

Den Nære Sommerhøjskole

Kursuskatalog 2025



DEN NÆRE SOMMERHØJSKOLE

Et lille højskolefællesskab med plads til dig!

Hvad?

Den Nære Sommerhøjskole er for dig, der har behov for at være i trygge, små og nære omgivelser, men også har mod på, at være med på en frivilligdrevet højskole med andre unge mennesker.

På sommerhøjskolen findes en fast struktur og ramme, som de frivillige på højskolen er med til at etablere. Det er ikke muligt at have sin ledsager med, men har man en pårørende, der ønsker at være frivillig på højskolen, er dette en mulighed.

På vores sommerhøjskole er der plads til nære relationer, gode samtaler, forudsigelige rammer og ture ud i Danmarks skønne natur!



Hvornår?

UGE 28: Mandag d. 7. juli til fredag d. 11. juli

UGE 29: Mandag d. 14. juli til fredag d. 18. juli



GLÆD DIG TIL:

- Fællesskab
- Ungdomsliv
- Spændende og sjove aktiviteter
- God energi
- Sang
- Ture ud i det danske sommerland
- Og meget mere!

Aktiviteter

Aktivitetsvalg

Hver morgen ved morgensamlingen gennemgår de frivillige dagens program, og her er det muligt at vælge, hvilken aktivitet du ønsker at være en del af om formiddagen, og hvilken aktivitet du ønsker at være en del af om eftermiddagen.

De frivillige guider og støtter dig til at vælge. Dette gøres ud fra et visuelt, nemt overskueligt ugeskema samt beskrivelser af aktiviteterne på en overskuelig og visuel måde.

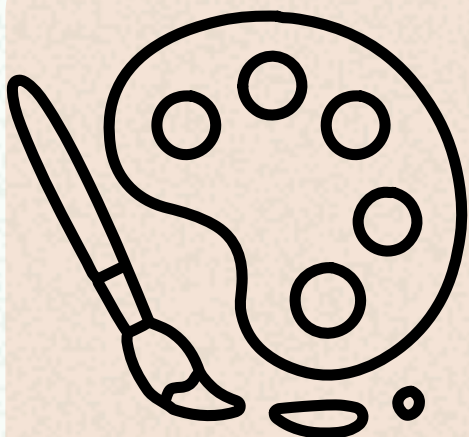
Aktivitet 1: Vandkant og vandring

Synes du også, det er dejligt at tage på tur? Se nye steder og ting på vejen dertil? Lytte til lærkens fløjten eller måske kaste med sten i vandet? Aktiviteten "Vandkant og vandring" byder på turer ud i den danske sommer i fællesskab. Inden vi drager afsted, taler vi om, hvor vi skal hen, og hvad vi ønsker at få ud af turen. Kom frisk og ta' med på tur.



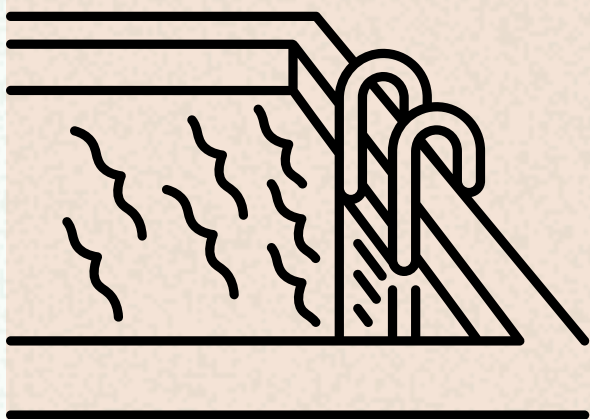
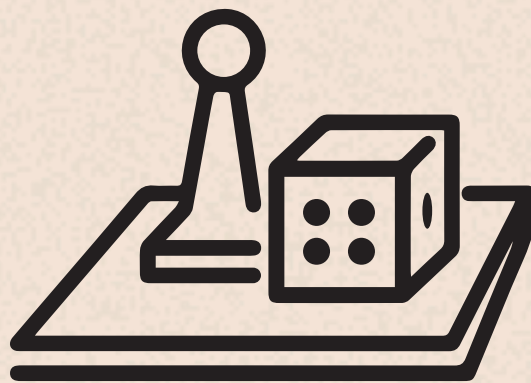
Aktivitet 2: Kunst og kreativitet

Kunst og kreativitet er mange ting og mange former, farver og udtryk. Måske du tegner i dine Mandalas bøger eller strikker karklude og huer? Aktiviteten "Kunst og kreativitet" dykker ned i de mange facetter, metoder, redskaber og udtryk. Vi skal bruge naturens materialer og udfolde os kunstnerisk. Hvis du kan lide at tegne, male og skabe med dine hænder, så er denne aktivitet helt sikkert noget for dig!



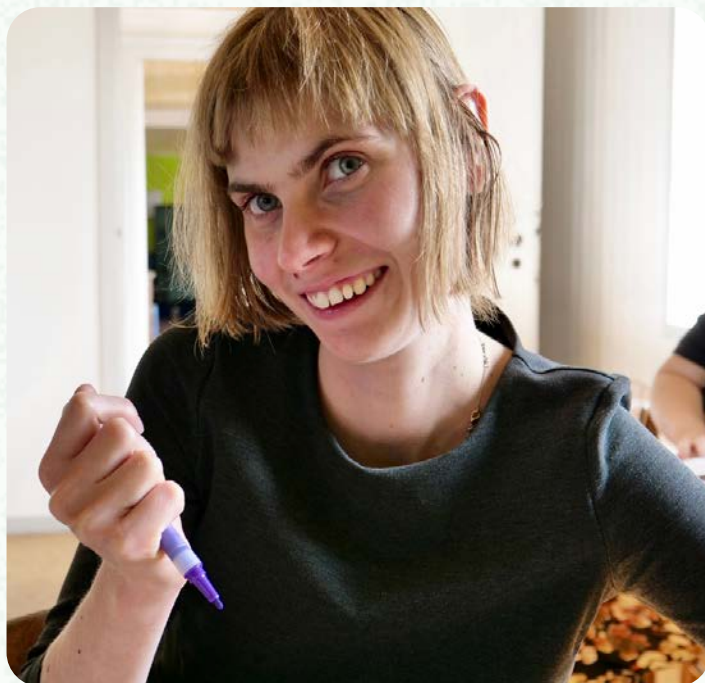
Aktivitet 3: Spil og spas

Synes du det er sjovt at spille og dyste? Kan du lide at udfordre en kammerat til en god duel, eller hygger du dig med en omgang Ludo eller UNO. Hvis ja, så er aktiviteten "Spil og spas" helt sikkert noget for dig. Vi skal spille en masse spil – både udendørs og indendørs. Vi skal grine, snakke og have det sjovt. Måske vi kan få en turnering op at stå?



Aktivitet 4: Svømmehal

Er du bare helt vild med en kold dukkert, at svømme et par baner, hoppe fra vipper eller tage en tur i vandrutsjebanen? Så er en tur i feriecenterets badeland lige aktiviteten for dig. Ho feriecenter har et hyggeligt lille badeland med mulighed for både masser af sjov vandaktivitet og afslapning.



SÆRLIGE ARRANGEMENTER

Velkomst og præsentation

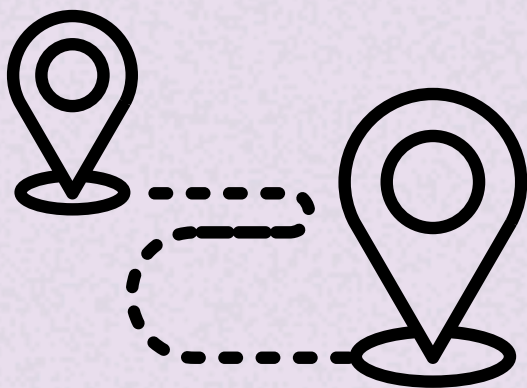
- En varm velkomst og hjerteligt velkommen til Den Nære Sommerhøjskole.
- En præsentationsrunde af højskoledeltagere og frivillige.
- Vi tegner i fællesskab ugen, der kommer, så vi har et stort ugeskema hængende, hvilket vi gennemgår hver morgen til samlingen.
- Til slut skal vi lære hinanden lidt bedre at kende ved forskellige aktiviteter.



Fællestur

Vi skal på tur ud i området og opleve, hvad det vestjyske har at byde på omkring Esbjerg og Blåvand. Forvent masser af frisk luft og vind i håret og måske der også bliver plads til et besøg på et af de mange spændende museer i området.

Vi spiser en lækker frokost på restaurant og nyder en is, mens vi går en tur.



Samling, farvel og sandwich

- En dejlig uge lakker mod enden og et farvel trænger sig på.
- Vi synger en sidste sang og får sagt "på gensyn".
- Alle får en sandwich udleveret, som de enten kan spise på stedet eller tage med sig hjem til turen.



U G E P R O G R A M

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
08.00-09.00	Godmorgen og morgenrutine	Godmorgen og morgenrutine	Godmorgen og morgenrutine	Godmorgen og morgenrutine
09.00-10.00	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad
10.00-10.30	Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	Oprydning og nedpakning
10.30-12.00	Aktivitet	Fællestur	Aktivitet	Samling og farvel (sandwich til hjemturen udleveres) OBS: vi skal være ude af husene kl. 11.
12.00-13.00	Frokost	Frokost	Frokost	
	Aktivitet	Fællestur	Aktivitet	
Ankomst kl.15.00 ved Ho feriecenter Velkomst og præsentation kl.16.00				
	Fritid	Fritid	Fritid	Fritid
	Aftensmad Spaghetti bolognese	Aftensmad Rugbrød m. pålæg	Afslutningsfest m pizzabuffet og bowling	
	Tur i området	Aftensamling		
	Fritid	Fritid	Fritid	
	Aftenrutine og godnat	Aftenrutine og godnat	Aftenrutine og godnat	Aftenrutine og godnat
13.00-15.00				
16.00-18.00				
18.00-19.00				
19.00-19.30				
19.30-21.30				
21.30-22.00				

PRAKTISKE INFORMATIONER



Hvornår?

Uge 28

Mandag d. 7. juli – fredag d. 11. juli

Uge 29

Mandag d. 14. juli – fredag d. 18. juli

Ankomst

fra kl. 15.00 til 16.00 om mandagen.

Afrejse

fra kl. 11.00 til 11.30 om fredagen.



Hvor?

Ho Feriecenter
Hovej 4, Ho
6857 Blåvand
Danmark

Link: <https://www.ho-ferie.dk/>

Tilmelding og betaling

Vi skal modtage din tilmelding senest d. 25. maj via tilmeldingslinket her:

UGE 28 [TILMELDINGSLINK](#)

UGE 29 [TILMELDINGSLINK](#)

Efter tilmelding bliver der sendt en faktura på oplyste mailadresse.

Hvad koster det?

3250 kr. pr. person for ophold og forplejning.

VIGTIGT!

- Du skal være fyldt 18 år
- Der er desværre ikke plads til din ledsager, men din pårørende er velkommen til at være med som frivillig.
- Der er ikke adgang for kørestolsbrugere eller dårligt gående.

Kontakt

For yderligere spørgsmål, ring eller skriv:

Amalie Hübertz

Udviklingskonsulent i Fællesskabet Glad



Telefon: +45 21 13 31 75



E-mail: amalie@jyskborneforsorg.dk

Læs mere eller følg os:



Hjemmeside
www.faellesskabetglad.dk



Facebook
Fællesskabet Glad



Instagram
faellesskabetglad

Hjælpere/hjælpemidler

Det er desværre ikke muligt at indskrive sig som højskoledeeltager, hvis du skal have omfattende hjælp til fx personlig pleje, toiletbesøg eller til at spise. De frivillige er til stede under hele højskolen, men der er ikke plejepersonale og/eller socialpædagogisk uddannet personale. Derfor skal du, trods dit udviklingshandicap, have lysten og evnerne til at være afsted på en uges højskoleophold uden socialpædagogisk støtte, hvilket betyder at du skal være selvhjulp inden for en struktureret ramme, hvilket de frivillige støtter i at etablere.

Ugeskema

Den Nære Sommerhøjskole holder en fast struktur og har en fastlagt ramme for hele højskoleugen. I har forinden højskoleugen fået et ugeskema, som ses her i kursuskataloget, hvor forskellige blokke – aktivitet, mad, fritid, gåture mm. – er sat ind i en ramme. Denne struktur vil blive fastholdt og understøttet af de frivillige, som også står for at rammesætte dagens aktivitet.

Soveforhold

På Feriecenter Ho vil der være separate sovefaciliteter, hvor I deltagere har et hus og de frivillige ligeledes har et hus. De to huse ligger i umiddelbar forlængelse af hinanden. Det vil være muligt for både deltagere og frivillige at trække sig på egne værelser. I skal som deltagere forberede jer på at sove sammen 2 og 2.

Antal

Der er plads til maks. 10 deltagere på hver af vores højskoleuger, hvor vi efterstræber at finde en frivilligflok på 5 frivillige til hver uge. Både frivillige og jer deltagere gennemgår en rekrutteringsproces, så I alle er med på rammerne og har sagt 'ja' til præmisserne for at deltage.

Frivillige

På Den Nære Sommerhøjskole vil du møde glade og dygtige frivillige, der er med på højskoleopholdet hele ugen. Når du skal på højskole, er det altafgørende, at der er solide drivkræfter, der kan hjælpe med at danne fællesskabet. Derfor er de frivillige med til at skabe hyggelige, trygge og mindeværdige oplevelser sammen med dig.

Du skal spørge dig selv...?

- har du lysten og evnerne til at være afsted på en uges højskoleophold uden socialpædagogisk støtte?
- kan du være selvhjulpen inden for en struktureret ramme, som de frivillige støtter i at etablere?
- Er du sprængfyldt med godt humør og masser af gå-på-mod til en uges højskoleophold med andre unge og voksne i et fællesskab?



Så får du til gengæld...

- Et højskoleophold handler om at være sammen, stå sammen og lave ting sammen. På denne måde bliver vi hver især stærkere, når vi på egen hånd skal træde ud i verden. Vi mennesker hjælper hinanden med at vokse, og lige netop derfor er det så vigtigt at være en del af et fællesskab.
- En fed oplevelse sammen med de andre deltagere og frivillige.





Vi glæder os VILDT
MEGET til en fantastisk
uge, hvor vi i et lille og
trygt fællesskab skal
opleve nye ting, hygge
os med hinanden og skal
på eventyr i det danske
sommerland.

