

Andre arrangementer i efteråret 2022:

Kom til middag 'Candlelight-dinners' på Daghemmet Frydenholm, Kongevejen 427, Holte. For borgere med en demenssygdom, deres pårørende/gode venner. **Pris for middag, kaffe/kage:** 125 kr. + drikkevarer.
Dato og tidspunkt: torsdag kl. 17-20, den 15. september og 24. november.
Tilmelding senest 8 dage forinden til Vibeke Nath, tlf. 20 89 08 35 eller mail: vibemay@gmail.com

International Alzheimerdag er onsdag den 21. september kl. 13 i idrætssalen i Birkerød.

Demenskursus for pårørende og andre interesserede:

Kurset foregår over 2 torsdage, den 6. og 13. oktober, kl. 10-12, samlet forløb ved demenskoordinator i Frivilligcentret.
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 Grønnebæk, tlf. 46 11 50 46/72 68 50 46
Anne Marie Schou (Rie), tlf. 46 11 33 14/72 68 33 14

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, Dorthe Friedericsen.



Efterår 2022

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 2022.

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.

DemensNetværk Rudersdal — EFTERÅR 2022

DemensNetværk Rudersdal er en frivillig forening, som har aktiviteter for demente/hukommelsessvækkede og deres familier/venner til stor glæde for alle parter. 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:

Vi holder caféer hver anden onsdag i ulige uger fra kl. 10.30-13, hvor ikke andet er nævnt. Det foregår eller begynder/slutter i Frivilligcenter Rudersdal, Kulturcenter Mariehøj, område D, Storm P, **Øverødvej 246 A**, 2840 Holte.

Pris for kaffe og brød ved café er 35 kr.

Hvor frokost, drikkevarer, entré eller andet indgår, er dette for egen regning. Interesserede fra andre kommuner er meget 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.

Caféer:

Onsdag den 31. august kl. 10.30: Axel Bredsdorff, Historisk Topografisk forening fortæller historiske perspektiver fra vores kommune.

Tilmelding senest onsdag den 24. august.

Caféer—fortsat:

Onsdag den 14. september, kl. 10.30: Advokat Lene Stener fra Holte gennemgår mulighederne for bank– general– og fremtidsfuldmagter.

Derudover digitale løsninger, når vi alle skal anvende NemID og MitID.

Tilmelding senest onsdag den 7. september.

Onsdag den 28. september kl. 10.30: Løvfaldstur til Zengarden ved Stenlille. Vi kører i bus fra Frivilligcentret kl. 10.30 og er hjemme ca. kl. 16.

Frokost og kaffe/kage nyder vi dernede. Drikkevarer tager man selv med.

Tilmelding senest den 21. september.

Onsdag den 12. oktober, kl. 10.30: 'TanD-edoter' v/pensioneret tandlæge K. Preben Olesen. Vi skal sammen nyde Prebens lystige fortællinger.

Tilmelding senest onsdag den 5. oktober.

Onsdag den 26. oktober kl. 10.30: Sofonisba Anguissola, vor tids største kvindelige kunstner lærer vi at kende gennem kunsthistorier Jette Gertz.

Efterfølgende besøger vi Nivågård Kunstmuseum og ser udstillingen.

Vi spiser frokost og får kaffe m/kage.

Tilmelding senest onsdag den 19. oktober

Onsdag den 9. november kl. 10.30: Vi besøger Sommer's Automobile Museum i Nærum. Vi mødes vores sædvanlige sted i Frivilligcentret og kører i fællesskab til Nærum til foredrag og gennemgang af museets mange oplevelser. Vi får også kaffe og kage. Dagen slutter på museet kl. 13.

Tilmelding senest onsdag den 2. november.

Onsdag den 23. november kl. 10.30: ÅRSAFSLUTNING med festlige indslag og musik for krop og sjæl'. Vi skal bl.a. være sammen med herlige Birgitte Jacobsen og får energi til efterårshumøret.

Vi gennemgår endvidere programmet fra midten af januar 2023.

Tilmelding senest onsdag den 16. november.

Onsdag den 18. januar 2023: NYTÅRskur med Pilekoret og fælles frokost.