

## Andre arrangementer i foråret 2021:

**Kom til middag 'Candlelight-dinners'**  
kl. 17-20 på Dagshjemmet Frydenholm,  
Kongevejen 427, 2840 Holte  
For borgere med en demenssygdom,  
deres pårørende/gode venner.

**Dato og tidspunkt:** kl. 17-20,  
torsdag den 11. februar, torsdag  
den 22. april, torsdag den 20. maj.

**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 torsdage, den 8. og 15. april kl. 15-17, samlet forløb**  
ved demenskoordinator Birgitte Steen Grønnebæk.

**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.

**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.

Forår 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 foråret 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 aflysningen grundet Covid-19 restriktioner**

## DemensNetværk Rudersdal — FORÅR 2021

DemensNetværk Rudersdal er godt i gang på tiende år, hvoraf de første 3 år var et projekt i Frivilligcenterets regi. Foreningen DemensNetværk Rudersdal blev selvstændig forening i 2015 og fungerer fortsat til stor glæde for målgruppen, der er 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 caféen i tidsrummet **kl. 10.30 til ca. kl. 13.00**. **Pris** for deltagelse: 35 kr. Hvor frokost, drikkevarer, entré eller andet indgår, er dette for egen regning. Borgere fra andre kommuner er velkomne. For ønske om besøgsven, samtalegruppe for pårørende samt gågruppe, da 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 20. januar, kl. 10.30– ca. 14: NYTÅRSKUR** med Pilekoret/Parkinson og traktement. **Tilmelding senest onsdag den 13. januar.**

**Onsdag den 3. februar, kl. 10.30: 'Musik, sang, fortællinger og godt humør'.** Vi skal igen have en dejlig dag sammen med Jørgen Rassing, som slår tonerne an. **Tilmelding senest onsdag den 27. januar.**

### Caféer—fortsat:

**Onsdag den 17. februar, kl. 10.30: Fastelavn er mit navn . . .** Lidt udklædning giver os en farverig og festlig café. Måske også fastelavnsboller?

**Tilmelding senest onsdag den 10. februar.**

**Onsdag den 3. marts, kl. 10.30: Vi smutter en tur til Costa Rica med frivillige demensvenner Lotte og Curt.** Det bli'r ikke kedeligt!

**Tilmelding senest onsdag den 24. februar.**

**Kl. 13.30-14.30: GENERALFORSAMLING**, dagsorden iflg. vedtægter.

Alle, der kommer i DemensNetværk Rudersdal er uden kontingent automatisk medlem af foreningen. Forslag skal sendes senest 3. februar 2021. Vi håber, at I også her vil støtte os, så serverer vi en lille 'happer'.

**Onsdag den 17. marts, kl. 10.30: 'På tur ud i det blå'** med spændende fortællinger og fantastiske billeder af Jørgen Taagholt.

**Tilmelding senest onsdag den 10. marts.**

**Rigtig god og hyggelig påske til jer alle.**

**Onsdag den 14. april, kl. 10.30-ca. 15: Oplæg ved kunsthistoriker Jette Gerts om kunstneren Wilhelm Marstrand.** Herefter besøg på Nivaagaard Kunstmuseum og evt. frokost samme sted efter nærmere aftale.

**Tilmelding senest onsdag den 7. april.**

**Onsdag den 28. april, kl. 10.30: Kom i forårshumør og få glæde i sjæl og krop.** Vi skal igen være sammen med Birgitte Jacobsen og hendes herlige musik. **Tilmelding senest onsdag den 21. april.**

**Onsdag den 12. maj, kl. 10.30-16: 'Udflugt i det blå, det må vi få!'**

Nærmere orientering følger. Vi kører fra Frivilligcentret kl. 10.30.

**Tilmelding senest onsdag den 5. maj.**

**Onsdag den 26. maj, kl. 10.30: Vi hører om Mercy Ships Danmark** og møder deres frivillige, som beretter om skibets opgaver i verdens fattigste lande.

**Tilmelding senest onsdag den 19. maj.**