

egmont
højskolen

SOMMERKURSUS

SOMMERSJØV
I HOU

SOMMERSJØV I HOU
28
UGE
egmont højskolen

Uge 28

10. – 16. juli 2017



S
M
I
L

– udviklet i samarbejde med: Dansk Handicap Forbund – Ungdomskredsen
Egmont Højskolens Elevforening

Danmarks mest rummelige højskole

SOMMERSJOV I HOU

»SMIL«

»Sommersjov i Hou« siger velkommen til Sommersjov 2017 – og stadig kan vi bryste os af svømmehal, varmtvandsbassin og vandrutsjebane! Så kan det danske sommervejr blæse, hvorhen det vil – på Sommersjov er badevandet altid 34 grader varmt – og det er en garanti!

Selvom vi har varmt vand og rutsjebane, så skal vi alligevel ud i den danske sommer og udfordre os selv, mærke sammenholdet og lære noget i den fantastiske sommerkulisse, der er Egmont Højskolen i juli.

For mange af os er det svært at forestille sig en sommer uden et Sommersjov i Hou. Vi, der har prøvet det før, ved, at når ugen er omme, er kroppen og sindet fyldt med mange dejlige indtryk, der varer langt ind i fremtiden. Det er med stor glæde, at vi igen i år kan slå dørene op for smukke og dejlige mennesker fra hele landet, og mon ikke en af dem skulle være dig!

Dette års Sommersjov i Hou har traditionen tro lagt rammerne for ugen med et tema, og ugens tema er – »SMIL«. Dette tema vedrører os alle og kommer alle ved. Smilet giver velvære, giver sammenhold, glæde og rører os langt ind i sjælen. Vi mener, der ligger nogle spændende emner under dette tema, der kan føre til velvære og godt humør, sætte vores liv i perspektiv og give os et billede af vores egen tilgang til verden. Når vi smiler til verden, smiler den til os. Vi behandler emnet gennem workshops, foredrag og fælles bevidsthed om de mange problematikker, der vedrører smilets betydning for os som personer. Temaet skal sprede humør og gøre os til smilets ambassadører. Du vil med garanti føle temaet vedkommende, berigende og inspirerende. Debatter og foredrag vedrørende temaet vil fremgå af hjemmesiden senere.

Derudover kan du vælge fag fra listen af Sommersjovs trofaste gengangere: Sejladss, medie, teater, kunst og meget andet. I år kan du også vælge faget "Gadesyndikatet" og blive klog på streetart, Hip Hop og meget andet. Du kan vælge "Dans", et aktivt dansefag for alle, der er glade for at røre sig. Et fag, der med garanti giver et smil på læben. Vi har altså sammensat en række fag, der kan inspirere, motivere og skærpe lysten i det fællesskab, der er så stor en del af Sommersjov.

Du vil også have mulighed for at deltage i forskellige arrangementer såsom "Smagens Aften", hvor du kan udfordre dine smagsløg med alt muligt spændende. Der vil være spilleaften, mulighed for at besøge svømmehallen, komme til koncert og besøge vores hyggelige bar, alt sammen i tiden efter undervisning. Og så vil bål, strand, sol og glade mennesker selvfølgelig danne rammen, når vi møder hinanden i en uge, du aldrig vil glemme. Så har du lyst til at møde en masse glade mennesker og forventningsfulde undervisere og spændende foredragsholdere, så glæder vi os til at byde dig velkommen på Sommersjov i Hou.

Kurset er udviklet i samarbejde med Dansk Handicap Forbunds Ungdomskreds og Egmont Højskolens elevforening.

Med venlig hilsen – Kursusarrangørerne

FAGBESKRIVELSER

KUNST

v/ Lykke Skree

Er der en lille kunstner gemt i dig? Har du en kreativ side, som du ønsker at dyrke? Synes du, det kunne være spændende at prøve at udtrykke dig kreativt og dyrke kunsten i en uge? Kan du svare JA til dette, så er kunstfaget, du skal vælge! På faget er der mulighed for at afprøve mange forskellige materialer og kunstformer. Jeg laver et oplæg, som du kan vælge dig ind på, eller du kan komme med et ønske, som vi hjælper dig i gang med. Det vigtigste er, at vi skal beskæftige os med kunst uden binding af materialer eller kunstform. Vi skal også lære lidt om valg og fravalg af materialer, hvilke muligheder forskellige materialer giver kunsten, og hvordan vi kreativt udnytter forskellige materialevalg praktisk, når vi laver kunst. Det er dog



den praktiske kunst, der er i højsædet i denne uge, så har du lyst til at udfolde dig kreativt, så meld dig her og bliv kunstner for en uge.

Egenbetaling til materialer skal påregnes.

GLAS

v/ Dorthe Mortensen

På glas skal vi lave fantastiske fader til frugt eller en lille slikskål, abstrakte billeder, små og store kunstværker, som kan stå i haven, sjove dyr og ikke mindst jule- eller påskepynt. Du vil lære alt det basale ved fremstilling af glas.

Vi dekorerer glasset ved at bruge pulverfarver, forskellige farver glas, som skæres og lægges i mønstre. Der kan også lægges forskellige ting såsom penge, sand, ståltråd og små kobberstykker eller andet metal ind mellem to lag glas.

Hvis du har en gammel vase eller andet, som du har en idé om kan ændres eller dekoreres, så tag den med, og vi finder en måde at genbruge den på – evt. ved at sandblæse det.

Hvis du kunne tænke dig at prøve glasholdet men ikke lige har en god idé, så hjælper vi gerne med det også. Alle kan være med, nye som gamle, og du vil blive introduceret til brugen af værktøjerne.

Vi arbejder mest med en type glas, som hedder »bull's eye« og bruger en teknik, som hedder »koldformning«. Det betyder, at man skærer glasplader i facon og former det i ovnen. Vi puster ikke glasset!

Der er en egenbetaling, som er efter vægt på de færdige ting, man har lavet.





GADESYNDIKATET

v/ Nikolai Thrane

Er du klar til at tage en tur på gaden og vende kasketten? På faget her ser vi nærmere på forskellige ting forbundet med gademiljøet. Omdrejningspunktet er streetart - kunst i det offentlige rum - og hiphop. Faget vil være en kombination af oplæg og praktiske workshops, og vi tager en tur til Århus for at opsøge gadekunstmiljøet på blandt andet Godsbanen og Kulbroen:

- Har du lyst til at afprøve dine evner som rapper?
- Er du interesseret i DJ'ing og Scratch?
- Vil du gerne have et musikalsk grundkursus i hiphop?
- Vil du gerne vide mere om grafitti og streetart?
- Vil du gerne prøve at arbejde med stencil og spraydåser?

- Vil du gerne øve dine håndtegn og danse moves?

Så er faget her, noget du skal overveje. Technics 1210'eren (pladespiller) er støvet af, pick-up'en renset og vinylerne udvalgt - de venter bare på dig!



FRILUFT

v/ Johannes Schönau

På friluftsliv skal vi bevæge os ud i naturen - mærke det danske klima på første række. Med naturen som kulisse og med havet som nærmeste nabo skal vi boltre os i forskellige udfordringer, der får dig til at turde træde udenfor. Vi skal lege, koge, stege, kæmpe, sejle og udfordre os selv og hinanden. Og så foregår det hele udenfor.

Med »Klima - verden i forandring« som tema skal vi udfordre os selv og hinanden. Havet skal bruges. Vi skal bygge fartøjer, der kan stikke til søs. Vi sætter naturoplevelser i perspektiv og tager en snak om det at færdes i naturen. Vi skal også snakke og diskutere livet i naturen og forsøge at blive klogere på, hvad vi kan lære af den, og hvordan naturen på grund af klimaændringer er un-

der forandring. Forhåbentlig vil det give dig lyst til at bevæge dig ud i naturen og få det bedste ud af de muligheder, du finder heri.

Du behøver ingen særlige forudsætninger for at deltage i denne linie - alle kan være med. Så hvis du vil være med til at fråse i en masse frisk friluft, blive udfordret personligt og møde nye mennesker, så er det friluftsliv, du skal vælge. Tag skridtet og giv dig selv en på opleveren under mottoet: »Det er de seje, der tør lege«.





IDRÆT

v/ Rasmus Mejneche

Tag en udfordring - spring ind i idrættens verden! Vi skal have en uge med høj puls og sved på panden. Vi skal spille, lege og konkurrere hele ugen! Kodeordene er højt humør, høj intensitet og masser af udfordringer.

Vi skal lave en blanding af kendte handicapidrætsdiscipliner såsom kørestolsrugby og en masse andre spil og lege. Vi tager selvfølgelig også skridtet ind i vores svømmehal og prøver alt, hvad den har at byde på!

Vi skal både være indendørs og udendørs og også på og i vandet! Så medbring masser af godt humør og tøj til det hele! Måske skal vi prøve kræfter med eksotiske idrætsgrene. Vel mødt!



KØKKENET

v/ Maria Schønau og James Naismith

Så slår vi dørene op til endnu en omgang skøn madlavning i skolekøkkenet! Traditionen tro skal vi udfordre vores evner og vores madmod til at afprøve nye og anderledes opskrifter og madlavnings-teknikker og lade os inspirere af andre måder at tænke mad på.

I år er temaet "SMIL" Og hvis der er noget, maden kan få os til, så er det at SMILE! Duften, smagen og udseendet på den mad, vi spiser, kan alt sammen være med til at højne vores humør og lokke smilet frem på vores læber. Igen i år vil vi gøre brug af alle de skønne råvarer, der er i nærmiljøet. Men vi vil også have fokus på, hvordan den mad vi spiser har indvirkning på vores humør, og hvordan vi med få virkemidler kan fremme vores smagsoplevelser og give end-



nu bedre måltider. Vi skal have fokus på grundsmagene, konsistenser og teksturer, og vi skal arbejde med at præsentere vores måltider på den flotteste måde. Og hvis det går, som det plejer, så vil smilene brede sig helt af sig selv. Vi glæder os helt vildt og er allerede begyndt at smile! Så ses vi i køkkenet?







MEDIE

v/ Michael Kirch Jensen

»SMIL« – og kom ned i mediekælderens! Mediefaget er stedet, hvor vi har mulighed for at lave de vildeste ting. Her kan vi rigtig folde os ud og lade kreativiteten få ben at gå på - fordi på film er alt muligt!

Der vil traditionen tro være plads til fri leg under faste rammer, og kun fantasien sætter grænser, når vi under temaet »SMIL« skal udfolde os i medieverdenen. Du vil i løbet af ugen stifte bekendtskab med idéudvikling, kamerastyring, skuespil, film og mange af de andre spændende udfordringer, som mediefaget byder på. Erfaring og kunnen er på ingen måde påkrævet, så længe man har lyst til at få afprøvet noget nyt og er klar til at få rykket sine grænser en smule.

Er der gemt en skuespiller i maven på dig, og har du lyst til at slå dig løs foran kameraet, har du lyst til at afprøve det betroede hverv som kameramand, har du altid drømt om at være instruktør og sidde med et klaptræ og råbe »Kameraet kører – ACTION«, eller kunne du tænke dig at sidde og redigere og finpudse, indtil produktionen er helt perfekt – så er dette fag det rette sted for dig. Det er jer kursister, der skaber indholdet i denne uge, så pak din kuffert med gode idéer og en masse fantasi, så vi sammen kan skabe fede produktioner, der virkelig giver SMIL på læben.

MUSIK

v/ Thora Michno, Allan Madsen, Kristian Holme Hansen

Musik er for dig, som godt kan lide samspil og sammenhold. For dig, der kan lide at give den gas og tage imod gas. I løbet af uge 28 øver vi frem mod et brag af en koncert, hvor vi fyrer op under de andre kursister til en gang støvletramp og fællesdans, der slår gnister. I øvelokalet skal der synges og spilles, trommes og danses, lyttes og tygges fed musik, gode historier og sjove mennesker. Vi skal møde verdensmusikken og få varme rytmer i blodet.

Så sæt kryds i kalenderen. Vi glæder os til at se dig til Sommersjov og musik i uge 28!





SEJLADS

v/ Bo Jarvig

Sommersejlad i højskolens sejlbåde er for alle – erfarne som uerfarne, unge som ældre, kvinder som mænd. Egmont Højskolen har nogle af landets bedste muligheder for mennesker med et handicap, der gerne vil prøve kræfter med sejladserne. Du kan komme til at sejle sammen med andre i Olsen-twin, i Sonarbåde, eller du kan prøve at sejle alene i en af skolens mini-12'ere. Højskolen har redningsveste til alle.

Vil du gerne vide mere om navigation, sejladsernes basisprincipper, planlægning, ansvarlighed og reglerne for godt sømandskab? Ja, så let anker og sæt sejl mod sejladsholdet. Det bliver både sjovt,



spændende og lærerigt. Hvem ved, måske vil du tage skridtet, pakke vadsækken og begive dig ud på de syv verdenshave som sømand.

TEATER

v/ Christian Eiming

TEATERHOLDET præsenterer »Smilet, der blev væk«

Det bliver ikke for sjov, når Teaterholdet kaster sig ud i årets forestilling, der blander musik og teater i et brag af en teaterkoncert.

Forestillingen skriver vi først, når vi ser hinanden i øjnene om mandagen, men jeg kan garantere, at det bliver skævt, mærkeligt, morsomt og måske endda grotesk. Scenen er i hvert fald sat i et TV-studie i år og så bliver det spændende at se, hvilke personer der kommer på besøg.

Vi skal også undersøge humorens historie og se (og høre) en masse eksempler på ting, der var sjove engang og ting,



der er sjove i dag. For hvordan er man endelig sjov på en scene, og hvordan får man folk til at smile :-)?

En ting er sikker - jeg glæder mig - så er du bidt af en gal teaterhund, der fortæller dårlige vittigheder i tide og utide, så skal du melde dig her.





DANS

v/ Jesper Hansen

Er du vild med dans eller vil du gerne blive det? Så er det nu, du skal kridte danseskoene.

Du bliver glad af at danse, og du vil opdage at dans er en fantastisk form for motion. Derudover vil du få et fantastisk indblik i dansens verden, lære om de forskellige danses historie, samfundsmæssige betydning og sammenhængskraft. Vi skal også undersøge, hvorledes dansen har indvirkning på både krop og sjæl. Vi har mange danse på programmet: Cha cha cha, Vals, Jive, Quickstep, Rumba og

Tango. Derudover prøver vi kræfter med rytmer i mindre danseserier, afrikansk støvledans, folkedans osv.

Vi skal grine og svede, og vores fælles mål er, at du får et mere afslappet forhold til det at danse. Det er aldrig for sent at blive enhver svigermors drøm.

Når fodarbejdet er på plads og dansefatningen sidder, som den skal, stiller vi op til indmarch og inviterer højskolens øvrige elever til danseopvisning.



PRAKTISKE OPLYSNINGER

ANKOMST

Mandag den 10. juli mellem kl. 15:00 og 17:00.

AFREJSE

Søndag den 16. juli kl. 12:00.
Værelser forlades senest kl. 10:00.

HJÆLPERE/HJEMMEHJÆLP

På Egmont Højskolen findes en lille hjemmehjælpsafdeling, som kan give en hånd med, når du f.eks. skal hente mad ved buffeten, have pakket ud, have gjort rent i begrænset omfang, knappet skjorte, bundet sko osv.

Hvis du skal have mere omfattende personlig pleje eller støtte til f.eks. bad, toilet og påklædning i mere end 10 min. morgen og aften, skal du medbringe den hjælp, som du får hjemme. Det vil sige, at din hjemkommune skal overflytte din hjemmehjælp (som du har fået bevilget efter Servicelovens §83, §85 eller §95) til Egmont Højskolen, så vi har midlerne til at ansætte ekstra hjælpere. Hvis du har hjælperordning efter §96, skal du medbringe egne hjælpere.

Hvis du ikke medbringer timer til hjemmehjælp, og hvis du ikke har oplyst skolen om dit behov for hjælp, vil der ikke blive stillet hjælp til rådighed. Det er således dit ansvar at sørge for, at bevillingen er på plads, og at skolen er vidende om dit behov for praktisk hjælp, inden kurset starter. Husk at afkrydse på tilmeldingsblanketten, at du ønsker et skema omkring hjælpebehov tilsendt.

HJÆLPEMIDLER

Skolen har 30 værelser med loftlift, som fordeles efter først-til-mølle-princippet. Sejl skal medbringes. Badesæde (væghængt) og badebåre kan lånes, hvis det er forudbestilt. Elseng kan lejes men skal bestilles senest en måned før kursusstart.

- Leje af loftlift: 200 kr. pr. uge
- Leje af elseng: 300 kr. pr. uge

Alle andre hjælpemidler (f.eks. toiletstol, særlig madras, ekstra puder mv.) skal medbringes.

KONTOR

Skolens kontor er åbent alle hverdage mellem kl. 8:00 og 15:00. Her findes bl.a. dankortterminal, busplaner, togplaner, frimærker mv.

BADEUDSTYR

Husk badetøj og eget badehåndklæde. Egmont Højskolen har verdens bedste badebro ved stranden, samt Vandhalla, vores nye badeanlæg.

SENGETØJ, LINNED, HÅNDKLÆDER

Du skal ikke medbringe dyne, pude, sengeinned og håndklæder.

VÆRELSE

Skolens værelser er af meget forskellig standard. Det skyldes, at værelserne er bygget i løbet af en årrække, og at krav og behov har ændret sig. Vi håber, at I vil have forståelse for, at værelsesfordelingen sker efter kriterierne: behov og først-til-mølle.

KURSUSPRIS

Voksne over 17½ år 3.700 kr.
Tillæg for enkeltværelse 300 kr.

Borgere og deres assistenter vil blive indkvarteret på dobbeltværelse.

Forudbestilt t-shirt 150 kr.

TILMELDING

Send vedlagte tilmeldingsblanket eller brug skolens hjemmeside. Herefter fremsender vi en faktura på deltagerbetaling + evt. tillæg for enkeltværelse, elseng og loftlift. **Hele beløbet betales på én gang senest den 1. juni.**

HENVENDELSE

Michael Kirk Jensen
mj@egmont-hs.dk

Johannes Schønau
js@egmont-hs.dk

Eva Carlslund

Egmont Højskolen

Villavej 25, Hou

tlf. 87 81 79 00

8300 Odder

Giro 548 21 43

mail@egmont-hs.dk

www.egmont-hs.dk

SOMMERSJØV I HOU

28

UGE

egmont højskolen



Ugeprogram



SOMMERSJØV I HOU – »SMILK«

10. – 16. juli 2017

Tid	Mandag 10/7	Tirsdag 11/7	Onsdag 12/7	Torsdag 13/7	Fredag 14/7	Lørdag 15/7	Søndag 16/7
8:00		Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	8:00-12:00 Mokost & afrejse
9:15		Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	9:45 Morgensaml.	9:45 Morgensaml.	
9:30 -12:30		Fælles- undervisning	Linjefag	Linjefag	Foredrag	10:00 Workshops og vand- aktiviteter	Værelse skal rømmes senest kl. 10:00
12:30		Frokost	Frokost	Frokost	Frokost	Frokost	
14:30 -17:30	15:00-17:00 Ankomst & ind- kvartering	Linjefag	Foredrag	Linjefag	Linjefag	14:30-16:30 Workshop fortsat: Svømmehal Klatrevæg Boldsplil	
18:15	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	17:30 Aftensmad	Aftensmad	18:00 Festmiddag	
Aften	19:30 Mød din linje 20:30 Rundvisning 20:30 Spilaften	19:30-21:30 Svømmeaften i Vandhalla	19:30-20:30 Forsamlings- huset	19:30 Smagens aften & Midtvejshygge med DJ Crane	20:00 Fremlæggelser & Bålaften	Band og dansamble	

Med forbehold for ændringer. Nærmere program tilsendes før kursusstart.

Tilmelding til "Sommersjov i Hou"

fra den 10. juli til den 16. juli 2017

(skriv tydeligt med BLOKBOGSTAVER – og KUN ÉN voksen pr. blanket)

NAVN.....: _____

ADRESSE.....: _____

POSTNR/BY...: _____

TLF.NR.....: _____ EMAIL: _____

CPR.NR (tilmelding er kun gyldig med cpr.nr.): _____

Angiv om dit telefonnummer må vises på deltagerlisten: Ja Nej

HAR DU ET HANDICAP: Ja Nej

HVIS JA, HVILKET: _____

BRUGER DU: Elstol Manuel stol Rollator Andet:

HVIS DU HAR EGEN HJÆLPER MED, ANGIV:

Kommunal hjælperordning Hjælperens navn: _____

Ingen kommunal hjælperordning

HVIS DU IKKE HAR EGEN HJÆLPER MED, ANGIV:

Jeg har brug for hjælp fra Egmont Højskolen og ønsker spørgeskema tilsendt (se venligst i brochuren i afsnittet om hjælpere/hjemmehjælp)

FAGVALG: angiv 1. og 2. prioritet - du har det samme fag hele ugen, men angiv 2. prioritet i tilfælde af at din 1. prioritet er overtegnet.

1. prioritet

- Kunst
- Glas
- Gadesyndikatet
- Friluft
- Idræt
- Køkkenet
- Medie
- Musik
- Sejlads
- Teater
- Dans

2. prioritet

- Kunst
- Glas
- Gadesyndikatet
- Friluft
- Idræt
- Køkkenet
- Medie
- Musik
- Sejlads
- Teater
- Dans

DATO

UNDERSKRIFT

INDKVARTERING (borgere og assistenter bliver indkvarteret på dobbeltværelse sammen)

Jeg ønsker dobbeltværelse sammen med: _____

Jeg ønsker enkeltværelse (tillæg kr. 300 pr. uge)

HJÆLPEMIDLER (se brochuren)

Jeg har brug for elseng (leje kr. 300 pr. uge)

Jeg har brug for loftlift (leje kr. 200 pr. uge). **Eget sejl medbringes.**

Jeg har brug for en forhøjet seng

Jeg har brug for badebåre

Jeg har brug for badesæde

Alle andre hjælpemidler såsom toiletstol, særlig madras, ekstra puder skal du selv medbringe.

KOST

Jeg er vegetar

Jeg skal have særlig lægeordineret kost. Hvilken: _____

Andet: _____

T-SHIRT

Hvis du vil have årets Sommersjov-T-shirt, så sæt X ved din størrelse. Pris 150 kr.

XS S M L XL XXL

Denne tilmeldingsblanket sendes til:

Egmont Højskolen
Villavej 25
Hou
8300 Odder