



Demensfællesskabet Fyn

Rådgivning- og aktivitetscenter



NYHEDSBREV DECEMBER 2024 JULEHILSEN

Julehilsen fra Demensfællesskabet Fyn og kig frem mod 2025.

Vi er hastigt på vej ind i december med julehygge og ferie lige pludseligt! Vi ser tilbage på året 2024 og konstaterer, at det har været endnu et år med fuld fart! Med masser af spændende aktiviteter og tilbud, gode oplevelser og arrangementer, og med stor opbakning. Hver uge tager vi imod mange deltagere, der nyder at komme hos os, og vores frivillige yder en stor indsats, og er sammen med deltagerne med til, at her summer af liv og god energi.

Vi har stadig rigtig mange aktiviteter, meget rådgivning og en del opgaver ud af huset. Vi er igen gået op i deltagerantal og antal frivillige, der yder en kæmpe hjælp, og som udover at gennemføre alle de faste aktiviteter, også sikrer, at der altid er en varm velkomst til alle vores gæster her i Demensfællesskabet. Der er behov for vores tilstedeværelse, og Odense Kommune er en god samarbejdspartner.

Vores aktiviteter er alsidige og der er noget for enhver smag. Det er stadig populært at tage ud i det blå med vores bus, gå ture rundt i lokalområdet, lave yoga og finde ro ved mindfulness, dykke ned i litteraturen, få hjernen aktiveret til kognitiv træning, danse til god musik, tale med ligesindede, råbe højt om dét at leve med demens og spise sammen i hyggelige rammer. Alle aktiviteter er velbesøgte, og de skaber glæde og gode relationer.

Der er efterspørgsel på rådgivning og vi har mange besøg i løbet af en måned. Vi prioriterer at hjælpe og give tid til at få vendt vigtige og presserende emner.

PÅRØRENDE FORLØB -Nyt tilbud.

Vi laver et miniforløb for pårørende over 3 gange, som starter d. 2.10. Som pårørende er man velkommen til at deltage alene eller sammen med sin kære med demens.

Vi mødes 3 gange i efteråret til et fælles oplæg og derefter en snak med ligestillede i 2 grupper. Aftenen sluttet samlet af med fællessang.

De fælles oplæg vil handle om viden om demens, hverdagslivet med demens samt demenskoordinatorens rolle. Kontakt Karin på mail: dffyn@alzheimer.dk for nærmere information.

Dans dig glad!

Måske ikke helt nyt hold, idet det er tredje gang, at der er dans for personer med demens og deres pårørende. Man kan komme som par eller alene, og der er intet krav om, at man er verdensmester i cha-cha-cha eller andet. Det drejer sig blot om at få en glad og sjov oplevelse, hvilket de foreløbige tilbagemeldinger klart bekræfter. Her har vi også dygtige og engagerede frivillige, som får alle ud på dansegulvet mandag fra 16.30 til 18.

Demenskor

For andet år i træk har vi kor-sang for både deltagere og pårørende.

Og også i år er der stor tilslutning, -måske har samarbejdet mellem DR1, Alzheimerforeningen, Sangens Hus og Aalborg Universitet vedrørende dokumentarserien om Demenskoret været medvirkende til yderligere interesse for at synge sammen.

Under alle omstændigheder bliver taget næsten løftet her i Demensfællesskabets lokaler hver onsdag formiddag, når der synges igennem.

Naturtræning

Som skrevet tidligere har vi fået fondsmidler fra Velliv-fonden til at oprette et hold i Naturtræning.

Vi har været heldige og har fået et par nye frivillige, som også deltager i træningen ude ved Skibhuscentret/Marienlund Hovedgård. Der starter vi med opvarmning i de udendørs træningsmaskiner, som alle, der har lyst, kan benytte. Derefter går vi ind i skoven og bruger alle sanserne til at opleve naturen, som omgiver os. Derinde laver vi let styrke- og smidighedstræning -alt efter evne og dagsform.

Holdet svinger mellem 2 og 9 deltagere, så der er god plads til forskellighed.

Og selvfølgelig har vi indbygget en hyggepause med lidt forfriskninger.

SIDEN SIDST

Sommerfesten 27. juni

Årets sommerfest foregik ude på Ditlevsdal Bison Farm i Morud, hvor vi fik en spændende rundvisning i en kæmpe prærievogn, hvor vi kom helt tæt på bisonokserne. Endnu en gang var vejrguderne med os, så det først væltede ned med regn og hagl, torden og lynild, da vi næsten var færdige med den lækre hakkebøf (naturligvis lavet af kød fra bisonokserne), og havde nydt aftenkaffe, hjemmelavede småkager og sangene.

Vi var ca. 35 deltagere og vi var vist alle enige om, at arrangementet var meget vellykket.

Sommerdaghøjskole uge 27

Vi havde 3 dejlige dage med sommerdaghøjskole, inden vi holdt sommerferie. Vi var ca. 30 deltagere og 6 frivillige, som igen hjalp med til at gøre dagene festlige. Vi besøgte Johannes Larsen Museet i Kerteminde, hvor vi efter en guidet og

spændende rundvisning, blev udfordret på egne kreative evner. Det var imponerende at se, hvilke talenter der gemmer sig i vores deltagere og frivillige, når de slippes løs med farvekridt og papir.

På andendagen blev vi introduceret til AI-kunst og frembragte de vildeste computerdesignede kunstværker med den frivillige dygtige underviser. Derudover var der naturtræning og spil i vores lille lokale park – og selvfølgelig masser af kaffe og hjemmebagt lækker kringle (også et bidrag fra en frivillig).

Tredjedagen blev afholdt på Stige Ø, hvor vi -bortset fra en enkelt intensiv byge – bl.a. nød en spadseretur til Sorthusene, spillede forskellige spil og indtog en solid grill-frokost...og så lige lidt kaffe og mere hjemmebagt kage!

Teknologibibliotek og IT

Vores teknologibibliotek har åbnet efter aftale med Sissel onsdage 16-18. Sissel kontaktes på mail tekno@alzheimer.dk vedr. rådgivning om hjælpsomme ting til hverdagens små og større udfordringer.

Hvis man får brug for hjælp til sin telefon, iPad eller computer vil Michelle være til stede i IT-caféen onsdage fra kl. 14-16. IT-caféen er også i Demensfællesskabets lokaler.

God sensommer/efterår til alle!

Sissel, Michelle og Karin





Kort nyt



Har du (eller en du kender) lyst til at spille fodbold i FC Demens?
- så kan vi formidle kontakt til fodboldholdet enten i Kerteminde eller i Odense.



Nyt program for januar, februar og marts 2025 er nu tilgængeligt på hjemmesiden og som printet udgave i Demensfællesskabet.

[Find programmet her](#)



www.alzheimer.dk

Copyright © 2024 Demensfællesskabet Fyn, All rights reserved.

Demensfællesskabet Fyn

Skibhusvej 52 B2

5000 Odense C

[Afmeld nyhedsbrev.](#)

