

egmont
højskolen

SOMMERKURSUS

IDRÆT FOR ALLE ... også for dig!

Uge 27

5. - 11. juli 2021



Udviklet i
samarbejde
med:



**PARASPORT
DANMARK**
50 ÅRS JUBILÆUM 1971-2021

Hovedsponsorer

elsass
fonden



PRESSALIT

Danmarks mest rummelige højskole

IDRÆT FOR ALLE

... også for dig!

Idræt for alle er en uge på Egmont Højskolen, hvor vi sætter bevægelse, konkurrence, kreativitet og fællesskab i centrum. Det er en uge, hvor både krop og sind vækkes til live gennem deltagelse i forskellige fag med bevægelse og kreativitet, i dialog med andre og i fællesundervisning med forskellige vinkler.

Vi er stærkere sammen, er et motto, vi bruger i mange sammenhænge og i uge 27 vil vi på forskellig vis udfordre dette motto, og samtidig vil vi markere Parasports 50 års jubilæum.

For at være stærkere sammen skal vi ville fællesskabet og være fællesskabende – (noget mange af os har savnet det sidste år).

Vi har ikke alle aftaler på plads i forhold til fællesundervisningen, men vi ved, at tidligere paraatlet og foredragsholder René Nielsen i sit foredrag »Sammenhold og det forpligtende fællesskab« vil sætte fokus på, hvordan fællesskab kan være det nye sort, hvis det prioriteres og sættes på dagsordenen.

Sportpsykologisk konsulent Kasper Dick Henriksen vil introducere os til bevidsthedstræning, så vi kan holde fokus på vores mange forskellige mål, vi sætter i livet – i job, sport og fritid.

Vær opmærksom på, at vi også i år tilbyder nye hovedfag:

- Bueskydning og Siddende Volley, der allerede er sportsgrene i parasporten.
- En krop i bevægelse, der henvender sig til dig, der trænger til at være fysisk aktiv og lige skal have skubbet!
- Sidst men ikke mindst Grib bolden igen – det er for dig, der måske har sluppet klubtræningen men ikke har glemt, hvor sjovt, udfordrende og lærerigt boldspil og fællesskabet er.

Kurset er for alle med og uden handicap. Tag din kæreste, ven eller andre med, som har lyst til at opleve højskolen og parasportens verden. Der er også plads til dine børn – se praktiske oplysninger bagerst. Kurset udvikles i et samarbejde mellem Egmont Højskolen og Parasport Danmark.



Hovedfag

Du skal vælge ét hovedfag og følge dette hele ugen. Læs om fagene på de følgende sider:

- Bueskydning
- Cykling
- E-Sport
- En krop i bevægelse
- Glas
- Idræt på kryds og tværs
- Power chair football
- Sejlads og vandsport
- Grib bolden igen
- Siddende volleyball
- Vand, bevægelse og forkælelse

Fællesundervisning

Fællesundervisningen er de timer, som alle følger (udover hovedfaget). Det er de almenne og bredt oplysende fag – i form af foredrag, debatter eller andre input.

Hver morgen efter morgenmaden er der en morgensamling, hvor dagen startes med sang og et kort indslag. Derudover er der fællesundervisning nogle eftermiddage og aftener.



HOVEDFAGENE

Bueskydning

Kunsten at beherske en bue og pil er en udfordring i hvert eneste skud. Bueskydning er derfor en meget individuel sport – der er kun en, der kan skyde pilen: Dig. Men det betyder ikke, at bueskydning ikke også er en social sport. Tværtimod. Der er et stærkt socialt samvær omkring sporten.

Bueskydning er for alle – uanset køn, alder og handicap, og bueskydning kan dyrkes som motion, jagt eller på konkurrenceplan. Mange dyrker også bueskydning af meditative grunde, eller fordi det er en sport, som familien kan være fælles om. Der er også mange forskellige konkurrenceformer inden for de forskellige buetyper, både individuelle og holdkonkurrencer, inden- og udendørskonkurrencer osv.



Vi vil koncentrere os om at lære de grundlæggende teknikker ved bueskydning. En bue er et våben, som skal omgås med respekt og sikkerhed.

Underviser:

Vi arbejder hårdt på at finde den rigtige

Cykling

Cykelfaget i uge 27 er for alle, trænede som utrænede, som kan lide at cykle; håndcykler, tandemcykler (svagtseende og/eller blinde) og andre, som gerne vil på et højskolekursus med indhold, godt kammeratskab og cykel. Undervisningen differentieres for at udfordre alle niveauer bedst muligt. Der vil traditionen tro blive mulighed for at få nogle kilometer i arme og ben, og der vil være mulighed for ture med samvær og fællesskab i højsædet. På cykelholdet har vi en tradition for, at alle hjælper hinanden, og det er derfor et godt sted at lære fra dem, som har cyklet i mange år. Vi cykler dagsture på mellem 20 og 60 kilometer i Østjyllands smukke natur med hovedvægt på området omkring Hov. De daglige ture planlægges med respekt for traditionerne og deltagere, som har været på faget før. I vil opleve et glædeligt gensyn med flere at klassikerne.



Vi vil efter behov og interesse komme omkring emner som træningslære, ernæring samt cyklens vedligeholdelse og indstilling. Hvis man har en funktionsnedsættelse og gerne vil i gang med at cykle eller bare gerne vil i bedre fysisk form, er cykelholdet i uge 27 et rigtigt godt sted at starte og komme i god cykelform.

Underviser: Peter Scharling, højskolelærer





E-Sport

E-sporten er i en rivende udvikling, og mange af verdens bedste E-sports udøvere kommer fra Danmark.

I undervisningen skal vi spille forskellige computerspil bl.a. Counter Strike, Dota 2 og League of legends. Undervisningen er for alle, og alle kan deltage – både nybegynderen og den rutinerede gamer.

Vi vil i undervisningen diskutere udviklingen indenfor E-sporten; overveje om E-sport overhovedet er en sport, se på hele gaming kulturen og gaming industrien, de økonomiske og etiske sider, samt E-sportens fremtidsperspektiver og historie.

Hvis du selv har en gamercomputer/hjælpe-midler, stikdåse, 2 meter netværkskabel – så tag det hele med, ellers har vi en bred vifte af hjælpemidler; special muse/knapper, Goog-



lebriller, VR-udstyr mm, som kan tilpasses efter dine behov.

Vi glæder os til en fed gamer-uge i uge 27 på Egmont Højskolen!

Underviser: Alexander Lunde, computerspils-entusiast og nørd

En krop i bevægelse

Vi skal være fysisk aktive og afprøve både styrketræning, kondition, bevægelighed, samt balance og koordination i træning og leg. ALLE får sved på panden.

Vi skal tale om, hvordan kroppen fungerer samt om forskellige træningsformers effekt på kroppen.

Vi skal finde idéer og inspiration til, hvordan man planlægger, fastholder og motiverer sig selv til at være aktiv i hverdagen og til at udnytte de muligheder, man har ved hånden, når fitnesscenteret lukker.

Der kræves ingen forudsætninger, da træningen tilpasses den enkelte bedst muligt. Vi benytter Egmont Højskolens gode faciliteter både inde og ude, men gennem de seneste måneder har det stået klart for de fleste, at man skal nytænke det at være fysisk aktiv, når verden omkring os pludselig lukker ned.



»En krop i bevægelse« er for dig, som kan lide at bevæge dig, motiveres af at være social og prøve nye ting og har lyst til at udfordre din forståelse af træning og aktivitet – og måske blive inspireret på ny.

Underviser: Simone Djernes, Fysioterapeut på Specialhospitalet for Polio- og Ulykkespatienter





Glas

Vi arbejder hovedsageligt med en glas type som hedder »bull's eye glas«, som kommer fra USA.

Alle kan være med, både nybegyndere og jer, som tidligere har arbejdet med glas.

I lærer håndteringen af glas, værktøj og forskellige teknikker. Vi skærer alt ud med specialværktøj og puster ikke glasset i dette fag!

Vi arbejder med to teknikker: »Fusing«, hvor man smelter glasset sammen ved høje temperaturer i en specialovn – og »slumbing«, hvor glasset smeltes ned i en form.

Der er mulighed for at lave ting helt efter din egen smag og fantasi! Tidligere har vi lavet fade – sjove dyr – små skulpturer – fyrfads lysestager – skåle – ophæng til vinduet og meget mere.



Her skal du huske at tage din fantasi med og bruge den fuldt ud.

Glæd dig for det bliver helt fantastisk – og jeg glæder mig til at se dig!

Man betaler de glas ting man laver efter vægt.

Underviser: Ann Jeppesen, højskolelærer

Idræt på kryds og tværs

Faget er for alle, der kunne tænke sig en uge fyldt med forskellige alternative idrætsaktiviteter. Idrætsaktiviteterne vil bl.a. være fyldt med lege, boldspil, stafetter, holdløb, bevægelse til musik, aktiviteter i og på vandet samt aktiviteter både for hovedet og kroppen.

Det er et bredt idrætsfag, hvor nye idrætsinteresserede får mulighed for at afprøve forskellige bevægelsesaktiviteter og sportsgrene indenfor parasport.

Målet er at give gode idrætsoplevelser og gerne i en så motiverende grad, at deltagerne også ønsker at bevæge sig, når kurset er slut.

Undervisningen tilpasses altid den enkeltes forudsætninger, og der arbejdes samtidig med den gode stemning på holdet. Det sociale samvær er vigtigt, uanset om vi arbejder med 'holdsport' eller 'individuel idræt'. Undervisningen vil foregå både indendørs



og udendørs, både på og udenfor skolens arealer.

Undervisere: Lisbeth Lausten, hjælpelærer på uge 27 i 20 år samt Jørn Erik Simonsen, idrætskonsulent Parasport Danmark





Power chair football

En uges intensiv eksperimentarium i kørestolsfodbold. Vi vil skabe et læringsrum, hvor alle bliver udfordret på det sportslige, sociale og personlige plan. Der bliver afprøvet nye sjove og udfordrende øvelser, der får smilet og lysten til at spille, frem hos alle. Øvelserne fokuserer både på det tekniske, taktiske og samarbejde.

Der bliver under hele forløbet arbejdet med småspil og mindre øvelser relateret til kampsituationer.

Målet for ugen er at skabe udfordrende træning, der kan tilpasses de forskellige niveauer, og hvor alle spillets facetter bliver udfordret og trænet.

Med fælles bidrag, video, samt udfordrende træning vil alle have mulighed for at løfte deres niveau.



*Undervisere: Henrik Rasmussen og Jens Zöga;
Aarhus Rolling Devils*

Sejls og vandsport

Sejls og vandsport er for dig, der ønsker at bruge en uge på at få oplevelser med og på havet.

Vores udgangspunkt er værftet på Hou Havn eller Egmonts badebro. Herfra gennemgår vi dagens program, som kan indeholde en sejltur til et af de smukke områder omkring Hou, kajak, eller en tur i havet med våddragt, finner, snorkel og maske på udkig efter fladfisk, krabber og tangarter. Vi bruger også tid på at tale om, hvad naturen, sporten og fællesskabet omkring havet gør ved os som mennesker.

På holdet er der plads til alle, og undervisningen vil blive tilrettelagt med udgangspunkt i kursisternes egne færdigheder og erfaringer. Der vil således blive mulighed for at blive udfordret, hvad enten du er vant til at være på og i vandet eller er helt ny i elementet.



Sejls og vandsport i uge 27 er en uge hvor det sociale, naturoplevelser, latter og nye oplevelser er i højsædet.

Underviser: Dan Ellegaard, højskolelærer





Grib bolden igen

Har du glemt hvor sjovt, udfordrende og lærerigt boldspil og fællesskabet er sammen?

Eller ved du det allerede, så velkommen til det nye fag på sommerhøjskole – Senior Idræt.

Finde dit indre legebarn frem og vær med til kørestolsbasket, volleyball, konkurrence med og uden bold samt masser af skæg, grin og ballade.

Selvom vi kommer op i årene, så forsvinder glæden (forhåbentlig) aldrig for idrættens betydning for os mennesker.

Nærværet, sammenholdet og det forpligtende fællesskab er nøgleordene for denne uges Senior Idræt.

Få en masse oplevelser og sjove øjeblikke med dig hjem efter en uge med boldens som hovedpersonen.

Tag dig selv og en ven med.



Ses vi, det tror jeg nok vi gør. Der bliver aldeles fremragende.

Underviser: Renè Nielsen, paralympisk guldvinder

Siddende Volleyball

Alle kender spillet volleyball. Her skal man stå på sine ben og kunne springe højt op til nettet.

Hvis man ikke har sine to ben eller ikke kan stå på dem og slet ikke springe – ja, så findes volleyball også i en siddende version, hvor nettet er 1,15 cm højt

Siddende volley er den største holdsport ved Paralympiske Lege, og over hele verden dyrkes denne spændende idræt af mange mennesker.

Alt det grundlæggende i spillet er det samme som i stående volley – bl.a. 6 spillere på hver side af nettet, og slagene er præcis som i stående volley fingerslag, baggerslag og enhåndsserv.

Brug uge 27 til at lære siddende volleyball at kende, og du vil komme til at elske spillet.



Der vil komme sved på panden og spænding i kampene. Spillet er velegnet for alle, som kan sidde på gulvet og har balance nok til at rykke sig rundt med armene.

Vi kan garantere en super oplevelse, hvad enten du har et, to eller ingen ben. Der er mange med to gode ben, der spiller siddende volley. Undervisningen vil bestå af sjove tekniske øvelser, som alle foregår med bold.

Undervisere: Tatjana Loetzke, tidl. landsholdsspiller, og Jeanette Bargisen, Lavia København





Vand, bevægelse og forkælelse

For dig, som kan lide at udfordre dig selv i og på vandet, og som kan lide bevægelse i naturen.

I svømmehallen skal vi træne svømmefærdigheder, bevægelse og balance, lave aquafitness, fridykke og træne vejrhold, samt forskellige lege og øvelser.

På havet skal vi padle på SUP (stand up paddling), svømme i havet, dyste i konkurrencer og meget andet.

Når vi er på landjorden, skal vi på opgaveløb, på tur i området og forkæle os selv med yoga og mindfulness under trækronerne. Forkælelse oplever vi også, når vi er i varmtvandsbassinet, hvor vi træner vejrhold, dykning og balance.

Vandet er et fantastisk element, og vi kommer omkring, hvilke muligheder svømning gi-



ver én, når man har en funktionsnedsættelse. Fælles for os alle er, at i vandet er vi jævnbyrdige. Naturen giver mulighed for en anden form for bevægelse, hvor vi skal dyste, samarbejde, være eftertænksomme og nyde det sociale samvær. Faget vil blive tilpasset dine behov. Du skal blot have gå-på-mod og lyst til at være på og i havet og i naturen.

Underviser: Hanne Mellemkjær, højskolelærer



PRAKTISKE OPLYSNINGER

Ankomst

Mandag d. 5. juli mellem kl. 15:00 og 17:00.

Afrejse

Søndag d. 11. juli kl. 12:00.

Værelser forlades senest kl. 10:00.

Kursuspris

Voksne over 17½ år	3.950 kr.
Børn 4-17½ år	1.650 kr.
Enkeltværelse	300 kr.

Tilmelding og betaling

Vi skal have modtaget din **tilmelding senest mandag d. 17. maj** – enten på vedlagte tilmeldingsblanket eller via vores hjemmeside.

Herefter fremsendes faktura på deltagerbetaling + evt. tillæg for enkeltværelse, elsend og loftlift. **Hele beløbet betales på én gang senest d. 1. juni.**

Læs mere om vilkår og betingelser samt tilmeld dig på vores hjemmeside www.egmont-hs.dk under *Sommerkurser*.

Tilskud

Egmont Højskolen administrerer på vegne af Vanførefonden, Bevica Fonden og Bevica Legater puljen »Den gode oplevelse i et fællesskab med andre«.

Puljen har til formål at give mennesker, der er udfordret af deres handicap og økonomi, mulighed for gode oplevelser i et fællesskab med andre. Den bærende tanke er, at alle bliver stærkere og får mere overskud og glæde gennem sociale fællesskaber.

Kursister, som ønsker et ugeophold om sommeren, vil have mulighed for at ansøge om udgiften til eget kursus og udgiften til ledsagers ophold.

Find vejledning og ansøgningsskema på vores hjemmeside www.egmont-hs.dk under *Sommerkurser*: »Tilskud«.

Børn

Har du børn, kan de sagtens være med. Der etableres en selvstændig børnegruppe med eget ugeprogram. Denne mulighed arrangeres og styres af højskolens medarbejdere. Aktiviteter kan fx foregå ved stranden, på plænen eller i huset. Der er tradition for en hel-dagstur ud af huset. Når der er aftenundervisning, vil pasning også være mulig.

Hjælpere/hjemmehjælp

På Egmont Højskolen findes en lille hjemmehjælpsafdeling, som kan give en hånd med, når du fx skal hente mad ved buffeten, have pakket ud, have gjort rent i begrænset omfang, knuppet skjorte, bundet sko osv.

Hvis du skal have mere omfattende personlig pleje eller støtte til fx bad, toilet og påklædning i mere end 10 min. morgen og aften, skal du medbringe den hjælp, som du får hjemme. Det vil sige, at din hjemkommune skal overflytte din hjemmehjælp (som du har fået bevilget efter Servicelovens §83, §85 eller §95) til Egmont Højskolen, så vi har midlerne til at ansætte ekstra hjælpere. Hvis du har hjælperordning efter §96, skal du medbringe egne hjælpere.

VIGTIGT – VIGTIGT – VIGTIGT

Hvis du **ikke** medbringer timer til hjemmehjælp, og hvis du **ikke** har oplyst skolen om dit behov for hjælp, vil der **ikke** blive stillet hjælp til rådighed.

Det er således **dit ansvar** at sørge for, at bevillingen er på plads, og at skolen er vidende om dit behov for praktisk hjælp, **inden kurset starter.**

Husk at afkrydse på tilmeldingsblanketten, at du ønsker et skema omkring hjælpebehov tilsendt.

Skemaet skal være Egmont Højskolen i hænde senest den 17. maj. Dette er vigtigt, da vi ellers ikke har mulighed for at skaffe hjælpere.

Værelser

Skolens værelser er af meget forskellig standard. Det skyldes, at værelserne er bygget i løbet af en årrække, og at krav og behov har ændret sig. Vi håber, at I vil have forståelse for, at værelsesfordelingen sker efter kriterierne: behov og først-til-mølle.

Hjælpemidler

Skolen har 30 værelser med loftlift, som fordeles efter først-til-mølle-princippet. Eget sejl skal medbringes.

Badesæde (væghængt) og badebåre kan lånes, hvis det er forudbestilt.

Elseng kan lejes men skal bestilles senest en måned før kursusstart. Vi råder dog kun over et begrænset antal, så bestil kun, hvis du bruger det til hverdag.

- Leje af loftlift: 200 kr. pr. uge
- Leje af elseng: 300 kr. pr. uge

Alle andre personlige hjælpemidler (f.eks. toiletstol, særlig madras, ekstra puder mv.) skal medbringes. Herunder også sugerør og mundbind.

Medbring evt. også egen crosser – højskolen har ingen mulighed for udleje.

Husk at krydse af på tilmeldingsblanketten om du har brug for loftlift/elseng.

Sengetøj, linned mv.

Du skal *ikke* medbringe dyne, pude, senge-linned og håndklæder. Det er dog en god idé at medbringe et håndklæde til strandbrug, da skolens *ikke* må medbringes på stranden.

Badeudstyr

Husk badeudstyr og eget badehåndklæde. Egmont Højskolen har verdens bedste badebro ved stranden.

Materialeudgifter

Vær opmærksom på, at der på visse fag kan forekomme materialeudgifter, som du selv skal betale.

Kontor

Skolens kontor er åbent alle hverdage mellem kl. 8:00 og 15:00. Her kan du bl.a. hæve kon-tanter, finde postkort, kuverter, frimærker mv.

Henvendelse

Lisa Schlage
Tine Schmidt

li@egmont-hs.dk
ts@egmont-hs.dk

Egmont Højskolen

Villavej 25, Hou
8300 Odder
www.egmont-hs.dk
mail@egmont-hs.dk

☎ 87 81 79 00

Parasport Danmark

Mogens Jensen

☎ 20 33 50 40
moj@parasport.dk



Med forbehold for fejl og ændringer

Ugeprogram



IDRÆT FOR ALLE

5. - 11. juli 2021

Tid	Mandag 5/7	Tirsdag 6/7	Onsdag 7/7	Torsdag 8/7	Fredag 9/7	Lørdag 10/7	Søndag 11/7
7:50 -8:05		Frivillig morgengym.	Frivillig morgengym.	Frivillig morgengym.	Frivillig morgengym.	Frivillig morgengym.	8:00-12:00 Mokost & afrejse
8:00		Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	
8:30 -9:00		Morgen- samling	Morgen- samling	Morgen- samling	Morgen- samling	Morgen- samling	
9:45 -12:30 (inkl. ½ times pause)		Undervisning hovedfag	Undervisning hovedfag	Undervisning hovedfag	Undervisning hovedfag	Undervisning hovedfag	Afrejse senest kl. 12:00
12:30 -14:00		Frokost	Frokost	Frokost	Frokost	Frokost	
14:00 -16:30 (inkl. ½ times pause)	15:00-17:00 Ankomst	Fælles- undervisning	Undervisning hovedfag	Fælles- undervisning	Undervisning hovedfag	Fælles- undervisning Evaluering Borddækning	
18:00	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad		
19:30 -21:30	Velkomst og fælles- undervisning	Fælles- undervisning	Fælles- undervisning	Fri-aften – evt. bål	Fælles- undervisning	19:00 Aftslutningsmid- dag med fest	

Med forbehold for ændringer. Nærmere program tilsendes før kursusstart.

Tilmelding til »Ildræt for alle«

5. - 11. juli 2021

Skriv tydeligt med BLOKBOGSTAVER - og KUN EEN voksen pr. blanket. Rekvirer gerne flere blanketter.

Navn: _____

Adresse.....: _____

Postnr. og by..: _____

Tlf.nr.....: _____ Email: _____

Cpr.nr.:: _____ **Tilmeldingen er kun gyldig med cpr.nr.**

Ønsker du at stå med navn, adresse og tlf.nr. på deltagerlisten, der bliver sendt til alle deltagere?

☐ Ja ☐ Nej

Har du et handicap?

☐ Nej ☐ Ja - Hvilket: _____

Bruger du:

☐ Elstol ☐ Manuel stol ☐ Crosser ☐ Rollator ☐ Andet: _____

Hvis du har egen hjælper med, angiv:

☐ BPA / hjælperordning - hjælperens navn: _____

☐ Ingen hjælperordning (Husk separat tilmeldingsblanket til hjælperen)

Hvis du ikke har egen hjælper med, angiv:

☐ Jeg har brug for hjælp fra Egmont Højskolen og ønsker spørgeskema tilsendt (se venligst i brochuren under "Praktiske oplysninger" i afsnittet om "hjælpere/hjemmehjælp")

Hjemme får jeg hjælp til (angiv hvad): _____

- af hvem: _____ i antal timer om dagen: _____

Angiv også, om du i forbindelse med undervisning skal have praktisk hjælp til fx at komme ned og op fra båd/gulv, ud og ind af bus eller andet:

VIGTIGT – VIGTIGT – VIGTIGT

Hvis du **ikke** medbringer timer til hjemmehjælp, og hvis du **ikke** har oplyst skolen om dit behov for hjælp, **vil der ikke blive stillet hjælp til rådighed.**

Det er således **dit ansvar** at sørge for, at bevillingen er på plads, og at skolen er vidende om dit behov for praktisk hjælp, **inden kurset starter.**

Tilmelding børn:

Navn

Alder

Evt. handicap

Fagvalg (kun ét kryds):

- | | |
|--|--|
| ☐ Bueskydning | ☐ Power chair football |
| ☐ Cykling | ☐ Sejlads og vandsport |
| ☐ E-Sport | ☐ Grib bolden igen |
| ☐ En krop i bevægelse | ☐ Siddende volleyball |
| ☐ Glas | ☐ Vand, bevægelse og forkælelse |
| ☐ Idræt på kryds og tværs | |

Indkvartering: (se brochuren)

- ☐ Jeg ønsker enkeltværelse (tillæg kr. 300 pr. uge)
- ☐ Jeg ønsker dobbeltværelse sammen med: _____
- ☐ Særlige behov i forb. med værelsesindretning: _____

Kost:

- ☐ Jeg er vegetar
- ☐ Jeg skal have særlig lægeordineret kost. Hvilken: _____
- ☐ Andet: _____

Hjælpemidler: (se brochuren)

- ☐ Jeg har brug for elseng (leje kr. 300 pr. uge)
- ☐ Jeg har brug for loftlift (leje kr. 200 pr. uge). **Eget sejl skal medbringes.**
- ☐ Jeg har brug for badebåre
- ☐ Jeg har brug for badesæde
- Alle andre hjælpemidler såsom toiletstol, særlig madras, ekstra puder skal du selv medbringe.

Persondata:

På denne blanket har du opgivet oplysninger om navn, adr., cpr, evt. handicap, værelse, fagvalg samt evt. særlige kostbehov.
Af regnskabstekniske årsager opbevares blanketten forsvarligt med de angivne oplysninger i 5 år efter endt kursusophold.
Med din underskrift bekræfter du at være indforstået med ovenstående.

Dato:

Underskrift:

Samtykkeerklæring:

Jeg giver hermed mit samtykke til, at videoer og fotos, der bliver produceret under kurset, enten som situationsbilleder eller portrætbilleder, må bruges i fremtidig markedsføring for Egmont Højskolen. Det er fx højskolens hjemmeside, sociale medier/kanaler eller lignende. Derudover tryksager som fx nyhedsbreve, brochurer eller andet eksternt målrettet informativt materiale. Tilladelsen gives med den forudsætning, at billederne bliver brugt i en sammenhæng, der er ikke krænkende for undertegnede som person.
Jeg kan til enhver tid tilbagekalde mit samtykke skriftligt.

Dato:

Underskrift:

Bemærk: Situationsbilleder, hvis hovedformål er at gengive en aktivitet og som er harmløse ud fra en normal betragtning kræver ikke samtykke.