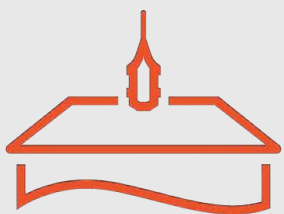




2026/K12-13

Forår på Liselund
15. marts – 28. marts



Forår på Liselund

Foråret står på spring og naturen står også på spring, det spirer og gror overalt. På Liselund Højskole har vi et 14 dages kursus med valgfag, så du kan skræddersy et højskoleophold, der passer til dig.

Vi har følgende valgfag: Bevægelse, Højskolesangbogens store forfattere, Kunstfotografi med naturen som motiv, Skriv om dit liv, Romantikkens store tænkere og Syng dig sund. Ved tilmelding til kurset vælger du et formiddagshold og et eftermiddagshold. Valgfagene er beskrevet her i programmet.

Du vælger hold i tilmeldingen.

Ekskursioner

- Tissø og Trelleborg
- Sorø Kunstmuseum og landskabsmalerier. Vi kører med bus igennem den smukke natur i og omkring Sorø og hører fortællinger om området
- Kalundborg og Røsnæs med besøg på Kalundborg Museum og Vor Frue Kirke
- Malergården, Grevinge Kirke med Lars Stevns vægmaleri og bronzealderhøjen Estherhøj med Genforeningsstenen
- Byvandring i Slagelse med besøg på Slagelse Museum og Slagelse Kloster

Koncert

- Ingemann Trio

Medvirkende

- Anne-Mari Hartoft – danseinstruktør
- Erik Lindsø – foredragsholder og tidligere forstander på Rønshoved Højskole
- Johs. Nørregaard Frandsen – tidligere leder af H.C. Andersen Centret, SDU

Højskolens undervisere på dette kursus

- Kim Jacobus Paulsen (KJP) – forstander
- Lene Kristiansen (LK) – højskolelærer
- David Bisbjerg (DB) – højskolelærer
- Hanne Probst Rasmussen (HPR) – højskolelærer



Johannes Nørregaard Frandsen

Formiddage – Valgfag 1

Bevægelse – Hanne Probst Rasmussen

Bevægelse skaber glæde. Bevægelse skaber nærvær og fællesskab. "Kom med det, der er dig" – og stift bekendtskab med en række forskellige måder at bevæge dig på.

På kurset får du mulighed for at bevæge dig til: blid yoga, dans, gåture i naturen, "Gamle Lege" i vores smukke park, svømning m.m. Bevægelsesmodulerne slutter vi af med en dejlig kropsafspænding til stille musik.

Valgfaget byder også på mental bevægelse, når vi lytter til musik, læser poesi og udfolder os kreativitet.

Glæd dig til at bevæge dig sammen med andre og til at blive bevæget.

Alle kan deltage uanset form og kondition.

Højskolesangbogens store forfattere – Lene Kristiansen

I dette valgfag dykker vi ned i Højskolens blå bog og de mange store forfattere, der gemmer sig i denne fantastiske digtsamling.

Vi skal blandt andet høre om Halfdan Rasmussen, Inger Christensen, Poul Henningsen og Tove Ditlevsen, men også se på den tid, teksterne er skrevet i og hvordan de afspejler deres samtid.

Vi bliver også klogere på nogle af vores samtidige forfattere og debatterer om, hvad vi kan bruge digtene til i en moderne verden.

Formiddage – Valgfag 1

Kunstfotografi med naturen som motiv – David Bisbjerg

Dyk ned i naturens æstetik gennem kameraets linse. På dette valgfag udforsker vi kunstfotografiets mange muligheder med naturen som motiv, scene og inspiration. Vi arbejder med komposition, lys, stemning og fortælling. Vi skal arbejde med vores sanser og tænke naturen og roen ind i vores billeder. Vi arbejder med indhold fremfor teknik, og alle kan være med uanset hvilket kamera, man har, også en mobiltelefon kan benyttes.

Eftermiddage – Valgfag 2

Skriv om dit liv – Hanne Probst Rasmussen

Kom og skriv om dit liv i fællesskab med andre. Glæd dig til at vække dine erindringer ved hjælp af sjove og sanselige skriveøvelser. Til at dele dine erindringer og få feedback på dine tekster i et trygt og fagligt fællesskab. Få tips og tricks til at gøre dine erindringer levende og læsevenlige.

Du kommer til at møde en række kreative skriveøvelser, der vækker sanserne og erindringerne. Du kommer til at stifte bekendtskab med forskellige måder at skrive på, når vi spejler os i erindringslitteraturen.

Medbring gerne din egen PC, fotografier eller billeder der har betydning for dig, en genstand der begynder med forbogstavet i dit fornavn, en lille ting der har fulgt dig i livet og andre rekvisitter, der kan gøre skrivningen let og sanselig.

Fortæl om det skøre, det sjove, det legende – og alt derimellem.

Eftermiddage – Valgfag 2

Syng dig sund – Lene Kristiansen

Syng dig glad og sund, når vi gennem to uger bliver klogere på stemmens mange udtryk og på alle de sociale, mentale og fysiske gevinster, som det at synge, giver.

Alle kan være med, uanset om du har sunget før eller ej. Vi synger selvfølgelig en masse sange og gennem forskellige øvelser bliver vi klogere på både stemmen og på hvordan vi styrker krop og vejrtrækning gennem sangen.

Vi arbejder også med at finde vores egen stemmes udtryk og snakke om, hvordan sangen både kan føles udfordrende, men også løfter humøret og giver øget livsglæde. For det skal være sjovt at synge sig sund!

Romantikens store tænkere – David Bisbjerg

Vi går i dybden med de idéer, der formede en hel epoke. I dette valgfag dykker vi ned i romantikkens filosofi, digtning og verdenssyn gennem tænkere som Grundtvig, Oehlenschläger, Schelling og Kierkegaard.

Vi undersøger, hvordan følelse, natur, længsel og frihed blev centrale temaer – og hvordan romantikken stadig lever i vores måde at forstå kunst, eksistens og mennesket på.

Program

Søndag den 15. marts

- Kl. 16.00 Ankomst & indkvartering
- Kl. 19.30 Velkomst & introduktion

Mandag den 16. marts

- Kl. 10.00 Valgfag 1
- Kl. 14.30 Valgfag 2
- Kl. 19.30 Højskoleaften (HPR)

Tirsdag den 17. marts

- Kl. 10.00 Valgfag 1
- Kl. 14.30 Valgfag 2
- Kl. 19.30 Sangaften (LK)

Onsdag den 18. marts

- Kl. 10.00 Heldagsekskursion: Tissø og Trelleborg
- Kl. 19.30 "Vikingerne vidunderlige verden" (DB)

Torsdag den 19. marts

- Kl. 10.00 Heldagsekskursion: Sorø
- Kl. 19.30 Naturens helende kraft (HPR)

Fredag den 20. marts

- Kl. 10.00 Valgfag 1
- Kl. 14.30 Valgfag 2
- Kl. 19.30 Seniordans v. Anne-Mari Hartoft

Lørdag den 21. marts

- Kl. 10.00 Heldagsekskursion: Kalundborg og Røsnæs (LK)
- Kl. 19.30 Koncert: Ingemann Trio



Program

Søndag den 22. marts

- Kl. 08.30 Mokost (kl. 08.30–10.00)
Mulighed for gudstjeneste i Skt. Mikkel's Kirke
- Kl. 14.30 Fordybelseseftermiddag (LK)
- Kl. 19.30 Højskoleaften (KJP)

Mandag den 23. marts

- Kl. 10.00 Valgfag 1
- Kl. 14.30 Valgfag 2
- Kl. 19.30 "Livet er i det mindste en historie værd" v. Erik Lindsø

Tirsdag den 24. marts

- Kl. 10.00 Valgfag 1
- Kl. 14.30 Valgfag 2
- Kl. 19.30 Højskoleaften (DB)

Onsdag den 25. marts

- Kl. 10.00 Heldagsekskursion: Malergården, Grevinge kirke og Estherhøj
- Kl. 19.30 "Familien på Malergården" (HPR)

Torsdag den 26. marts

- Kl. 10.00 Heldags-byvandring i Slagelse
- Kl. 19.30 "Om H.C. Andersen" v. Johs. Nørregaard Frandsen

Fredag den 27. marts

- Kl. 10.00 Valgfag 1
- Kl. 14.30 Afrunding på valgfagene
- Kl. 18.00 Afslutningsaften

Lørdag den 28. marts

- Kl. 09.00 Morgensamling
- Kl. 09.30 Afrejse



Sorø Kunstmuseum

foto: Jenny Sundby

Praktiske oplysninger

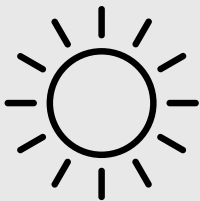


Tilmelding på vores hjemmeside
www.liselund.dk eller telefon 5852 3120
Ret til pris- og programændringer forbeholdes



Liselund Højskole

Slotsalleen 44
4200 Slagelse
Mail: booking@liselund.dk



Priser fra 6.130 til 9.300 kr. afhængig af,
hvilken indkvartering du ønsker

Dagens gang

Kl. 08.00 – 09.00	Morgenmad
Kl. 09.00 – 09.30	Morgensamling
Kl. 10.00 – 12.00	Undervisning
Kl. 12.00 – 13.00	Frokost
Kl. 14.30 – 16.30	Undervisning
Kl. 15.15	Eftermiddagskaffe
Kl. 18.00 – 19.00	2 retters menu
Kl. 19.30 – 21.30	Aftenarrangement

Heldagsekskursion er oftest i
tidsrummet 10.00 – 17.00

Der kan forekomme afvigelser.

