

Husk badetøj og eget badehåndklæde. Egmont Højskolen har verdens bedste badebro ved stranden samt Vandhalla, Danmarks bedst tilgængelige svømmehal med bl.a. rutsjebane og varmtvandsbassin. Læs mere på www.vandhalla.dk

Hvis du vil i Vandhalla og har topkateter, skal du selv medbringe vandfast plaster, stomipose o.lign. til at dække kateteret. Snak evt. med hjemmeplejen i din kommune. Adgang til Vandhalla er ikke tilladt med åbne sår.

Kæledyr

Kæledyr må ikke medtages, undtaget er servicehunde, som dog ikke må medtages i spisesalen.

Kontor

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

Henvendelse

Maria M. Schønau
Ingeborg M. Holm

mr@egmont-hs.dk
ih@egmont-hs.dk

Egmont Højskolen

Villavej 25, Hou
8300 Odder

Tlf. 87 81 79 00
mail@egmont-hs.dk
www.egmont-hs.dk

Ugeprogram



LEG, LATTER OG LIVSGLÆDE
– for børn og voksne

14. - 20. juli 2025

Tid	Mandag 14/7	Tirsdag 15/7	Onsdag 16/7	Torsdag 17/7	Fredag 18/7	Lørdag 19/7	Søndag 20/7
6-45		Morgenyoğa	Morgenyoğa	Morgenyoğa	Morgenyoğa	Morgenyoğa	
7:45-8:30		Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	
8:45-9:30		Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	
9:30-12:00		Fællestag	Fællestag	Fællestag	Fællestag	Fællesskabsdag med workshops v. vandet	8:00-12:00 Mokost & afrejse
12:00	13:30-14:30 Ankomst & indkvartering	Frokost	Frokost	Frokost	Frokost		
14:00-17:00	16:00 Velkomst	Børne/ungehold	Børne/ungehold	Børne/ungehold	Børne/ungehold	Borrdækning/forberede fernisering og koncert	
17:30	16:30 Forventningsafstemning i børne- og ungegrupper					Fernisering og koncert 16:30-18:00	
17:30	17:00-18:45 Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad Kl. 17 for dem, der skal til foredrag Kl. 18:30	Aftensmad	Festmiddag	
19:00 Natmad ca. Kl. 20:30	Højskolekor med bevægelse	Svømmehal og Klatrevæg	Sang og bålften	Musikeventyr for børn og voksne v. Moussa Diallo Trio 18:30-19:30 20:00 Welcome to Graceland – En aften med musik, historie og fortællinger	Svømmehal	Live musik og dans	Børne-fest

Med forbehold for ændringer.