



Demensfællesskabet Fyn

Rådgivning- og aktivitetscenter



Skibhusvej 52B2, 5000 Odense C



5364 6091



dffyn@alzheimer.dk



www.demensfællesskabet-fyn.dk



Demensfællesskabet-Fyn



BEDRE LIV MED
DEMENS
ALZHEIMERFORENINGEN



PROGRAM

Demensfællesskabet Fyn

April-juli 2023



Demensfællesskabet Fyn
Rådgivning- og aktivitetscenter



BEDRE LIV MED
DEMENS
ALZHEIMERFORENINGEN

Arrangementer i juni og juli

7/6 Kl. 13-14	Rådgivning ved demenskoordinator Pris: Gratis Tilmelding: Nej
Dato kommer senere	Fælles sommertur Se særskilt invitation
Uge 27	Sommerdaghøjskole Se særskilt invitation Tilmelding: Ja

Demensfællesskabet holder sommerlukket i ugerne **28-29-30**. Derudover har vi lukket på helligdage.



Program for aktiviteter i Demensfællesskabet Fyn

Kære alle

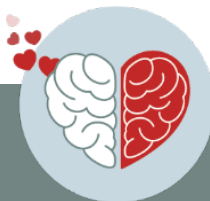
Velkommen i Demensfællesskabet.

Du sidder nu med programmet for 2. kvartal 2023.

Vi håber, at du vil fatte interesse for nogle af aktiviteterne eller arrangementerne.

Vi glæder os til at være sammen med dig.

Er du i tvivl om noget, eller har du spørgsmål, er du altid velkommen til at kontakte os.



Åbningstider

Mandag – torsdag kl. 9-15



Skibhusvej 52B2, 5000 Odense C



5364 6091



dffyn@alzheimer.dk



www.demensfællesskabet-fyn.dk



Demensfællesskabet-Fyn

Faste aktiviteter – mandag

Kl. 10-12	Frisk i Natur Vi går en tur eller spiller et spil i parken og slutter af med en kaffetår.
Kl. 11-12	Bevæg dig – bevar dig Motion og socialt samvær i Ældreidrættens Hus (deltagerbetaling på stedet).
Kl. 13-15	Drop ind Kom og hør, Hvad Demensfællesskabet er, og hvad det kan tilbyde dig.
Kl. 13-16	Ud i det blå Vi tager bussen og kører en tur, som passer dagen og vejret (pris: 25,- for bussen).
Kl. 16.30–18 Fra 20/2-27/4	Dans dig glad Kom og dans dig glad med partner eller alene. Vi sørger for god musik, og alle kan være med.
Kl. 20-21 Hver anden mandag	Online læsegruppe Læseguiden vælger nye og korte tekster til hver gang og læser teksterne højt, hvorefter der lægges op til en snak.

Arrangementer i maj

2/5 Kl. 17-17.30	Mindfulness for pårørende Se særskilt invitation Pris: Gratis Tilmelding: Ja
3/5 Kl. 13-14	Rådgivning ved demenskoordinator Pris: Gratis Tilmelding: Nej
24/5 Kl. 10-14	Kulturgruppe Se særskilt invitation Pris: Evt. entré Tilmelding: Ja
5/5 Kl. 13-15	Bowling
30/5 Kl. 17-17.30	Mindfulness for pårørende Se særskilt invitation Pris: Gratis Tilmelding: Ja

Arrangementer i april

4/4 Kl. 17-17.30	Mindfulness for pårørende Se særskilt invitation Pris: Gratis Tilmelding: Ja
5/4 Kl. 13-14	Rådgivning ved demenskoordinator Pris: Gratis Tilmelding: Nej
26/4 Kl. 10-14	Kulturgruppe Se særskilt invitation Pris: Evt. entré Tilmelding: Ja

Faste aktiviteter – tirsdag

Kl. 9-11	Drop ind Kom ind og se og hør, hvad Demensfællesskabet er, og hvad det kan tilbyde dig. Få en snak om, hvordan du/I kan håndtere hverdagen med demens. Du kan også ringe og lave en aftale om besøg.
Kl. 11-12	Stoleyoga og mindfulness Vi bevæger os og strækker kroppen i et roligt tempo, hvor alle kan være med. Vi slutter af med lidt mindfulness. Kom i behageligt tøj, som du kan bevæge dig i.
Kl. 12.30-13.30	Læsegruppe Læseguiden vælger nye og korte tekster til hver gang og læser teksterne højt, hvorefter der lægges op til en snak.
Kl. 13.30-15	Kognitiv stimulationstræning Vi træner kognitive funktioner igennem forskellige aktiviteter. Hjernens netværk vedligeholdes og styrkes, samtidig med at vi hygger os sammen.

Faste aktiviteter – onsdag

Kl. 10-14	Teknologibiblioteket har åbent Kig forbi og få en snak med bibliotekaren om, hvad der findes af hjælpsomme produkter.
Kl. 10-13 Hver anden onsdag	ODIN-gruppen ODIN (Om Demens Indefra) er en gruppe, som arbejder med at oplyse om demens og om det at have en demenssygdom.
Kl. 11-13	Motion og samvær i Ældreidrættens Hus Vi træner krop og hjerne, så kom og få pulsen op og sved på panden. Deltagerbetaling afregnes på stedet.
Kl. 10-14 1 onsdag om måneden	Kulturgruppen Vi kører ud og besøger kulturelle steder og seværdigheder (særskilt invitation).
Kl. 13-14 Første onsdag i hver måned	Rådgivning ved demenskoordinator Kom og tal med en demenskoordinator fra Odense Kommune.

Faste aktiviteter – torsdag

Kl. 10-12	Kognitiv stimulationstræning Vi træner kognitive funktioner igennem forskellige aktiviteter. Hjernens netværk vedligeholdes og styrkes, samtidig med at vi hygger os sammen.
Kl. 10.30-12.30	Motion og samvær for ægtepar i Ældreidrættens Hus Vi træner krop og hjerne, så kom og få pulsen op og sved på panden. Deltagerbetaling afregnes på stedet.
Kl. 9.30-11.30	Motion og samvær for pårørende i Ældreidrættens Hus Vi træner krop og hjerne, så kom og få pulsen op og sved på panden. Én times motion, efterfulgt af kaffe og samvær. Deltagerbetaling afregnes på stedet.
Kl. 18-20 Sidste torsdag i hver måned	Rådgivningscafe for pårørende Hver gang er der et oplæg med et relevant emne. Der er også tid til at drøfte emnet efterfølgende.