

## Tre højskoler skaber frirum for demente

Af Claus Melvej Ascanius, pressemedarbejder, Alzheimerforeningen

Alzheimerforeningen går hvert år sammen med tre højskoler om at tilbyde et kursusforløb specielt rettet mod mennesker med en demenssygdom. Kursusindholdet og hverdagen kommer i høj grad til at ligne et ordinært højskoleophold, men der er alligevel en række ændringer, som sikrer, at opholdet tager hensyn til dementes særlige behov: *”Vi har lavet lidt mere luft i programmet end ellers, og under hele opholdet vil der være en række fagpersoner med speciale indenfor demens. Det gør, at folk kan føle sig trygge og nyde opholdet i et passende tempo”*, fortæller Steffen Jonassen, som er kursusleder på Hadsten Højskole. Højskolen er en af de tre højskoler, som tilbyder en uge i trygge rammer for demenspatienter.

På trods af de tilpassede rammer kan man stadig se frem til et ophold med masser af oplevelser og muligheden for at prøve sig selv lidt af:

*”Selv om programmet er lidt mindre tætpakket, så er indholdet ikke markant anderledes end et helt almindeligt ophold. Så der bliver nok at tage sig til, og deltagerne kan forvente at blive inspireret til at være aktiv med både krop og hjerne”*, lover Steffen Jonassen, som håber, at opholdet igen i år kan være med til at skabe glæde og livsmod på trods af en svær sygdom. Tilbuddet er samtidig tænkt som en mulighed for at give de pårørende et ofte tiltrængt frirum, som de kan nyde med god samvittighed og visheden om at deres familiemedlemmer er i trygge og meningsfulde rammer.

De fleste af aktiviteterne foregår særskilt fra skolens øvrige elever, men der er stadig rig lejlighed til, at de to verdener kan mødes, f.eks. har en af aktiviteterne været et gospelkor, som i slutningen af opholdet endte med at optræde for de øvrige elever.

*”Vi synes, det er vigtigt at vores elever får lov til at opleve, hvor godt det kan fungere med en gruppe Alzheimer-ramte kursister i dagligdagen på idrætshøjskolen. Vi tror, de mange fælles oplevelser, samværet og ikke mindst den*

*umiddelbare begejstring, som kursisterne viser, når de deltager i aktiviteterne, er til stor glæde og motivation for begge grupper”*, fortæller Finn Berggren, forstander på Gerlev Idrætshøjskole, som også tilbyder skræddersyede ophold til demenspatienter.

Gerlev og Hadstens højskoleophold løber af stablen i maj (ansøgningsfrist 31. marts), mens Brandbjerg Højskole byder velkommen i oktober. Du skal stort set være selvhjulpnen og kunne klare dig selv. Fagpersonerne kan eventuelt være behjælpelige med vækning og medicin, og de hjælper selvfølgelig med aktiviteterne i løbet af dagen. Det er muligt at søge Arvid Nilssons fond om økonomisk støtte til højskoleopholdet - se næste side).

[Læs mere om Aktiv Højskole her.](#)

