



# Camp Unge Pårørende 2021

**Weekenden den 26.- 28. november 2021**

**Danhostel, Fredericia Vandrehjem**  
Vestre Ringvej 98, 7000 Fredericia

# CAMP UNGE PÅRØRENDE

Vi afholder for 3. år i træk Camp Unge Pårørende, som er for dig mellem 18 og 28 år, der har en mor eller far med Sclerose.

Under overskriften 'Fri til at være ung' inviterer Scleroseforeningen dig med på en weekend fyldt med berigende og sjove oplevelser sammen med andre unge, som ved præcis hvordan det er at være ung pårørende.

Vi mødes på Fredericia Vandrehjem, hvor vi byder på kreative og sjove oplevelser samt en unik mulighed for at møde andre, som er i den samme situation som dig. Vi ved at man som ung pårørende kan have glæde af at møde andre i samme situation og udveksle tanker og erfaringer.

Weekenden har fokus på hygge, gode oplevelser og dialog. Fællesskabet gør Camp Unge Pårørende til noget særligt, og der bliver masser af plads til at tale om, hvordan det er at have en mor og far, som har Sclerose.

Weekendens indhold er sammensat i et samarbejde mellem frivillige unge pårørende samt to psykologer fra Scleroseforeningen, som også deltager i weekenden. På den måde sikrer vi et attraktivt indhold.

Vi håber, at du har lyst til at være med til at gøre Camp for unge pårørende til en uforglemmelig oplevelse.

Læs mere om programmet Camp Unge Pårørende længere nede på denne side.

En weekend  
med fællesskab,  
faglige og personlige  
oplæg samt aktiv  
udfoldelse.



# PRAKTISKE OPLYSNINGER

## Dato

26. – 28. november 2021

## Pris

Det koster 550 kr. at deltage pr. person.  
Prisen inkluderer overnatning, alle måltider  
samt undervisning og aktiviteter.

## Tilmelding

Der er plads til 15 personer.  
Tilmeldingen er åben fra d. 7. maj 2021  
Sidste frist d. 8. oktober 2021

## Adresse

Danhostel, Fredericia Vandrehjem  
Vestre Ringvej 98  
7000 Fredericia

## Spørgsmål

Har du spørgsmål til Camp Unge Pårørende 2021,  
kan du kontakte medlemsservice på  
[info@scleroseforeningen.dk](mailto:info@scleroseforeningen.dk) eller telefon 36 46 36 46

Eller sende en mail til  
Psykolog Mette Marie Sloth  
[mssl@scleroseforeningen.dk](mailto:mssl@scleroseforeningen.dk)

## Hvem kan du møde på weekenden?

Kom og mød andre unge mellem 18 og 28 år, som har en forælder med sclerose. Sammen skal vi bruge weekenden på at snakke, lave sjove og udfordrende aktiviteter både inde og ude, ro til fordybelse og ikke mindst aftenhygge ved bålet. Der vil være faglige og personlige oplæg, som kan igangsætte dialogen i fællesskabet, og inden vi slipper jer igen om søndagen, får I mulighed for være med til at udvikle scleroseforeningens tilbud til unge pårørende.

# PROGRAM FOR WEEKENDEN

Camp pårørende 2021, fredag den 26. november til søndag den 28. november



## Fredag d. 26. november:

17.00 - 17.30	Ankomst og indkvartering
17.45 - 18.30	Velkomst og præsentation.
18.30 - 19.30	Aftensmad
19.45	Hygge i fællessalen
22.00	Fællessal lukker

## Lørdag d. 27. november:

08.00 - 9.30	Morgenmad
10.00 - 12.00	Oplæg fra en ung pårørende, som har en forælder med Sclerose. Der bliver mulighed for at stille spørgsmål og snakke om forskellige problemstillinger. Snak i mindre grupper.
12.15 - 13.00	Frokost
14:00 - 16.00	Udendørsaktiviteter eller svømmehal
16.30 - 17.30	Yoga [husk at medbringe yogamåtte eller tæppe]
19.00	Aftensmad
	Hygge ved bålet

## Søndag d. 28. november:

08.30 - 9.00	Morgen gåtur – tilbud til de morgenfriske
09.00 - 10.00	Morgenmad i fælleshuset
10.00	Tjek ud af værelserne
10.00-11.30	Opsamling
11.30-12.00	Fælles afslutning og evaluering
12.00	Frokost
13.00	Tak for denne gang

OBS: Vær opmærksom på at der kan forekomme ændringer i programmet.

