

### Demenskursus for pårørende og andre interesserede:

Tirsdag den 14. og 21. maj 2019 kl. 15-17 i Frivilligcenteret på Kulturcenter Mariehøj, område D, Storm P, v/demenskoordinator Birgitte Steen Grønnebæk, Ældreområdet. Tilmelding: Frivilligcenter Rudersdal, senest 10. maj 2019, tlf. 45 89 00 56 eller mail: [info@frivilligcenteret.dk](mailto:info@frivilligcenteret.dk)

### Nyttige kontakter

**Demenskoordinator** i Rudersdal:

Birgitte Steen Grønnebæk: tlf. 46 11 50 46/72 68 50 46.

**DemensNetværk Rudersdal:** Formand Inge Sørensen, tlf. 30 74 79 06,

mail: [demensrudersdal@gmail.com](mailto:demensrudersdal@gmail.com)

Hjemmeside: [www.demensrudersdal.dk](http://www.demensrudersdal.dk)

**Alzheimerforeningen:** tlf. 39 40 04 88.

**Demenslinjen:** tlf. 58 50 58 50.

**Pårørendegrupper i Rudersdal:** Ingrid Schou Laustsen (Holte); tlf. 26 20 24 27,  
Bodil Sørensen (Birkerød); tlf. 46 11 16 96.



# 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 foråret 2019.

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

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



## DemensNetværk Rudersdal

DemensNetværk Rudersdal er godt i gang på ottende år, hvoraf de første 3 år var som et projekt i Frivilligcentrets regi. Foreningen DemensNetværk Rudersdal blev dannet som selvstændig forening i 2015, og fungerer fortsat til stor glæde for målgruppen mennesker med hukommelsesproblemer/demenssygdomme samt nærmeste familie og venner. Økonomisk søges støtte fra §18 midler (Rudersdal Kommune) samt fra private fonde.

Frivillige demensvenner er med ved alle aktiviteter og er drivkraften i foreningens virke. Demenssygdomme påvirker ikke kun den sygdomsramte, men hele familien. Det er derfor særdeles vigtigt, at have aktiviteter i trygge rammer og danne netværk blandt ligestillede.

### 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 der café i tidsrummet **kl. 10.30 til ca. kl. 13**.

**Pris** for deltagelse er 35 kr. Hvor frokost, drikkevarer, entré eller andet indgår, er dette for egen regning.

Ved alle aktiviteter er frivillige demensvenner til stede.

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

**Hjemmeside:** [www.demensrudersdal.dk](http://www.demensrudersdal.dk)

**Tilmeldinger/kontakt** til formand Inge Sørensen på mail: [demensrudersdal@gmail.com](mailto:demensrudersdal@gmail.com) eller telefon (evt. sms): 30 74 79 06.

### Caféer:

**Onsdag den 16 januar, kl. 10.30-14.30: NYTÅRSKUR med Pilekoret/Parkinson** og traktement. Tilmelding senest onsdag den 9. januar.

**Onsdag den 30. januar, kl. 10.30: Oplev møbeldesigneren Fritz Hansen** gennem Claus Fiskers spændende foredrag. Tilmelding senest onsdag den 23. jan.

**Onsdag den 13. februar, kl. 10.30: Oplev Bornholm i samværet med Jørgen Taagholt.** Tilmelding senest onsdag den 6. februar.

**Onsdag den 27. februar, kl. 10.30: 'Fastelavn er mit navn . . .'** Lidt udklædning vil give en farverig café. Tilmelding senest den 20. februar.

**Onsdag den 13. marts, kl. 10.30: Enhver demenssygdom medfører tab og sorg v/ sygeplejerske, tidl. plejehjemsforst. Connie Egelund.** Oplæg, drøftelse og udveksling af erfaringer. Tilmelding senest onsdag den 6. marts.

**Kl. 13.30-14.30: GENERALFORSAMLING**—dagsorden iflg. vedtægter. Lille servering. Alle brugere og frivillige, som kommer i DemensNetværk Rudersdal, er uden kontingent automatisk medlem af foreningen. Håber, at I også her støtter os.

**Onsdag den 27. marts, kl. 10.30: Erindringsbilleder og billeder fra besættelsens sidste dage v/K. Preben Olesen.** Tilmelding senest onsdag den 20. marts.

**Onsdag den 10. april, kl. 10.30: Mit liv som soldat, frivillig og nu formand for Rudersdal Seniorråd v/Ib Hedegaard Sørensen.** Tilmelding senest onsdag den 3. april.

**Onsdag den 24. april, kl. 10.30: Vi holder alle fri, da det er lige efter påske.**

**Onsdag den 8. maj, kl. 10.30: Her er mit liv.**

Vi gentager den gode oplevelse fra sidste efterår. Dem, der har lyst til at fortælle, gør det, andre lytter og kommenterer. Tilmelding senest onsdag den 1. maj.

**Onsdag den 22. maj, kl. 10.30-16: Udflugt til Roskilde Domkirke med omvisning og frokost, Pipers Hus** i Byparken. Entré og frokost for egen regning. Vi kører fra Frivilligcentret kl. 10.30. Tilmelding senest onsdag den 15. maj.

### Andre arrangementer i foråret 2019:

**Kom til middag 'Candlelight-dinners' kl. 17-20 på**

Daghjemmet Frydenholm, Kongevejen 427, 2840 Holte

Middag for borgere med en demenssygdom, deres pårørende/gode venner.

**Dato og tidspunkt:** torsdag den 17. januar, torsdag den 21. marts, torsdag den 23. maj kl. 17-20. Betaling sker på dagen.

**Pris for middag inkl. kaffe/kage:** 125 kr., drikkevarer købes særskilt.

**Kontakt:** Annie Harstung, tfl. 21 63 64 22

eller mail: [annie.harstung@gmail.com](mailto:annie.harstung@gmail.com) senest 8 dage inden middagen.