



Grundtvig 1783-1872

u e g b e r v e r i p i o u p u i
MINIHØJSKOLEN



ALL NUTS

OM MINIHØJSKOLEN

Minihøjskolen er en daghøjskole for unge og voksne med psykisk sårbarhed.

Minihøjskolen bruger undervisning og fællesskab til at skabe indhold i hverdagen. Mange oplever, de får noget meningsfuldt at stå op til, og det ændrede fokus på tilværelsen virker positivt på de fleste.

Højskolelivet byder både på faglig udvikling og personlig opblomstring. Selv små ændringer i omgivelserne kan give anledning til store forandringer hos den enkelte.

På Minihøjskolen har alle elever noget, de slås med, så der er forståelse for, man godt kan have en off-dag og må blive hjemme. Du vil opleve, at her er højt til loftet. Stor er glæden, når du vender tilbage til skolen og igen tilslutter dig fællesskabet.

Samværet skaber indholdet i vores hverdag!



DAGHØJSKOLEN

Daghøjskolens elever er hovedsageligt førtidspensionister eller ledige fleksjobgodkendte. Er du optaget som daghøjskoleelev, kan du i reglen gå på skolen, til du er klar til at komme videre.

Som daghøjskoleelev vælger du selv, hvilke fag du ønsker at deltage i, og du kan sammensætte dit skema med så mange eller få fag, du ønsker. Der er både fag for de naturglade, de turglade, de madglade, de aktive, de boglige, de musikalske og de kreative. Får du perioder, hvor du har svært ved at holde fast i fremmødet, er vi fleksible og kan hurtigt lave dit skema om.

Minihøjskolen giver struktur og et godt indhold i hverdagen, og du kommer ud ad døren og får en god døgnrytme. Mange får bedre livskvalitet ved at være sammen med andre mennesker, og det styrker selvtilliden og selvværdet at opdage nye og spændende fag, hvor du kan øge din viden. Du vil opdage, du kan meget mere, end du tror.

Vil du vide mere om daghøjskolen, priser, kontakt-info og hvilke fag der tilbydes for tiden, så se vores hjemmeside www.minihøjskolen.dk under fanen [Daghøjskole].



RECOVERYSKOLEN HERNING

Recoveryskolens formål er at præsentere et udbud af "livsredskaber", som den enkelte kursist kan omsætte i sin hverdag.

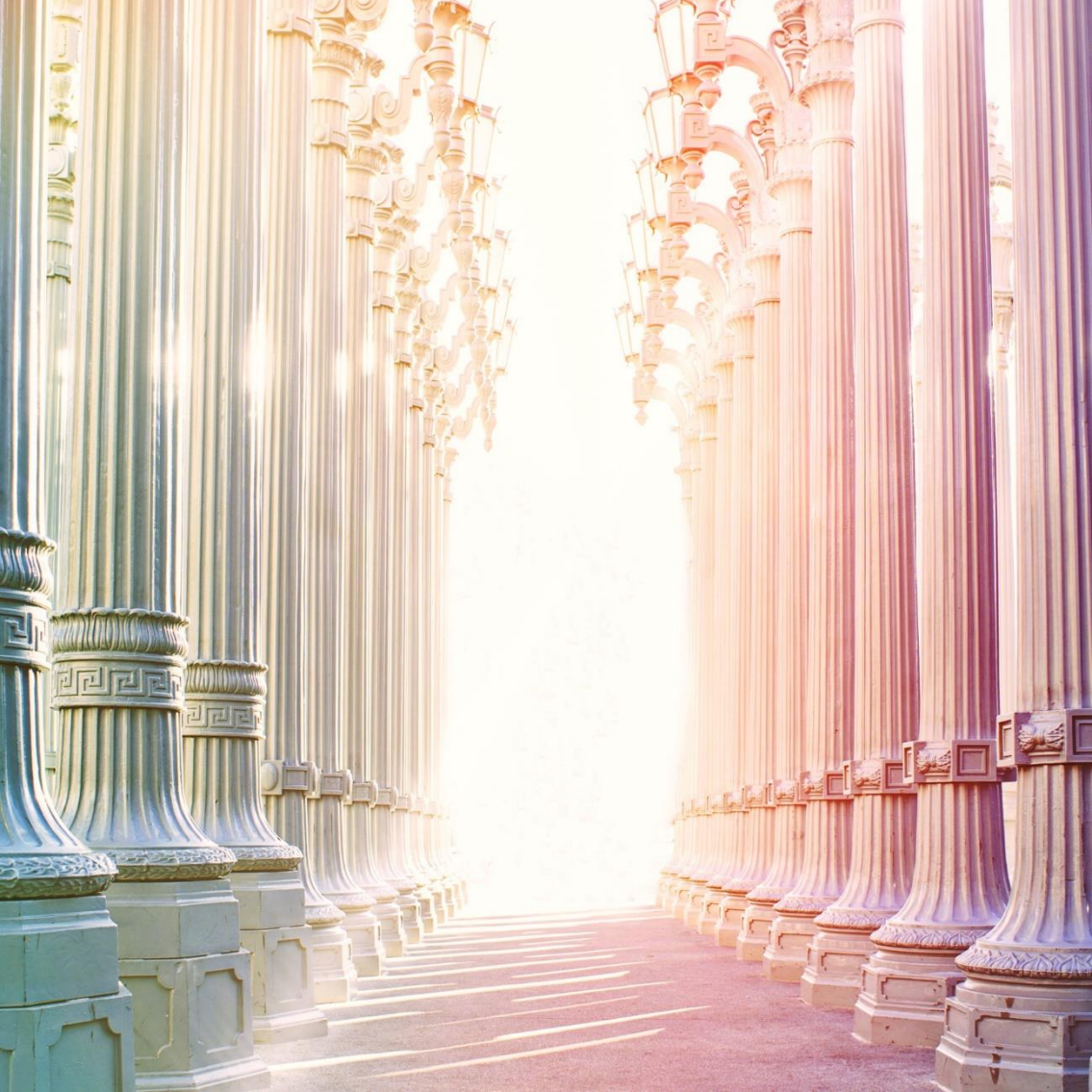
Et vigtigt element i recovery-tilgangen er, at individet selv sætter sine egne mål med processen. Der er derfor ikke tale om terapi men snarere almennyttige teorier og øvelser, som den enkelte selv kan vælge til.

Kurserne er derfor relevante for alle, som ønsker at blive klogere på sig selv og stå stærkere i livets forskellige udfordringer.

Recovery-kurserne vil typisk ligge om eftermiddagen.

Deltagelse i recovery-kurserne kræver tilmelding 14 dage før kursusstart.

Du kan finde yderligere oplysninger om Recoveryskolen Herning via Minihøjskolens hjemmeside www.minihøjskolen.dk – brug knappen [Recoveryskolen] lidt nede i teksten. Her kan du se, hvilke kurser der pt. tilbydes, tid, varighed og pris, samt hvordan du kan tilmelde dig.



KULTURHUS

Når skolen holder fri, kan kulturhuset tage over. Dette sker oftest i de længere ferier, men det kan også være en helt almindelig hverdagsaften.

Kulturhuset er for Minihøjskolens elever, men ligger udenfor den almindelige undervisning. Derfor vil der være tilmelding og egenbetaling ved disse arrangementer. Til nogle arrangementer er det muligt at medbringe en gæst, hvis der er plads. Prisen for gæster vil typisk være det dobbelte af prisen for elever, men det svinger fra arrangement til arrangement.

Kulturhuset spænder bredt, og skolens elever har medindflydelse på typen af arrangementer. Gennem tiden har det fx været dagsudflugter, grillaftener, ture med overnatning i ind- og udland, biografture, teaterture, koncerter, sportsbegivenheder, værkstedsdage og frokoster.

Fælles for kulturhusarrangementerne er, at vi samles i hyggeligt fællesskab og bruger lidt af vores fritid sammen.

Du kan læse mere om Minihøjskolens kulturhus på vores hjemmeside www.minihøjskolen.dk under fanen [Kulturhus].



CAFÉ & FÆLLESSPISNING

Caféerne har åbent i de fleste skoleuger og deres omdrejningspunkt er det sociale samvær.

Café Ung er for unge i Herning (18 - 40 år) – både elever og andre.

Café Mini er for både unge samt skolens medlemmer og elever. Vi mødes nogle timer en til to eftermiddage om ugen, snakker, drikker kaffe og spiser kage. Der vil være mulighed for at udfordre dig selv eller andre med bl.a. spil og quiz

I forbindelse med Café-tilbuddet kan du deltage i eventuelle interessefællesskaber, hvor du kan mødes med andre med samme interesse, uanset om du kan lide at spille, tegne eller skrive.

Én aften om ugen er der fællesspisning i kantinen. Vi mødes, både unge, medlemmer og elever og nyder aftensmaden i hinandens selskab.

For et beskedent beløb kan du købe en gang lækker hjemmelavet aftensmad.

Tjek hjemmesiden www.minihøjskolen.dk for datoer og yderligere oplysninger.



MINIHØJSKOLEN

www.minihøjskolen.dk