

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



Internat 26. – 29. april 2020.
Opholdet er blevet til i samarbejde med Nordsjællands Hospital - Lunge - og Infektionsmedicinsk Afdeling. "Fokus på sang, musik, mad og bevægelse 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. Deltag i det tempo der passer til dig.

Lungesygeplejerskerne Inger Dørlit, og Lotte Prescott fra Nordsjællands Hospital vil være til stede under dele af opholdet. Fra Tisvilde Højskole deltager sundhedsfaglig medarbejder Kirsten Frische.

Program:

Søndag d. 26. april.

Kl. 15.30 Ankomst og indkvartering.

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

Kl. 16.30 "De gode oplevelser med KOL" v/sygeplejerskerne Inger Dørlit og Lotte Prescott.

Kl. 18.00 Kold/varm buffet.

Kl. 19.30 "Livet er ikke det værste vi har" v/overlæge Finn Vejlø.

Mandag d. 27. april.

Kl. 09.00 – 10.00 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 Hygge ved Den gamle Redningsstation.

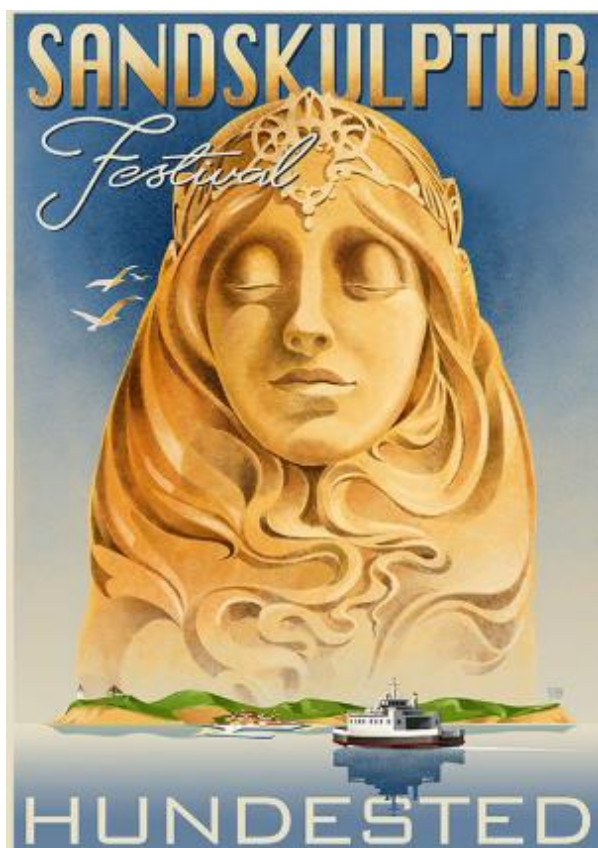
kl. 16.00 Jazzkoncert med Søren Svagin, flygel og Mogens Johansen, klarinet. Kaffe og hjemmebag.



Kl. 18.00 Kold/varm buffet.

kl. 19.30 Alsang aften med KOL KORET. Kaffe/te

Tirsdag d. 28. april.
Kl.09.00 – 10.00 Morgenmad.
Kl.10.00 Morgensang.
Kl.10.30 Morgenmotion/lyd qi-gong
v/afspændingspædagog Christine
Gottlieb.
Kl.12.00 Kold/varm buffet
Kl.14.00 Busudflugt i det skønne
Halsnæs med besøg til Sandskulptur
Festivalen i Hundested havn.
kl.18.00 Festmiddag.
kl.20.00 "Let it Beatles" med Birger
Svanholdt og Klaus Sandorff.



Onsdag d. 29. april.
Kl.09.00 – 10.00 Morgenmad.
Kl.10.00 Morgensang.
Kl.10.30 Morgenmotion/lyd qi-gong
v/afspændingspædagog Christine
Gottlieb.
Kl.12.00 To retters menu.
Kl.13.00 Tak for denne gang.



Udsigten fra redningsstationen.



Det hyggelige Tisvildeleje.



Den skønne udsigt over "Lejet"

Pris kr. 2.795 Alle værelser med
håndvask.
19 toiletter og 14 badeværelser.
Enkelte med bad/toilet. Tillæg kr. 350
Tillæg enkeltværelse kr. 400
Tilmelding: 48 70 76 36 –
tisvildehoejskole@gmail.com
www.tisvildehoejskole.dk