



SAXILD STRAND
SUNDHED • VELVÆRE • NÆRVÆR • OPLEVELSER



Ophold for pårørende og personer med erhvervet hjerneskade

Et lærende og afslappende pusterum - i trygge og naturskønne rammer

Hvad går det ud på?

Opholdet er for Jer, der gerne vil have et lærende pusterum sammen - og mødes med andre par/familier, hvor en af jer har en erhvervet hjerneskade.

Det gamle badehotel Saxild Strand danner ramme for opholdet, der varer en forlænget weekend. I får dels mulighed for at nyde de naturskønne omgivelser, dels at få sat fokus på det gode liv og trivsel trods sygdommen.

Opholdet består af psykologoplæg særligt for dig, der er pårørende. For dig der har en erhvervet hjerneskade vil der være hensynstagende undervisning og oplæg. Derudover vil der være fælles aktiviteter og mulighed for at slappe af sammen. I får samtidig mulighed for at mødes med andre i en lignende situation.

Hvem står bag?

Folkesundhed Aarhus Kommune og Saxild Strand – Sundhed og Rekreation står bag arrangementet.

Oplæg for pårørende varetages af psykolog Lene Dernert, der de seneste tre år har tilbudt pårørende forløbet SOS-pårørende i Aarhus Kommune.

Hvem kan deltage?

I kan både deltage som par eller sammen med fx voksne børn. Det er nødvendigt at være rimelig selvhjulpne – der kan dog assisteres med enkelte plejeopgaver. Én af jer skal have bopæl i Aarhus Kommune, da Aarhus Kommune giver tilskud til kurset.

Om hjerneskaden er erhvervet for nyligt eller for år tilbage er underordnet. Det vigtigste er, at I har lyst til en fælles, lærerig weekend.

Hvordan kommer I afsted?

Ved tilmelding eller spørgsmål om opholdet, er I meget velkomne til at kontakte os:

På telefon: Saxild Strand: 86 55 40 55 eller via FO-Aarhus - Tlf.: 87 46 45 00

På mail til Lene Dernert: lgd@aarhus.dk

Program (forbehold for mulige ændringer)

Torsdag d. 15.11

14-17: Velkomst og rundvisning

19-20: Fælles: Tilbage til livet: En personlig beretning v. Henrik Woer

Fredag d. 16.11

9-10: Ideer til morgentræning i hjemmet v. Saxilds fysioterapeut

9-11: 1. session for pårørende

14-15: "Livet som det er" temasamtaler v. Jonna Nørlund

14-15: Pårørende: Opsamling, sparring med Lene

Aften: Fælles bålaften og fællessang

Lørdag d. 17.11

9-10: Ideer til morgentræning i hjemmet v. Saxilds fysioterapeut

9-12: 2. session pårørende

10-12: "Livet som det er" temasamtaler v. Jonna Nørlund

14-16: Fælles hyggelig inspirerende eftermiddag med ideer til hjernetræning

Aften: Spansk aften med flamencodanser

Søndag d. 18.11

9-11: 3. session pårørende

9-11: Introduktion til aktiviteter og netværk i foreninger

Pris og praktiske oplysninger:

Hvornår? Torsdag d. 15. november (indkvartering kl. 15.00) – til søndag d. 18. november (tjek ud efter frokost).

Adresse: Chr. Petersensvej 1, 8300 Odder

Parkering: Gratis parkering (foran hovedbygningen) under opholdet

Pris for opholdet: Er du bosat i Aarhus Kommune: 975 kr. Er du ikke bosat i Aarhus Kommune: 1200 kr. (én af jer skal have bopæl i Aarhus Kommune, da Aarhus Kommune giver tilskud til kurset).

I prisen er inkluderet overnatninger, forplejning (morgenmad, frokost og aftensmad) inkl. et glas vand/vin/øl til frokost og aften. Der kan tilkøbes massage for 350 kr. for en halv time. Aflysning op til to uger før koster 100 kr. (pr. deltager?) Aflysning indtil to dage før: 500 kr. Derefter fuld afregning v. aflysning.

Folkesundhed Aarhus
Ceres Allé 13-15
8000 Aarhus C
Tlf: 87 13 40 35
folkesundhed@mso.aarhus.dk