

Andre arrangementer i efteråret:

Foredrag med hjerneforsker Ellen Garde den 21. september 2021 kl. 18.30.
Se Rudersdal Avis / Rudersdal Seniorråd.

Kom til middag 'Candlelight-dinners' på Dag hjemmet Frydenholm, Kongevejen 427, 2840 Holte. For borgere med en demenssygdom, deres pårørende/gode venner.

Dato og tidspunkt: torsdag kl. 17-20, den 16. september og 11. november.

Pris for middag inkl. kaffe/kage:

125 kr., drikkevarer købes særskilt. Betaling sker på dagen.

Tilmelding senest 8 dage forinden til Vibeke Nath, tlf. 20 89 08 35
eller mail: vibemay@gmail.com

Demenskursus for pårørende og andre interesserede:

Kurset foregår over 2 tirsdays, den 5. og 12. oktober 2021, kl. 10-12, samlet forløb ved demenskoordinator Birgitte Steen Grønnebak.

For nærmere information og tilmelding kontaktes Frivilligcenter Rudersdal, tlf. 45 89 00 56 eller mail: info@frivilligcentret.dk

Nyttige kontakter:

DemensNetværk Rudersdal:

Formand Inge Sørensen, tlf. 30 74 79 06,

Mail: demensrudersdal@gmail.com,

Hjemmeside: www.demensrudersdal.dk

Demenskoordinator i Rudersdal:

Birgitte Steen Grønnebak, tlf. 46 11 50 46/72 68 50 46.

Alzheimerforeningen: tlf. 39 40 04 88.

Demenslinjen: tlf. 58 50 58 50.

Pårørendegruppe i Rudersdal: Holte tlf. 72 68 22 84 / 46 11 35 25 / 72 68 35 26,

Mail: kernehuset-dag@rudersdal.dk,

Birkerød: 46 11 16 94, Dorte Friedericsen.

Efterår 2021

Lad os mødes...

Tilbud til mennesker med hukommelsesproblemer/
demenssygdomme samt deres familie og venner

I denne folder kan du læse om

DemensNetværk Rudersdals tilbud i efteråret 2021.

Vi har fokus på gode oplevelser, fysisk aktivitet, netværk og oplysning.

Alle aktiviteter tilbydes i trygge rammer,
og der er altid frivillige demensvenner til stede.



**Med forbehold for aflysning grundet Covid-19 restriktioner
og krav om coronapas /negativ coronatest.**

DemensNetværk
Rudersdal

Kontaktperson: Inge Sørensen, tlf. 30747906

Mail: demensrudersdal@gmail.com • www.demensrudersdal.dk



DemensNetværk
Rudersdal

Kontaktperson: Inge Sørensen, tlf. 30747906

Mail: demensrudersdal@gmail.com • www.demensrudersdal.dk



DemensNetværk Rudersdal — EFTERÅR 2021

DemensNetværk Rudersdal har eksisteret som forening siden 2015 til stor glæde for borgere med demenssygdomme samt deres pårørende/venner.

Vi vælger at bevæge os i en **UFO: U** for udfordring, **F** for fællesskab og **O** for oplevelser iflg. hjerneforsker Ellen Garde.

Vi støttes af private fonde og Rudersdal Kommune.

Vi er en del af Alzheimerforeningen

Vi er en gruppe frivillige demensvenner/ fagpersoner, som er med ved alle aktiviteter, og er drivkraften og trygheden i foreningen, hvor vi er med til at danne netværk og forståelse i familien.

Praktiske oplysninger:

Alle caféer foregår eller begynder/slutter i Frivilligcenter Rudersdal,

Kulturcenter Mariehøj, område D, Storm P, **Øverødvej 246 A**, 2840 Holte.

Hvor intet andet er nævnt, er caféen i tidsrummet **kl. 10.30 til ca. kl. 13.00**.

Pris for kaffe og brød ved café er 35 kr. Evt. entré, frokost og drikkevarer for arrangementer uden for Frivilligcenteret er for egen regning.

Borgere fra andre kommuner er velkomne.

Hjemmeside: www.demensrudersdal.dk

Tilmeldinger/kontakt til formand Inge Sørensen på

mail: demensrudersdal@gmail.com eller

telefon (evt. sms): 30 74 79 06.

For ønske om besøgsven, samtalegruppe for pårørende samt gågruppe, da kontakt Inge Sørensen.

Vores arrangementer i efteråret 2020 og foråret 2021 blev jo "forstyrret", men vi tror på, at vi nu kan få nye oplevelser og herlige stunder sammen i sidste del af 2021.

Eftersom mange er på ferie holder foreningen også ferie juni- juli- august.

Forbehold tages for Covid 19 restriktioner og krav om coronapas / negativ coronatest.

Caféer:

Onsdag den 1. september, kl. 10.30: ENDELIG til Costa Rica. Vores frivillige demensvenner Lotte Blumenthal og Curt Corneliusen tager os med. **Tilmelding senest onsdag den 25. august.**

Onsdag den 15. september, kl. 10.30: Kom i godt humør og få glæde i krop og sjæl. Vi skal igen være sammen med Birgitte Jacobsen og hendes herlige musik. **Tilmelding senest onsdag den 8. september.**

Kl. 13.30-14.30: GENERALFORSAMLING (udsat fra foråret 2021)

Dagsorden iflg. vedtægter. Alle, der kommer i DemensNetværk Rudersdal er uden kontingent automatisk medlem af foreningen. Forslag skal sendes senest 15. august 2021 til Inge Sørensen.

Vi håber, at I også her vil støtte os, så serverer vi en lille 'hapsér'.

Onsdag den 29. september, kl. 10.30: Løvfaldstur ud i det blå.

Nærmere følger. Vi kører fra Frivilligcenteret kl. 10.30 og er hjemme ca. kl. 16. **Tilmelding senest onsdag den 22. september.**

Onsdag den 13. oktober, kl. 10.30: Pensioneret tandlæge Preben Olesen.

Vi skal høre Prebens lystige historier fra hans farverige liv som tandlæge, og vi får liv i lattermusklerne. **Tilmelding senest onsdag den 6. oktober.**

Onsdag den 27. oktober, kl. 10.30: Kunstneren Ib Spang Olsen belyses af kunsthistoriker og frivillig demensven Jette Gerts, mens vi tager en kop kaffe. Herefter besøger vi Nivågård Kunstmuseum, hvor vi ser hans udstillede værker. Der er mulighed for frokost i deres café. **Tilmelding senest den 20. okt.**

Onsdag den 10. november, kl. 10.30: Hvem er du ? Hvem er jeg ? Gennem er hyggelig formiddag lærer vi hinanden lidt bedre at kende. **Tilmelding senest onsdag 3. november.**

Onsdag den 24. november, kl. 10.30-14: Årsafslutning med musik, sang og bægerklang, nok også en lille mad. Drikkevarer medbringer man selv.

Tilmelding senest onsdag den 17. november.

2022: Onsdag den 19. januar kl. 10.30-14: Nytårskur sammen med Pileokoret/parkinson og traktament. **Tilmelding senest onsdag den 12. januar.**