

SAXILD STRAND
KATALOG
2023



www.saxild-strand.dk

NÅR MAN LUKKER EN FEST....

Den 13. maj 2013 genåbnede vi, det vil sige en lang række foreninger med FO-Aarhus i spidsen, Saxild Strand. Det var en festlig dag. Der var flag, taler, musik og naturligvis lidt godt til ganen og maven. I krogene kunne man godt høre, at der blandt nogle af deltagerne var skepsis overfor projektet.

En enkelt deltager kunne da heller ikke dy sig og fortalte mig, at jeg skulle være glad, hvis vi kunne holde huset åbent i to år og juble, hvis vi holdt tre år.

Nu - knap ti år efter - er vi her stadigvæk, men Saxild Strand synger formentlig på sidste vers. Aarhus Kommune har solgt ejendommen. Sæsonen 2023 bliver derfor med stor sandsynlighed den sidste for det Saxild Strand tusindvis af ældre har kendt, nydt og benyttet sig af.

Jeg ønsker de nye ejere af Saxild Strand held og lykke med deres projekt. Jeg håber, de vil se på hus og grund med akkurat lige så stor kærlighed, som vi har gjort. I det kommende år vil det være vigtigt for mig, at vi giver de nye ejere plads til at undersøge, hvordan de kan udnytte bygningsmasse og grund på rette måde. Derfor vil vi naturligvis stille vores tid og viden til rådighed for de nye ejere og deres rådgivere.

I stedet for at være ked af det og ærgre mig over lukningen af det projekt, som jeg selv var med til at starte, og som jeg efterfølgende har ledet og stået på mål for i 10 år,

så vil jeg tillade mig at være stolt over alle de oplevelser, et engageret personale og en flok gode frivillige har givet de aarhusianske seniorer. Og jeg vil resten af mit liv mindes og glæde mig over den respons, vi fik retur fra vores gæster.

Det har været en stor oplevelse at se alle de venskaber og fællesskaber, der er opstået på Saxild Strand. Det har været en glæde at give terminalfasepatienter mulighed for at komme på en sidste ferie. Det har været en fornøjelse at give pårørende til alvorligt syge gæster mulighed for at koble lidt af og møde ligestillede. Det var aldrig svært at lade sig begejstre, når man så plejehjemsbeboere på ferie danse med deres plejepersonale. Det var umuligt ikke at lade sig bevæge, når en flok af frivillige gav alzheimerpatienter massage og manicure.

De sidste 10 år har givet så mange oplevelser, store og små glæder, at jeg på ingen måde ærgrer mig over den tid og energi jeg - og et fantastisk personale flankeret af entusiastiske frivillige - har brugt på stedet.

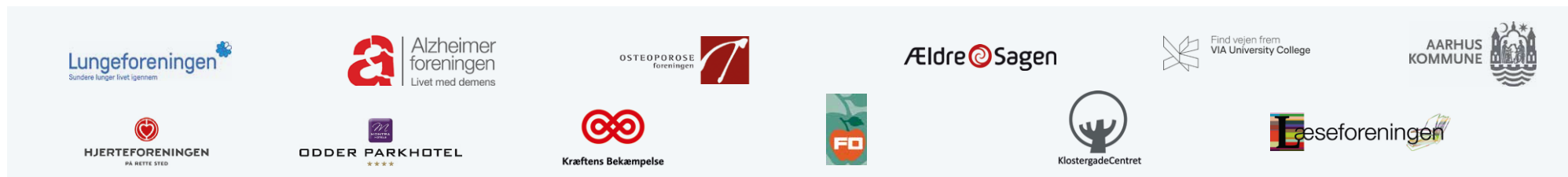
Velkommen til Saxild Strand, sæsonen 2023!

Henrik Woer

PROGRAM 2023

INDHOLD

Lev Livet - hele livet	side 3
Sommerophold	side 3
Grundlovsdage	side 4
Midsommerdage	side 5
Påskeophold	side 6
Lungecamp	side 6
Forårsophold - for personer med demenssygdomme og deres pårørende	side 7
Midsommerophold - for personer med demenssygdomme og deres pårørende	side 7
Det med småt	side 8



DATO

Hold 23-18
30/4 - 6/5

Hold 23-36
3 - 9/9

Hold 23-44
29/10 - 4/11

LEV LIVET – HELE LIVET

Lev livet - hele livet, er et hold, hvor alle er velkomne. Undervejs i dit ophold har du mulighed for at deltage i forskellige aktiviteter, der udfordrer din hjerne, maner til eftertanke og som kan skabe glæde og godt humør. Derudover er der rig mulighed for at opleve naturen og de skønne omgivelser ved Saxild Strand.

7 dage, 6 nætter. Den første dag ankommer du mellem kl. 9.30 og 10.30. Den sidste dag slutter opholdet med brunch, og afrejse skal ske senest kl. 11.00.

PRISER

1 person bosat i Aarhus Kommune **kr. 3.600**

2 personer bosat i Aarhus Kommune **kr. 6.900**

1 person bosat udenfor Aarhus Kommune **kr. 4.600**

2 personer bosat udenfor Aarhus Kommune **kr. 8.900**

1 person bosat indenfor Aarhus kommune og 1 udenfor **kr. 7.900**



DATO

Hold 23-27
3 - 7/7

Hold 23-28
10 - 14/7

Hold 23-29
17 - 21/7

Hold 23-30
24 - 28/7

SOMMEROPHOLD

Traditionen tro afholder vi i sommeren 2023 en række korte ferieophold.

Mens du er på Saxild Strand, får du mulighed for at få frisk luft, nyde den smukke natur, bade, deltage i forskellige kulturelle aktiviteter, spise god mad, mm. De aktiviteter vi udbyder på sommeropholdene, er f.eks. fællessang, foredrag, turneringer i Krolf og aftenvandring ved stranden.

Er vejret til det, vil det være muligt at indtage dagens måltider på terrassen med den smukke udsigt over Saxild Bugt.

5 dage, 4 overnatninger. Første dag ankommer du mellem klokken 9.30 og 10.30, og sidste dag slutter opholdet efter brunch. Afrejse sker senest kl. 11.00.

PRISER

1 person bosat i Aarhus Kommune **kr. 2.900**

2 personer bosat i Aarhus Kommune **kr. 5.500**

1 person bosat udenfor Aarhus Kommune **kr. 3.900**

2 personer bosat udenfor Aarhus Kommune **kr. 7.500**

1 person bosat indenfor Aarhus kommune og 1 udenfor **kr. 6.500**

HØJSKOLE- DAGE MED VID OG BID

I juni måned inviterer vi til to højskoleophold på Saxild Strand.

To forskellige kurser giver nye og berigende perspektiver på tilværelsen, når en række veloplagte foredragsholdere, musikere og andre kulturpersonligheder kommer på besøg.

Dagene begynder på højskolemanér med fællessang i spisesalen og derefter gymnastik og bevægelse. Hvis vejret er godt, motionerer vi på plænen til lyden af bølgeskvulp og fuglesang.

Resten af dagen og aftenen bliver en god blanding af inspirerende foredrag, koncerter, samtale og gåture ved stranden.

Nyd en dejlig sommeruge i hyggeligt samvær med andre nysgerrige mennesker, og få masser af stof til eftertanke med hjem.

DATO

Hold 23-23
4 - 10/6

GRUNDLOVSDAGE

Velkommen til et sommerkursus i demokratiets og grundlovens tegn.

"... demokratiet lever aldrig i kraft af love og paragraffer. Det lever i og ved levende mennesker". Sådan sagde stifter af Krogerup Højskole Hal Koch.

Kom og tag del i den levende samtale, når vi inviterer til grundlovsdage.

Den 5. juni fejrer vi grundloven sammen med blandt andre skuespilleren og satiriker Anne Marie Helger. Helgers grundlovstale bliver for fuld skrue - fræk, farverig, fabulerende og farlig.

Du vil også møde en række øvrige samfundsdebattører, aktivister og kulturfolk.

Blandt andre Annemarie Zacho-Broe, tidl. kommunaldirektør og forkvinde for foreningen "Social Sundhed". Hun vil fortælle om sit syn på, hvordan vi kan inddrage de svage og udsatte i de demokratiske processer.

Tommy P. Nielsen, teaterdirektør, debattør og globetrotter, har i mange år udøvet kulturel aktivisme. Det var blandt andre Tommy, der stod klar, da de ukrainske flygtningebørn skulle trøstes og underholdes i diverse europæiske lufthavne.

I løbet af ugen kan du også glæde dig til et musikalsk foredrag om demokrati. Ordene og tonerne kommer fra guitaristen Niels Adrian og historikeren Henrik Woer.

Forfatter og tidligere direktør for Aarhus Festuge, Jens Folmer Jepsen, fortæller om den folkekære visesanger Povl Dissing. Dissing rørte publikum med sin inderlighed og anderledes sangstil indtil sin død sidste år.

Forfatteren og fotografen, Anders Bach, er idémanden bag bogserien 'Genopdag H.C. Andersen'. Anders Bach kommer og fortæller om sin fascination af eventyrdigteren, billedkunstneren og mennesket H.C. Andersen, der higede efter berømmelse og en opstigen i samfundet.



ANNE MARIE HELGER

Den sidste dag på kurset skal vi opleve endnu en omgang forfriskende blanding af musik og fortælling. Denne gang er det fyldt med saltvand, blomsterenge og skønne kvinder. Det er musikeren Eric Øtting Andresen, der synger viser og fortæller humørfyldt om den svenske trubadur Evert Taube.

7 dage/6 overnatninger. Første dag ankommer du mellem kl. 09.30 og kl. 10.30, og sidste dag slutter opholdet efter brunch. Afrejse skal ske senest kl. 11.00. Prisen er inkl. kost og logi, linned og håndklæder.

PRISER

1 person bosat i Aarhus Kommune
kr. 5.675

2 personer bosat i Aarhus Kommune
kr. 11.050

1 person bosat udenfor Aarhus Kommune kr. 6.675

2 personer bosat udenfor Aarhus Kommune kr. 13.050

1 person bosat indenfor Aarhus kommune og 1 udenfor kr. 12.050

DATO

Hold 23-25
19 - 24/6

MIDSOMMERDAGE

Velkommen til et stemningsmættet sommerkursus i de lyse nætters og midsommerens tegn.

På programmet er blandt andet dialogkaffe med Özlem Cekic, en opsang fra Lone Kühlmann, livsmod på kontoen fra Erik Lindsø og en inderlig historie om Poul Dissing fra Jens Folmer Jepsen. Sankthansaften fejrer vi naturligvis midsommeren med musik, taler, bål og fest i haven.

Allerede den første dag på kurset får du en lattermild rundrejse i humorens livgivende univers. Forfatteren Erik Lindsø holder foredrag og ordinerer "Humor som medicin".

Aftenens koncert er fyldt med saltvand, blomsterenge og skønne kvinder, når journalisten og musikeren Eric Øtting Andresen synger viser og fortæller humørfyldt om den svenske trubadur Evert Taube.

Senere på ugen er det med at holde på hat og briller, når forfatteren og journalisten Lone Kühlmann ruller sig ud i sin muntre opsang til alle os, der konstant skal håndtere, at vi ældes. I sit foredrag kaster hun et kritisk humoristisk blik på vores forestillinger om alderdommen, fordomme og uvidenhed.

Tidligere politiker og sygeplejerske Özlem Cekic giver et indblik i foreningen Brobyggerne, som hun har taget initiativ til og er generalsekretær for. Hendes metode er dialogkaffe, altså at man sætter sig ned og drikker en kop kaffe i stedet for at hade hinanden. Men hvordan finder man overskud til det?

Forfatter og tidligere direktør for Aarhus Festuge Jens Folmer Jepsen fortæller om og spiller musik eksempeler fra den folkekære visesanger Povl Dissings mange år i dansk rockmusik. Dissing rørte publikum med sin inderlighed og anderledes sangstil indtil sin død sidste år.

Forfatteren og fotografen, Anders Bach, er idémanden bag bogserien "Genopdag H.C. Andersen". Anders Bach kommer og fortæller om sin fascination af eventyrdigteren, billedkunstneren og mennesket H.C. Andersen, der higede efter berømmelse og en opstigen i samfundet.



Den 23. juni er sidste dag på kurset og midsommerdag. Om aftenen byder vi på stemningsfuld midsommerfest, der begynder med en lækker tre-retters menu, musik og sang i spisesalen. Den lyse aften fortsætter på plænen med tale og sang ved sankthansbålet. Aftenen slutter med grillpølser og en øl på terrassen.

6 dage, 5 overnatninger. Første dag ankommer du mellem kl. 9.30 og 10.30, og sidste dag slutter opholdet efter brunch. Afrejse sker senest kl. 11.00.

PRISER

1 person bosat i Aarhus Kommune **kr. 4.950**

2 personer bosat i Aarhus Kommune **kr. 9.600**

1 person bosat udenfor Aarhus Kommune **kr. 5.950**

2 personer bosat udenfor Aarhus Kommune **kr. 11.600**

1 person bosat indenfor Aarhus kommune og 1 udenfor **kr. 10.600**

DATO

Hold 23-14
5 - 10/4

PÅSKEOPHOLD

Påskeopholdet er for dig, der har brug for at søge ro og fred i nogle dage.

Mens du er på Saxild Strand, får du den ro, du har brug for, men du har også mulighed for at deltage i et uforpligtende fællesskab sammen med husets øvrige gæster - hvis du har lyst til det.

Mens du er på Saxild Strand, får du rig lejlighed til at få frisk luft, nyde den smukke natur, deltage i forskellige kulturelle aktiviteter, spise god mad, dyrke motion mm. Om aftenen vil personalet arrangere forskellige hyggelige arrangementer, f.eks. banko, quiz eller bål.

Påskeopholdet er på 6 dage med 5 overnatninger. I prisen er inkluderet kost og logi, håndklæder og sengelinned.

Den første dag ankommer du mellem kl. 9.30 og 10.30. Den sidste dag slutter opholdet med brunch, og afrejse skal ske senest kl. 11.00.

PRISER

- 1 person bosat i Aarhus Kommune **kr. 3.750**
- 2 personer bosat i Aarhus Kommune **kr. 7.200**
- 1 person bosat udenfor Aarhus Kommune **kr. 4.750**
- 2 personer bosat udenfor Aarhus Kommune **kr. 9.200**
- 1 person bosat indenfor Aarhus kommune og 1 udenfor **kr. 8.200**

DATO

Hold 23-33
14 -18/8

LUNGECAMP

I et samarbejde mellem Lungeforeningen, Aarhus Lokalforening og Saxild Strand udbydes dette ophold, hvor du får mulighed for at blive klogere på dine lunger og deres funktion.

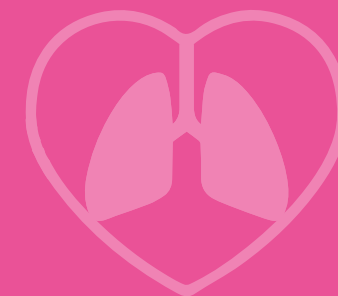
I løbet af de fem dage vil du få lejlighed til at møde en række fagfolk, der ved noget om lungerne, for eksempel en læge og en fysioterapeut. Udover kloge ord til hjernen, vil der være gode øvelser for lungerne og daglig motion. Alt sammen "garneret" med hyggeligt samvær, lækker mad og forskellige kulturelle indslag. Endvidere er det naturligvis muligt at nyde den smukke natur omkring ejendommen. Er vejret til det, serveres kaffen på den skønne terrasse med udsigt over Saxild Bugt.

5 dage, 4 overnatninger. Første dag ankommer du mellem kl. 9.30 og 10.30, og sidste dag slutter opholdet efter brunch. Afrejse sker senest kl. 11.00.

I prisen er inkluderet ophold og kost, linned og håndklæder. Du skal være selvhjulpen for at deltage i opholdet.

PRISER

- 1 person bosat i Aarhus Kommune **kr. 2.600**
- 2 personer bosat i Aarhus Kommune **kr. 4.900**
- 1 person bosat udenfor Aarhus Kommune **kr. 3.600**
- 2 personer bosat udenfor Aarhus Kommune **kr. 6.900**
- 1 person bosat indenfor Aarhus kommune og 1 udenfor **kr. 5.900**



DATO

Hold 23-13
27 - 29/3

FORÅRSOPHOLD

FOR PERSONER MED DEMENSSYGDOMME OG DERES PÅRØRENDE

I samarbejde med Alzheimerforeningen Østjylland tilbyder Saxild Strand dette weekendophold, der er særligt tilrettelagt for personer med demenssygdomme og deres pårørende.

Sammen skal vi nyde den smukke natur ved Saxild Strand, hygge, lytte til musik, danse, slappe af og spise lidt god mad.

Opholdet vil være en unik mulighed for både pårørende og demente til at møde ligestillede og danne nye netværk.

Alzheimerforeningen Østjylland vil igen have frivillige hjælpere med. Sammen med Saxild Strands personale vil de arrangere forskellige aktiviteter undervejs.

3 dage/2 overnatninger. Første dag møder du mellem kl. 09.30 og kl. 10.30, og sidste dag slutter opholdet efter brunch. Afrejse skal ske senest kl. 11.00.

Prisen er inkl. kost og logi, linned og håndklæder.

PRISER

1 person bosat i Aarhus Kommune **kr. 1.500**

2 personer bosat i Aarhus Kommune **kr. 2.700**

1 person bosat udenfor Aarhus Kommune **kr. 1.900**

2 personer bosat udenfor Aarhus Kommune **kr. 3.500**

1 person bosat indenfor Aarhus kommune og 1 udenfor **kr. 3.100**

DATO

Hold nr. 23-24
15 - 18/6

MIDSOMMER- OPHOLD

FOR PERSONER MED DEMENSSYGDOMME OG DERES PÅRØRENDE

I samarbejde med Alzheimerforeningen Østjylland tilbyder Saxild Strand dette ophold, der er særligt tilrettelagt for personer med demenssygdomme og deres pårørende.

Sammen skal vi nyde den smukke natur ved Saxild Strand og høre om de mange forskellige planter, man kan finde på den store grund. Vi skal også lytte til musik, danse og slappe af. Der vil være lejlighed til at bade, så husk badetøjet.

Opholdet vil være en unik mulighed for både pårørende og demente til at møde ligestillede og danne nye netværk.

Alzheimerforeningen i Østjylland vil igen have frivillige hjælpere med. Sammen med Saxild Strands personale vil de arrangere forskellige aktiviteter undervejs.

4 dage/3 overnatninger. Første dag møder du mellem kl. 09.30 og kl. 10.30, og sidste dag slutter opholdet efter brunch. Afrejse skal ske senest kl. 11.00.

Prisen er inkl. kost og logi, linned og håndklæder.

PRISER

1 person bosat i Aarhus Kommune **kr. 2.200**

2 personer bosat i Aarhus Kommune **kr. 4.100**

1 person bosat udenfor Aarhus Kommune **kr. 2.600**

2 personer bosat udenfor Aarhus Kommune **kr. 4.900**

1 person bosat indenfor Aarhus kommune og 1 udenfor **kr. 4.500**

DET MED SMÅT

TILMELDING:

Du skal tilmelde dig på telefon 8746 4500. Du skal ikke visiteres for at tilmelde dig et ophold. Når du har tilmeldt dig, får du tilsendt betalingsoplysningerne med posten. Hvis du ønsker at betale elektronisk, får du tilsendt betalingsoplysningerne på mail. Først når betalingen er registreret på vores konto, er du tilmeldt.

AFBUD & AFLYSNING:

Du kan melde afbud til et ophold indtil en uge før dets start og få din indbetaling retur. Administrationsgebyret på 100 kr. tilbagebetales dog ikke. Melder du afbud i ugen op til dit ophold på Saxild Strand, får du dit deltagergebyr tilbage minus et afbestillingsgebyr på 700 kr.

Hvis du bliver syg under dit ophold på Saxild Strand, vil vi som hovedregel bede dig om at tage hjem.

Vi forbeholder os ret til at aflyse ophold, hvor der er for få tilmeldte. I tilfælde af aflysning, tilbyder vi dig et erstatningsophold hurtigst muligt, eller du kan få dit tilmeldingsgebyr retur.

HVORDAN KOMMER MAN TIL SAXILD STRAND?

Enten sørger man selv for transport i bil, eller man kan tage bussen. Vi anbefaler at du tager bus 100 eller letbanen til Odder station og derfra tager en taxa til Saxild Strand. Fra Odder station til Saxild Strand koster en taxa ca. 170 kr.

ANKOMST:

Når du ankommer, byder vi dig velkommen, du får udleveret programmet for ugens aktiviteter, og vi viser dig dit værelse. Medmindre du beder om at dele værelse med en anden, får du eget værelse med bad og toilet. Et sæt sengelinned og håndklæder er inkluderet i prisen for opholdet. Får du brug for mere sengelinned eller flere håndklæder under dit ophold kan dette tilkøbes. Se dagsprisen i receptionen.

I timerne omkring ankomst og indskrivning er der gratis kaffe og te til dig og eventuelle pårørende.

AFREJSE:

Medmindre andet er nævnt i programmet, skal dit værelse være ryddet senest kl. 10.00 på afrejsedagen. Se de enkelte ophold for seneste afrejsetidspunkt.

HJÆLP OG HJÆLPEMIDLER:

I 2023 skal du være helt selvhjulpne, mens du er på Saxild Strand. Vi er dog gerne behjælpelige med udlevering af din daglige medicin. Medicinen skal enten være dosispakket eller doseret i doseringsæsker. Medicinoversigt skal medbringes, hvis du ønsker vores hjælp til udlevering af medicin.

Har du brug for særlig hjælp/rengøring/tømning af toiletspand/ekstra sengelinned i forbindelse med et evt. inkontinensproblem, aftaler du dette ved tilmelding.

MAD OG DRIKKEVARER:

Kosten på Saxild Strand er inkluderet i prisen. Vi serverer koldt vand til alle måltider. Du kan købe øl, vin, sodavand m.m. til rimelige priser. Bemærk: medbragte drikkevarer må ikke indtages på husets fællesarealer, herunder i spisestuen. Vi kan ikke tilbyde at opbevare drikke- og madvarer.

På Saxild Strand laver vi gerne mad til vegetarer, glutenallergikere, folk med særlige allergier og diabetikere.

Dette skal oplyses i god tid inden opholdet på Saxild Strand. Der tages ikke religiøse hensyn.

CORONA/COVID:

Vi følger til enhver tid sundhedsmyndighedernes krav og anbefalinger. Disse justeres jævnligt og vi kan derfor også ændre i vores regler.

Vi gør opmærksom på, at Saxild Strand forbeholder sig ret til at afvise gæster, som vi ikke mener, vi vil kunne give den nødvendige hjælp eller service.

ADRESSE:

Saxild Strand
Christian Petersensvej 1
8300 Odder

Telefon 86554055
Tilmelding: 87464500

