

Ta' med, afsted!

Uge 19 er den nationale Demensuge, og i den anledning har vi her i
Horsens 2025 planlagt følgende aktiviteter:

DET KAN DU OPLEVE I DEMENSUGEN

Mandag d. 5. maj, 10:00-11:30

Yoga & Qigong for pårørende

Sønderbrogade 74B, Horsens

Åbent hus i træningsgruppen, kom og vær med. Vi træner i 60 minutter hvorefter vi drikker en kop the og taler om de fælles vilkår.

Medbring måtte og tøj at bevæge sig i.

Tilmelding: Susanne på sms 40382930

Pris: Gratis.

Tirsdag d. 6. maj, 10:30-11:30

FC demens

Kom og vær med til fodbold med holdet fra FC demens.

Vi drikker kaffe eller vand bagefter.

Langmarksvej 65, 8700 Horsens.

Tilmelding: Bare mød op

Pris: Gratis.

Tirsdag d. 6. maj, 12:00-15:00

Demensvenlig Royal run.

Fyrtårnet, Løvenørngade 21

Kom og vær med til Demensvenlig royalt run.

De næste 5 tirsdage vil det være muligt at være med til løb eller gåture på ruter svarende til Royal Run. Dvs. 6/5, 13/5, 20/5, 27/5 og 3/6.

Der vil være forplejning efter endt motion.

Tilmelding: Heidi Basse 24 79 05 78

Pris: Gratis

Tirsdag d. 6. maj, 14:00-15:30

Hold hjernen Sund. Oplæg i Fit & Sund Nord af demensteamets psykolog.

Langmarksvej 34, 8700 Horsens.

Kom og hør om den nyeste viden på området vedrørende forebyggelse af demenssygdomme.

Tilmelding: Bare mød op.

Pris: Gratis.

Onsdag d. 7. maj, 15:00-18:00

Strikkecafe, LUA garn

Sankt Helene Vej 15, 8700 Horsens

Kom og strik/hækl demenssymbolet og "demenssprutter"

Man er velkommen hele ugen i butikkens åbningstid

Tilmelding: Bare mød op.

Pris: Gratis.

Onsdag d. 7. maj, kl. 12:30-14:00

Horsens badmintonklubs hal

Sognegårdsvej 4, 8700 Horsens

Kom og vær med til Badminton.

Tilmelding: bare mød op.

Pris: Gratis.

Onsdag d. 7. maj, 14:00-16:00

Demensvenlig Brætspilscafé.

Hestedamsgade 5, 8700 Horsens.

Besøg Brætspilscaféen og prøv at spille nye eller gamle spil. Vi drikker kaffe sammen.

Tilmelding: Heidi 24 79 05 78

Pris: Gratis, betaling for drikkevarer.

Torsdag d. 8. maj, 15:30-17:00

Demens for nybegyndere

Tobaksgården 12, 8700 Horsens på Horsens Bibliotek. I "Lysningen".

Oplæg af demensteamets psykolog med mulighed for spørgsmål

Tilmelding: Bare mød op.

Pris: Gratis.

Torsdag d. 8. maj, 16:30-18:00

Demensvenlig Walk

Vi mødes på Lilli Gyldenkildes Torv.

Kom og få en guidet tur rundt i Horsens by på 5 km og se bl.a. på gavlmalier.

Tilmelding: Bare mød op.

Pris: Gratis.

Fredag den 9. maj kl. 12:30-14:00

Hold hjernen Sund. Oplæg i Fit & Sund Brædstrup af demensteamets psykolog.

Søndergade 11, 8740 Brædstrup.

Kom og hør om den nyeste viden på området vedrørende forebyggelse af demenssygdomme.

Tilmelding: Bare mød op.

Pris: Gratis.

Vi glæder os til at se dig.

Mange hilsener

Demensteamet i Horsens.



Håndsrækningen, det nationale
symbol for demens