



# PROGRAM

**Demensfællesskabet Fyn**

**April, maj, juni og juli 2025**



**Demensfællesskabet Fyn**  
Rådgivning- og aktivitetscenter



**bedre liv  
med demens**  
alzheimerforeningen

# Program for aktiviteter i Demensfællesskabet Fyn

---

Kære alle

Velkommen i Demensfællesskabet.

Dette er programmet for 2. kvartal 2025 (April, maj, juni og juli)  
Aktiviteterne koster 15 kr. pr. gang inklusiv kaffe/te, hvis ikke andet er angivet.

Vi håber, at du vil være interesseret i at deltage i nogle af aktiviteterne eller arrangementerne, og vi glæder os til at være sammen med dig.

Er du i tvivl om noget, eller har du spørgsmål, er du altid velkommen til at kontakte os.

**Vær opmærksom på at vi holder lukket på helligdage, samt 14.,15.og 16.april og 5.juni.**

Hilsen Michelle og Karin



## Åbningstider

Mandag – torsdag kl. 9-15



Skibhusvej 52B2, 5000 Odense C



5364 6091



[dffyn@alzheimer.dk](mailto:dffyn@alzheimer.dk)



[www.alzheimer.dk/demensfaellesskabet-fyn](http://www.alzheimer.dk/demensfaellesskabet-fyn)



Demensfællesskabet-Fyn

Mobilepay 313770

## Faste aktiviteter – mandag

---

<b>Kl. 10-12</b>	<b>Frisk i Natur</b> Vi går en tur eller spiller et spil i parken og slutter af med en kaffetår.
<b>Kl. 13-15</b>	<b>Drop ind</b> Kom forbi og få personlig rådgivning og hør hvad Demensfællesskabet kan tilbyde dig
<b>Kl. 13-16</b>	<b>Ud i det blå</b> Vi tager bussen og kører en tur, som passer dagen og vejret (pris: 40,- for bussen).
<b>Kl. 16.30-18</b>	<b>Dans dig glad</b> Kom og dans dig glad med partner eller alene. Vi sørger for god musik, og alle kan være med.
<b>Slutdato mandag 5. maj</b>	

## Faste aktiviteter – tirsdag

---

---

<b>Kl. 9-11</b>	<b>Drop ind</b> Kom forbi og få personlig rådgivning og hør hvad Demensfællesskabet kan tilbyde dig
<b>Kl. 11-12</b>	<b>Stoleyoga og mindfulness</b> Vi bevæger os og strækker kroppen i et roligt tempo, hvor alle kan være med. Vi slutter af med lidt mindfulness. Kom i behageligt tøj, som du kan bevæge dig i.
<b>Kl. 12.30-13.30</b>	<b>Læsegruppe</b> Læseguiden vælger nye og korte tekster til hver gang og læser teksterne højt, hvorefter der lægges op til en snak.
<b>Kl. 13.30-15</b>	<b>Kognitiv stimulationstræning hold 1</b> Vi træner kognitive (dvs. mentale) funktioner igennem forskellige aktiviteter. Hjernens netværk vedligeholdes og styrkes, samtidig med at vi hygger os sammen.

## Faste aktiviteter – onsdag

---

---

<b>Kl. 10.30-12</b> <b>Slut 9.april</b>	<b>Demenskor</b> Vi synger sange fra vores store sangskat og alle (både deltagere og pårørende) kan være med. Det kræver ikke en stor sangstemme, men kun lysten til at være med i et hyggeligt fællesskab.
<b>Kl. 12.30-15</b> <b>Onsdag i lige uger</b>	<b>ODIN-gruppen</b> ODIN (Om Demens Indefra) er en gruppe, som arbejder med at oplyse om demens og om det at have en demenssygdom.
<b>Kl. 15-16.30</b>	<b>IT-café og teknologibibliotek.</b> Kom og få hjælp til at bruge din telefon, tablet eller computer, hvis teknikken begynder at drille. OBS! For at være sikker på at få god tid til rådgivning, må du gerne kontakte os via <a href="mailto:tekno@alzheimer.dk">tekno@alzheimer.dk</a> eller <b>telefon: 52109419</b> på forhånd, hvis du vil vide mere om hjælpsomme produkter.

## Faste aktiviteter – torsdag

---

---

**Kl. 10-11.30**

### **Kognitiv stimulationstræning hold 2**

Vi træner kognitive (dvs. mentale) funktioner igennem forskellige aktiviteter. Hjernens netværk vedligeholdes og styrkes, samtidig med at vi hygger os sammen.

**Kl. 12.30-  
15.30**

### **Bustur – Ud i det blå** **Følgende datoer: torsdage 10.april, 24.april, 8. maj, 22. maj, 19.juni.**

Vi tager bussen og kører en tur, som passer dagen og vejret (Pris 40 kr. for bussen).

**Kl. 13 – 14.30**

### **Kognitiv stimulationstræning (CST) hold 3**

**Slutdato  
torsdag  
1.maj 2025**

Vi træner kognitive (dvs. mentale) funktioner igennem forskellige aktiviteter. Hjernens netværk vedligeholdes og styrkes, samtidig med at vi hygger os sammen.

## Vores samarbejdspartner ”Ældreidrættens Hus” tilbyder Motion og samvær.

Bolbro gamle skole, bygning F - Gymnastiksalen

Stadionvej 50, 5200 Odense V

Tlf.nr. 6614 8625

Deltagerbetaling afregnes på stedet.

<b>Mandag og fredag kl. 11-12</b>	<b>Hård fysisk træning for yngre borgere</b> Det er forholdsvis hård styrketræning og konditionstræning (2 gange om ugen).
<b>Onsdag kl. 11-13</b>	<b>Bevæg dig – Bevar dig. Motion og samvær for borgere med demens.</b>  Vi træner krop og hjerne og hygger bagefter med kaffe, boller og fællessang.
<b>Torsdag Kl. 10-12</b>	<b>Bevæg dig – Bevar dig. Motion og samvær for par, pårørende og for ældre borgere</b> Vi træner krop og hjerne, så kom og få pulsen op og sved på panden. Bagefter hygger vi med kaffe, boller og fællessang.

# Arrangementer i april 2025

<b>Onsdag 2/4</b> <b>Kl. 13-14</b>	<b>Rådgivning ved demenskoordinator</b> <b>Pris:</b> Gratis <b>Tilmelding:</b> Nej
<b>Mandag 7/4</b> <b>kl. 13-16</b>	<b>Kreativ eftermiddag.</b> <b>Invitation følger.</b> <b>Pris:</b> Gratis
<b>Fredag 11/4</b> <b>Kl. 12-15</b>	<b>Påskefrokost</b> <b>Invitation og pris følger.</b> <b>Tilmelding:</b> Ja
<b>Søndag 27/4</b> <b>kl. 13-15</b>	<b>Søndags Banko</b> Kom og få et par hyggelige timer med bankospil, kaffe og sang – og måske vinde en lille præmie! <b>Pris: 30 kr. for kaffe/te og kage</b> Banko plader sælges for 10 kr. stykket.
<b>Onsdag ??</b> <b>Kl. 10-14</b>	<b>Kultur og naturtur</b> Se særskilt invitation <b>Pris:</b> følger <b>Tilmelding:</b> Ja



# Arrangementer i maj 2025

<b>Mandag 5/5</b> <b>Kl. 13-16</b>	<b>Kreativ café</b> <b>Invitation og pris følger.</b>
<b>Onsdag 7/5</b> <b>Kl. 13-14</b>	<b>Rådgivning ved demenskoordinator</b> <b>Pris:</b> Gratis <b>Tilmelding:</b> Nej
<b>Fredag 9/5</b> <b>Kl. 12-14</b>	<b>Fredagsfrokost</b> Kom og nyd et par stykker smørrebrød med os – og vi synger selvfølgelig et par sange Se særskilt invitation. <b>Pris:</b> følger <b>Tilmelding:</b> Ja
<b>Søndag 18/5</b> <b>eller 25/5 kl.</b> <b>13-15</b>	<b>Søndags Banko</b> Kom og få et par hyggelige timer med bankospil, kaffe og sang – og måske vinde en lille præmie! <b>Pris: 30 kr. for kaffe/te og kage</b> Banko plader sælges for 10 kr. stykket.
<b>Onsdag ??</b> <b>Kl. 10-14</b>	<b>Kultur og naturtur</b> Oplysninger om turen kommer snarest. Se særskilt invitation <b>Pris:</b> følger <b>Tilmelding:</b> Ja

# Arrangementer i juni

<b>Mandag 2/6</b> <b>kl. 13-16</b>	<b>Kreativ café</b> <b>Invitation og pris følger.</b>
<b>Onsdag 4/6</b> <b>Kl. 13-14</b>	<b>Rådgivning ved demenskoordinator</b> <b>Pris:</b> Gratis <b>Tilmelding:</b> Nej
<b>Torsdag d.</b> <b>12/6</b> <b>Kl. 12-14</b>	<b>Sommerudflugt for alle</b>  Se særskilt invitation. <b>Pris:</b> følger <b>Tilmelding:</b> Ja
<b>Søndag 22/6</b> <b>Kl. 13-15</b>	<b>Søndags Banko</b> Kom og få et par hyggelige timer med bankospil, kaffe og sang – og måske vinde en lille præmie! <b>Pris: 30 kr. for kaffe/te og kage</b> Banko plader sælges for 10 kr. stykket.
<b>Onsdag</b> <b>18/6?</b> <b>Kl. 10-14</b>	<b>Kultur og naturtur</b> Reserver datoen allerede nu. Oplysninger om turen kommer snarest. Se særskilt invitation <b>Pris:</b> følger <b>Tilmelding:</b> Ja

## Arrangementer i juli

<b>Mandag d. 30. juni</b>	<b>Sommerhøjskole.</b>
<b>Onsdag d. 2. juli</b>	Se særskilt invitation Pris: følger
<b>Fredag d. 4. juli</b>	
<b>Lørdag d. 5.7 til søndag d. 3.8</b>	<b>Sommerlukket i Demensfællesskabet.</b>

# Demensfællesskabet Fyn

Rådgivning- og aktivitetscenter

Skibhusvej 52B2, 5000 Odense C

5364 6091

[dffyn@alzheimer.dk](mailto:dffyn@alzheimer.dk)

[www.alzheimer.dk/demensfaellesskabet-fyn](http://www.alzheimer.dk/demensfaellesskabet-fyn)

Demensfællesskabet-Fyn

