

egmont  
højskolen

SOMMERKURSUS

# IDRÆT FOR ALLE ... også for dig!

Uge 27

4. - 10. juli 2022



Udviklet i  
samarbejde  
med:



Hovedsponsorer



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, nye oplevelser og fællesskab i centrum. Det er en uge, hvor både krop og sind vækkes til live gennem deltagelse i forskellige fag med bevægelse, i dialoger med andre og i fællesundervisningen.

**Vær åben for nye oplevelser ...** både i dit valg af fag og i fællesundervisningen.

Verden er ikke som den er, men som du er... og det vil vi gerne med hjælp fra forskellige foredragsholdere være med til at udforske i denne uge.

Ugen byder på 3 foredrag: Rasmus Kragh, Cykeldrene, og Lars Lauridsen kommer og fortæller om hver deres eventyr.

Efter tre forsøg nåede Rasmus Kragh i 2019 som den første dansker toppen af Mount Everest uden brug af kunstig ilt. Han erfarede undervejs på sin rejse, men også på bagkant efter han nåede toppen, at det blev nødt til at være et egotrip, før han kunne nå toppen af det umådeligt store bjerg.

Cykeldrene (også kendt fra Alene i vildmarken) lever og ånder for det positive livssyn og har altid ja-hatten på, og deres motto er ofte: "hold kæft hvor har vi det godt". De vil fortælle om venskaber og positivt mindset, og hvad det kan føre med sig.

Vi skal sidst på ugen med Lars Lauridsen (tidligere paraatlet og altid på vej til nye eventyr) til Svalbard, hvor han i 12 dage var på kajakekspedition med unikke naturscenarier.

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:

- Boccia
- Bueskydning
- Cykling
- En krop i bevægelse
- E-Sport
- Grib bolden igen
- Idræt på kryds og tværs
- Power chair football
- Sejlads og vandsport
- Svøm og hav

## 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

## Boccia

Boccia er en sjov, taktisk og social idræt, der er åben for alle! Du er måske ny til Boccia, klar til at udvikle dine færdigheder eller har til hensigt at blive den bedste spiller, du kan være (vi kan endda lære dig op til at være dommer, hvis du vill!). Denne uges aktivitet vil hjælpe dig til at forstå spillet og spille efter bedste evne individuelt og på hold. Vi vil dække nøgleområderne tekniske evner og taktisk spil, skræddersy træningen til hver enkelt spillers evner og behov og udfordre dig hele vejen igennem med masser af konkurrencer og spil.

Boccia kan spilles stående og siddende. Man må kaste, sparke eller bruge en rampe til at spille bolden, så alle kan være med.

*Underviser: Sandra King fra England, der har mange års erfaring inden for World Boccia.*



## Bueskydning

Bueskydning er en stille og rolig præcisions-sport, hvor man selv er herre over egen succes. Når man skyder en pil afsted mod skiven, kræver det, at man er rolig og koncentreret. Rammer man målet, eller rammer man ved siden af, er det én selv, der gjorde det. Ingen modstandere forsøger at blokere.

Bueskydning henvender sig til alle. Både på motionsplan og konkurrenceplan kan både drenge og piger, børn som gamle samt mennesker med funktionsnedsættelser få stor glæde af sporten på det plan, man er villig til.

Mange går på jagt med bue og pil, andre bruger det som meditativ sport, og igen andre dyrker konkurrencer på niveau fra klubkonkurrencer helt til de Olympiske Lege eller de Paralympiske Lege.

Ved dette kursus vil Paralympisk Guldvinder (1992) og forfatter til "Vælg at være en vinder"



Jens Fudge lære dig de grundlæggende teknikker i bueskydning på både den fysiske men også mentale front.

Vi skyder indendørs eller udendørs afhængig af vejret, og vi skyder både efter konkurrence-skiver og efter vilde dyr og simulerer lidt jagt-skydning. De vilde dyr er lavet af et plastmateriale og er altså ikke ægte.

*Underviser: Jens Fudge, tidligere paralympic skytte og nuværende træner*





## Cykling

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 cykling.

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, vil opleve et glædeligt gensyn med flere af 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 et rigtig godt sted at starte og komme i god cykelform.

*Underviser: Peter Scharling, højskolelærer*

## En krop i bevægelse

Vi skal være fysisk aktive og afprøve både styrketræning, kondition, bevægelighed samt balance og koordination i træning og leg. Fagets fokus er sved på panden, smil på læben og opbygning af et opbyggende idrætsfællesskab. Vi benytter Egmont Højskolens dejlige faciliteter både udenfor og indenfor. Du kommer til at stifte bekendtskab med forskellige træningsformer, samt hvordan træning påvirker kroppen – både fysisk og psykisk. Vi kommer til at dele erfaringer omkring, hvordan man planlægger træning, fastholder og motiverer sig selv i hverdagen samt diskutere begreber som fx "sundhed" – for hvad betyder det egentlig? "En krop i bevægelse" er for dig, som kan lide at bevæge dig, motiveres af at være social samt har lyst til at udfordre din forståelse af, hvad træning er. Vi glæder os til at se dig til en uge med høj puls og højt humør!



*Undervisere: Nanna Hanquist, efterskolelærer på Osted Efterskole og kandidat i idræt, samt Stine Flensburg, fysioterapeut og sundhedsfaglig kandidat*





## E-sport

Esport er en sport, der er i stor fremdrift – især i Danmark, hvor flere af de største navne i CS:GO og LoL også kommer fra Danmark.

Undervisningen vil hovedsageligt fokusere på spillene Counter-Strike: Global Offensive (CS:GO) og League of Legends (LoL), men der vil også være tidspunkter, hvor man kan spille andre spil. Der er ikke noget krav om niveau, så selvom du er nybegynder eller rutineret gamer, så kan du sagtens være med.

Undervisningen vil yderligere tage fat i relevante emner for en esportsspiller. Disse emner vil bl.a. være

- Fysisk aktivitet og dets relation til esporten. Hvorfor skal man ikke kun sidde og spille computer?

- God gamerpli – hvordan opfører man sig? Både overfor sine holdkammerater men også overfor modstanderen.
- Kommunikation – hvordan kommunikerer man mest hensigtsmæssigt?

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

Vi ser frem til en uge med masser af gaming, sjov og god stemning :)

*Underviser: Bjørn Gripping, Head Coach ved Odense Esport og uddannet i Idræt og Sundhed.*





## Grib bolden igen

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

Find 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 forpligtede fællesskab er nøgleordene for denne uge.

Få en masse oplevelser og sjove øjeblikke med dig hjem efter en uge med bolden som hovedperson.

Tag dig selv og en ven med.



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

*Underviser: René Nielsen, paralympisk guldvinder, foredragsholder og en flink mand.*

## Idræt på kryds og tværs

Faget er for alle, der kunne tænke sig en uge fyldt med forskellige alternative idrætsaktiviteter, men hvor der også bliver mulighed for fordybelse i en enkelt idrætsaktivitet. Idrætsaktiviteterne vil bl.a. være fyldt med lege, boldspil, stafetter, holdløb, 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 so-



cial 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 Bang, 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*

## Sejlads og vandsport

Sejlads 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.



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

*Underviser: Dan Ellegaard, højskolelærer*







## Svøm og hav

Svømning er for dig, som kan lide at udfordre dig selv i vandet. Vi skal træne svømmefærdigheder, lave aquafitness, fridykke i bassin, spille boldspil, og så skal vi selvfølgelig have det sjovt med forskellige lege. På havet skal vi padle på SUP (stand up paddling) board og lave forskellige øvelser. Vandet er et fantastisk element, og vi kommer omkring, hvilke muligheder svømning giver én, når man har en funktionsnedsættelse. Når vi ikke lige er i svømmehallen eller i havet, så bruger vi vores fantastiske udendørsfaciliteter eller går i træningsrummet.

Fælles for os alle er, at i vandet er vi jævnbyrdige. Det frie element giver os muligheder for at udfolde os på nye måder, og fagets fokus er det sociale samvær, som oplevelserne i vandet giver os. Dette svømmefag vil blive tilpas-



set dine behov. Du skal blot have gå-på-mod og lyst til at være i vandet.

*Underviser: Hanne Mellemkjær, højskolelærer*



## PRAKTISKE OPLYSNINGER

### Ankomst

Mandag d. 4. juli mellem kl. 15:00 og 17:00.

### Afrejse

Søndag d. 10. juli kl. 12:00.

*Værelser forlades senest kl. 10:00.*

### Kursuspris

Voksne over 17½ år 3.975 kr.

Børn 4-17½ år 1.675 kr.

Enkeltværelse 300 kr.

*Ved afbud pga. sygdom får du alle penge retur, hvis du fremsender lægeerklæring.*

### Tilmelding og betaling

Vi skal have modtaget din **tilmelding senest mandag d. 16. 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](http://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 ansøgnings-skema på vores hjemmeside [www.egmont-hs.dk](http://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 aftenunder-visning, 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 23. 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 badetøj og eget badehåndklæde. Egmont Højskolen har verdens bedste badebro ved stranden.

## 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

4. - 10. juli 2022

Tid	Mandag 4/7	Tirsdag 5/7	Onsdag 6/7	Torsdag 7/7	Fredag 8/7	Lørdag 9/7	Søndag 10/7
7:50 -8:05			Frivillig morgengym.	Frivillig morgengym.	Frivillig morgengym.	Frivillig morgengym.	8:00-12:00 Mokost & afrejse
8:00	Aftensmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Værelser forlades senest kl. 10:00
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	Tur til »Gården«	Undervisning hovedfag	Tur til Aarhus Ø og EMI i sejlads	Undervisning hovedfag	Evaluering Borddækning	
18:00	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad		
19:30 -21:30	Velkomst og fælles- undervisning	»Mount Everest uden ilt« v/ Rasmus Kragh	»Vensker og positivt mindset« v/Cykel- drene	Fri-aften – evt. bål	»Kajak oplevel- ser på Svalbard« v/ Lars Lauritsen	19:00 Afslutningsmid- dag med fest	

Med forbehold for ændringer. Nærmere program tilsendes før kursusstart.

# Tilmelding til »Ildræt for alle«

4. - 10. juli 2022

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 ved Evt. Handicap

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Fagvalg** (kun ét kryds):

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Boccia              | <input type="checkbox"/> Grib bolden igen        |
| <input type="checkbox"/> Bueskydning         | <input type="checkbox"/> Idræt på kryds og tværs |
| <input type="checkbox"/> Cykling             | <input type="checkbox"/> Power Chair Football    |
| <input type="checkbox"/> En krop i bevægelse | <input type="checkbox"/> Sejlads og vandsport    |
| <input type="checkbox"/> E-sport             | <input type="checkbox"/> Svøm og hav             |

**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, sugerør, spiseredskaber mv. 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.