

Et frisk pust – for mennesker med KOL. Nyd foråret på Tisvilde Højskole



Internat 16. – 19. april 2018.
Opholdet er blevet til i samarbejde med Nordsjællands Hospital - Lunge - og Infektionsmedicinsk Afdeling.
"Fokus på sang, musik, mad og bevægelser for mennesker med KOL".



Formålet med opholdet er at give KOL patienter et "Frisk pust" i dagligdagen hvor hyggeligt samvær, oplevelser i naturen, god sund mad, et godt glas vin underholdning, foredrag og så den smukke natur lige uden for døren

Lungesygeplejerskerne Louise Stender og Julie Storgaard Mortensen fra Nordsjællands Hospital vil være til stede under dele af opholdet. Fra Tisvilde Højskole deltager sundhedsfaglig medarbejder Kirsten Frische.

Program:

Mandag d.16. april.

Kl.15.30 Ankomst og indkvartering.

Kl.16.00 Velkomst og gennemgang af programmet. Kaffe/te med hjemmebagt kage.

Kl.16.30 "At leve med KOL – en læreproces" v/sygeplejerske Jenny Villadsen.

Kl.18.00 Kold/varm buffet.

Kl. 19.30 Filmaften i cafebiografen

Tirsdag d.17. april.

Kl.08.30 – 09.30 Morgenmad.

Kl.10.00 Morgensang.

Kl.10.30 Morgenmotion/qi-gong v/afspændingspædagog Christine Gottlieb

Kl.12.00 To retters menu.

Kl.13.30 Ud i naturen med lungesygeplejerskerne Louise Stender og Julie Storgaard til den smukke udsigt over Kattegat med bobler og klarinet spil.



Kl.15.30 Cirkeldans v/Randi og Carsten Michaelis.

Kl.18.00 Kold/varm buffet.

kl.19.30 Kaffe/te med "Huskekage"
Tema: Gode oplevelser med KOL.

Onsdag d. 18. april.

Kl.08.30 – 09.30 Morgenmad.

Kl.10.00 Morgensang.

Kl.10.30 Morgenmotion/lyd qi-gong
v/afspændingspædagog Christine
Gottlieb.

Kl.12.00 To retters menu.

Kl.13.30 KOL, Rehabilitering og seksuel
sundhed/ Rehabiliterings sygeplejerske
Louise Stender.

Kl. 15.00 Kaffe og hjemmebag samt
fortælling om fiskerne i "Det gamle
Tisvildeleje" v/Anita Olsen.

Kl. 16.00 Sange omkring flygelet
v/Henning Nielsen

kl.18.00 Kold/varm buffet.

kl.19.30 Irsk aften med "Henry
O'Connor".

Torsdag d.19. april.

Kl.08.30 – 09.30 Morgenmad.

Kl.10.00 Morgensang.

Kl.10.30 Morgenmotion/qi-gong
v/afspændingspædagog Christine
Gottlieb.

Kl.12.00 To retters menu.

Kl.13.00 "Livet er ikke det værste vi har"
v/overlæge Finn Vejlø.

Pris kr.2.495

Alle værelser med håndvask. 19
toiletter og 14 badeværelser.

Enkelte med bad/toilet. Tillæg kr.200

Tilmelding: 48 70 76 36 –

tisvildehoejskole@gmail.com

www.tisvildehoejskole.dk

