

UGE 28

11. – 15. juli 2022

Feriecenter Slettestrand, Fjerritslev



DEN NÆRE
SOMMERHØJSKOLE
JYSK BØRNEFORSORG/FREDEHJEM





DEN NÆRE SOMMERHØJSKOLE

Et højskolefællesskab med plads til forskelligheder!

Vi gentager succesen fra sidste år. I uge 28 afholdes Jysk Børneforsorgs anden **sommerhøjskole for unge over 16 år og voksne med en udviklingshæmning**. Det bliver en uge, hvor der er plads til de nære relationer, gode samtaler, forudsigelige rammer og ture ud i Danmarks skønne natur – alt sammen på *dine* betingelser!

Sommerhøjskolen er for dig, der har behov for at være i trygge og nære omgivelser, men på en og samme tid har mod på at tage en uge på højskole i et sommerhus ved Vrist. Her kommer du til at møde nye mennesker og danne gode venskaber med andre, der ligesom dig har et udviklingshandicap. Den nære Sommerhøjskole er **en lille højskole med plads til 10 elever**.

Det er **tid til at være sammen!** Et højskoleophold handler om *at være sammen, stå sammen og lave ting sammen*. På denne måde bliver vi hver især stærkere, når vi på egen hånd skal træde ud i verden. Vi mennesker hjælper hinanden med at vokse, og lige netop derfor er det så vigtigt at være en del af et fællesskab.

På sommerhøjskolen i uge 28 vil du møde **glade og dygtige frivillige og studerende**, der er med på højskoleopholdet hele ugen. Når du skal på højskole, er det altafgørende, at der er solide drivkræfter, der kan hjælpe med at danne fællesskabet. Derfor er de frivillige og studerende en del af dit højskoleophold. De er med til at skabe hyggelige, trygge og mindeværdige oplevelser sammen med dig. I fællesskab skal alle synge fra **højskolesangbogen**, ud i naturen og opleve, hvordan **Vesterhavet** suser i ørerne, en tur ud af huset for at spise friskfanget fisk, og ikke mindst skal vi holde et brag af en **afslutningsfest**, hvor der bydes op til dans og underholdning.

Med en uge på Den nære Sommerhøjskole får alle elever mulighed for at **fordybe sig på hver sit selvvalgte hold**. Her er både mulighed for at komme ud på tur og indsamle **friske råvarer** til aftensmaden, dyrke sin **indre kreativitet** med nørklerier og kunst i stuen eller lave **yoga og mindfulness**.

Vi glæder os VILDT MEGET til en fantastisk uge, hvor du kan opleve en masse skønne ting og vigtigst af alt, være sammen med en lille flok, der ligesom dig har lyst til at være en del af **et nært, småt og trygt fællesskab**.



VÆRKSTEDERNE

Den nære Sommerhøjskole

<p>Værksted 1 3-4 pers.</p>	<p>"Til middag hos" – Madglæde og muligheder</p>	<p>Har du også set programmet på TV3 "Til middag hos"? Her tilbereder kendisser udsøgte middagsmåltider til hinanden. Kunne du tænke dig at gøre det samme for dine medkursister? I "Til middag hos" er det dig, der skal ud at finde friske råvarer fra sæsonen, sylte og bage, planlægge aftensmåltidet og tilberede lækre retter og spændende forfriskninger, som vi alle kan nyde i fællesskab, når vi spiser aftensmad sammen.</p>
<p>Værksted 2 3-4 pers.</p>	<p>Kunst og kreativitet – Naturens kunst</p>	<p>Kunst og kreativitet er mange ting. Måske du tegner i dine Mandalas bøger eller strikker karklude og huer? Kreativitet har mange former, farver og udtryk. På "Kunst og kreativitet" dykker vi ned i de mange facetter, metoder, redskaber og udtryk. Vi skal bruge naturens materialer, for der findes et hav af muligheder, når vi bruger naturen til at skabe kunst. Hvis du kan lide at tegne, male og skabe med dine hænder, så er dette hold helt sikkert noget for dig!</p>
<p>Værksted 3 3-4 pers.</p>	<p>Yoga og mindfulness – Tid til fordybelse</p>	<p>Yoga forener og skaber harmoni mellem krop og sind. Man kan sige, at yoga er en gave til din krop, som giver ro i dit sind. På dette værksted kommer du til at lave forskellige yogaøvelser, der både træner balancen, smidigheden og gør dig stærk. Når vi har lavet yoga, er det tid til afspænding, massage og mindfulness. Hvis du godt kan lide at bruge din krop på en rolig måde, så er yoga og mindfulness lige noget for dig. Vi vil bruge naturen omkring sommerhuset, for naturen har en helt særlig evne til at gøre os rolige og afslappede.</p>



SÆRLIGE ARRANGEMENTER

Den nære Sommerhøjskole

Velkomst og præsentation	<p>En varm velkomst og hjerteligt velkommen til Den nære Sommerhøjskole.</p> <p>En præsentationsrunde af højskoleelever, studerende og frivillige.</p> <p>Vi tegner ugen der kommer, der udleveres ugeskemaer, og til slut skal vi lære hinanden lidt bedre at kende ved forskellige aktiviteter.</p>
Fællestur ud af huset	<p>Hvor turen går hen, viden endnu ikke. Æn ting er dog sikkert. Vi skal hygge os, spise lækker frokost og have nogle gode oplevelser sammen.</p> <p>Slette Strand ligger i det smukkeste område, tæt på skov og strand. Har du set "Badehotellet" på Tv2 – synes du der ser dejligt ud? Så kommer du til at elske området omkring Slette Strand.</p>
Fælles afslutning og gåtur	<p>En sidste tur ud i den friske havluft, inden turen igen går hjemad.</p> <p>Her skal vi nyde og hylde den natur, som har omsluttet os gennem hele højskoleopholdet.</p> <p>Måske er der nogen, der har lyst til at tage ordet? Måske har I arbejdet med elementer i værkstederne, som skal præsenteres på en helt særlig måde den sidste dag?</p>

UGE 28

11. – 15. juli 2022

Feriecenter Slettestrand, Fjerritslev



UGEPROGRAM

Den nære Sommerhøjskole

	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
08.00-09.00		Godmorgen og morgenrutine	Godmorgen og morgenrutine	Godmorgen og morgenrutine	Godmorgen og morgenrutine
09.00-10.00		Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad
10.00-10.30		Morgensamling med højskolesang	Morgensamling med højskolesang	Morgensamling med højskolesang	Morgensamling med højskolesang
10.30-12.00		Værkstederne starter op	Værksted	Værksted	Fælles afslutning og gåtur
12.00-13.00	Ankomst, indkvartering og frokost	Frokost	Fællestur ud af huset	Frokost	Frokost og farvel
13.00-15.00	Velkomst og præsentation	Værksted	Fællestur ud af huset	Værksted	
16.00-18.00	Madlavning	Madlavning	Madlavning	Madlavning	
18.00-19.00	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Festmiddag	
19.00-21.00	Tur i det omkringliggende område	Spilleaften og højskolesang	Højtlæsning og højskolesang	Festaften med musik og dans	

UGE 28

11. – 15. juli 2022

Feriecenter Slettestrand, Fjerritslev



	Morgenrutine og praktisk
	Morgensamling og aftensamling
	Værksteder
	Særlige arrangementer
	Morgenmad, frokost og aftensmad
	Madlavning



PRAKTISKE INFORMATIONER

Den sommer Daghøjskole

HVORNÅR?	Uge 28 Mandag d. 11. juli – fredag d. 15. juli 2022 Vi mødes mellem kl. 12.00-13.00 om mandagen og afslutter igen kl. 13.00 om fredagen
HVOR?	Feriecenter Slette Strand Slettestrandvej 140 9690 Fjerritslev Se stedet her: https://slettestrand.dk/
HVAD KOSTER DET?	3000 kr. pr. person for ophold og forplejning
LEDSAGER	Der er desværre ikke plads til din ledsager

UGE 28

11. – 15. juli 2022

Feriecenter Slettestrand, Fjerritslev



PRAKTISKE INFORMATIONER

Den nære Daghøjskole

HJÆLPERE/HJÆLPEMIDLER	<p>Der er ikke adgang for kørestolsbrugere.</p> <p>Det er desværre ikke muligt at indskrive sig som højskoleelev, hvis du skal have omfattende hjælp til fx personlig pleje, toiletbesøg eller til at spise.</p>
VIGTIGT!!	<p>De studerende og de frivillige er til stede under hele højskolen, men der er ikke plejepersonale og/eller socialpædagogisk uddannet personale.</p> <p>Derfor skal du, trods din udviklingshæmning, have lysten og evnerne til at være afsted på en uges højskoleophold uden socialpædagogisk støtte og/eller hjemmehjælp.</p>
KONTAKT	<p>For yderligere spørgsmål, ring eller skriv: Line Laxy Jensen 2211 4838 line@jyskbørneforsorg.dk</p>