



Camp pårørende

3.-5. OKTOBER 2025

DANHOSTEL ISHØJ STRAND, ISHØJ STRANDVEJ 13, 2635 ISHØJ

CAMP PÅRØRENDE

Har du lyst til at møde andre pårørende?

Camp Pårørende er en weekend for dig, som er ægtefælle til eller kæreste med en partner med sclerose. Her kan du møde andre pårørende, som står i de samme situationer som dig.

Du kan udveksle erfaringer og drøfte, hvad der rører sig i det daglige hos dig som pårørende. Weekenden er et frirum, det er DIG der er i fokus. Du får mulighed for at tale med ligesindede om både svære og gode oplevelser ved at stå på sidelinjen til et menneske med sclerose.

Vi kan love en weekend med fagligt indhold og det er helt op til dig hvad du har lyst til at dele. Der er også tid til hyggeligt samvær, grin og nærvær.

Fredag

Fredag eftermiddag er der indkvartering i huse samt lidt kaffe og kage inden programmet starter. En udendørs aktivitet ryster os sammen, så vi lærer hinanden bedre at kende. Efter aftenmaden er der en kort præsentation af deltagerne. Aftenen byder på hyggeligt samvær.

Lørdag

Lørdag er temaet **"At være i verden med MS"**. Vi sætter fokus på, hvordan vi som pårørende udfordres med sclerose helt tæt på. Dagen vil bestå af oplæg, gruppearbejde og walk-and-talk. Undervisere er psykologerne fra Scleroseforeningen Margrethe Jungersen og Anne Marie Troensegaard.

Der er rig mulighed for at blive klogere på kognitive vanskeligheder, parforhold, forandringer ved den person vi holder af og meget, meget mere.



Søndag

Socialrådgiver Annette Køhler og Dorit Due vil under overskriften **"Fokuspunkter for mennesker med MS og pårørende"** tale om samarbejdet med kommunen, muligheder for støtte og hjælp i hverdagen.

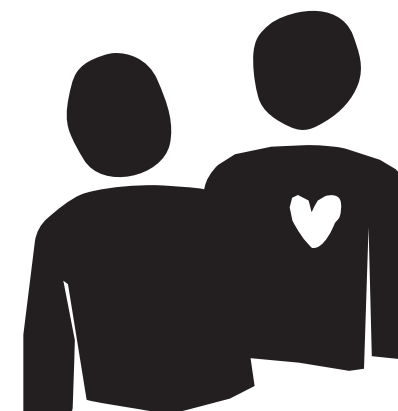
Alt sammen er med henblik på at klæde os bedre på til samarbejdet med kommunen og tænke mulighederne for hjælp ind, inden vi som pårørende bliver overbelastet. Det er ikke nemt at søge om hjælp, hvis ikke man ved muligheden eksistere.

Arrangørgruppen:

Carl Egon Jensen (mobil 30 25 15 40)

Irene Laursen (mobil 51 56 47 46)

Karin Engelbrecht (mobil 24 42 20 28)



PRAKTISKE OPLYSNINGER

Pris

575 kr. per person. Prisen inkluderer måltider og overnatninger og foredrag/undervisning.

Indkvartering

Du skal overnatte på hyggelige værelser, hvor du skal bo sammen med to andre personer. Danhostel Ishøj Strand ligger op til Køge Bugt Strandpark, så du er tæt på et skønt natur- og vandområde.

Læs mere om Danhostel Ishøj Strand her:

www.ishojstrand.dk

Måltider

Med i din pris er inkluderet aftensmad fredag, morgenmad, frokost og middag lørdag samt morgenmad og frokost søndag. Til frokost er inkluderet 1 vand. Til aftensmad er inkluderet 1 gl. vin eller 1 øl/vand. Det er muligt at købe drikkevarer (sodavand, øl og vin) i løbet af weekenden til fornuftige priser.

Transport

Efter tilmeldingsfristen udsender vi en deltageroversigt, så håber vi, at I sammen på kryds og tværs kan koordinere fælles transport. Danhostel Ishøj Strand ligger på tæt på offentlig transport og hvis du kommer i bil, er der gratis parkering. Nærmeste S-tog station er Ishøj Station, der ligger cirka 1 km fra Danhostel Ishøj Strand.



Tilmelding og betaling

Der åbnes for ansøgning til Camp Pårørende den 12. maj 2025. Alle kommer på venteliste, for at sikre der bliver plads til nye pårørende. Af samme årsag skal du skrive, hvor mange gange du tidligere har deltaget på Camp Pårørende. Tilmeldingsfrist er d. 9. juni 2025. Op til 30 deltagere vil blive tilbudt en plads før d. 20. juni 2025. Betaling og endelig tilmelding sker på NemTilmeld, du skal blot følge linket i den tilsendte mail om, at der er en plads til dig.

Du bliver automatisk skrevet på venteliste ved overtegning, der kan komme afbud, som giver mulighed for dem, der er på venteliste.

Spørgsmål og svar

Har du spørgsmål til Camp Pårørende, så skriv til info@scleroseforeningen.dk



PROGRAM FOR CAMP PÅRØRENDE

3.-5. oktober 2025 – Danhostel Ishøj Strand, Ishøj Strandvej 13, 2635 Ishøj



Fredag den 3. oktober

- | | |
|---------------|--|
| 15.00 – 16.00 | Indkvartering – henvend dig i receptionen ved ankomst. Der er kaffe/the og kage. |
| 16.00 – 16.15 | Velkomst ved arrangørgruppen |
| 16.15 – 18.00 | Teambuilding ved Karin |
| 18.00 -18.30 | Pause |
| 18.30 – 22.00 | Aftensmad, kort præsentation af deltagere, + hygge |
| 22.00 – | Mulighed for hyggeligt samvær i Pejsestuen |

Søndag den 5. oktober

- | | |
|---------------|--|
| 08.00 – 09.00 | Morgenmad |
| 09.30 – 12.00 | Oplæg fra Scleroseforeningens socialrådgiver Annette Køhler og Dorit Due

Fokuspunkter for mennesker med MS og pårørende <ul style="list-style-type: none">• At give og modtage hjælp• Muligheder for tilknytning til arbejdsmarkedet og samarbejdet med Jobcenteret• Socialafdelingen i kommunen og muligheder for støtte og hjælpemidler• Danske Handicaporganisationer |
| 12.00 – 12.30 | Frokost |
| 12.30 – 13.00 | Afrunding, evaluering og tak for denne gang. |

Lørdag den 4. oktober

- | | |
|---------------|---|
| 08.00 – 09.00 | Morgenmad |
| 09.00 – 12.00 | Hvordan viser MS og udfordringer sig? <ul style="list-style-type: none">• Oplæg fra Scleroseforeningens psykologer Margrethe Jungersen og Anne Marie Troensegaard.• Gruppesamtaler• Erfaringsudveksling |
| 12.00 – 13.00 | Frokost |
| 13.00 – | Walk and talk

Hvordan navigere vi som pårørende i MS og udfordringer <ul style="list-style-type: none">• Oplæg fra Scleroseforeningens psykologer• Gruppesamtaler• Erfaringsudveksling |
| 14.30 – 15.00 | Kaffe/the med lidt sødt |
| 15.00 – 17.00 | Gruppearbejde, handleplan, opsamling og afrunding |
| 17.00 – 18.30 | Pause |
| 18.30 – 23.00 | 3-retters middag efterfulgt af kaffe/the buffet og hyggeligt samvær |
| 23.00 – | Mulighed for at fortsætte i Pejsestuen |