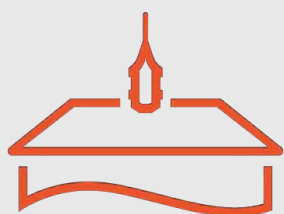




2026/K12-13

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, Kunstfotografi med naturen som motiv, Skriv om dit liv og Romantikken store tænkere. 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
- Kongskilde Naturcenter
- Kalundborg og Røsnæs med besøg på Kalundborg Museum og Vor Frue Kirke
- Malergården, Grevinge Kirke med Niels Larsen Stevns maleri og bronzealderhøjen Estherhøj med Genforeningsstenen
- Sorø Kunstmuseum og landskabsmalerier med besøg i Sorø Klosterkirke og Akademihaven

Koncert

- Under byens tage
- Ingemann Trio

Medvirkende

- Lise M. Kristiansen – naturvejleder
- 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
- David Bisbjerg (DB) – højskolelærer
- Hanne Probst Rasmussen (HPR) – højskolelærer
- Mona Schreiber Hansen (MSH) – underviser
- Rigmor Mehlsen (RM) – underviser



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 kropsaftspænding 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.

Penselstrøg og livsglæde – David Bisbjerg

Træd ind i en verden af ro og skønhed. Her får du mulighed for at udforske dine kreative sider og skabe kunstværker med penselstrøg og blæk. Når vi tager en pensel i hånden for at skabe sumi-e-kunst, er der en forbindelse til en gammel tradition. Det sorte blæk, fremstillet af sod fra fyrretræ, er en hyldest til naturen og dens cyklusser.

Uanset om du er erfaren eller uerfaren, bliver du guidet gennem teknikker og udvikling af din egen unikke stil. Kalligrafi og sumi-e er ikke kun en teknisk øvelse. Det er også en meditationsform med mulighed for at stilne sindet og tankemylderet og dermed skabe ro og balance i krop og sind, i det øjeblik pensel møder papir.

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.

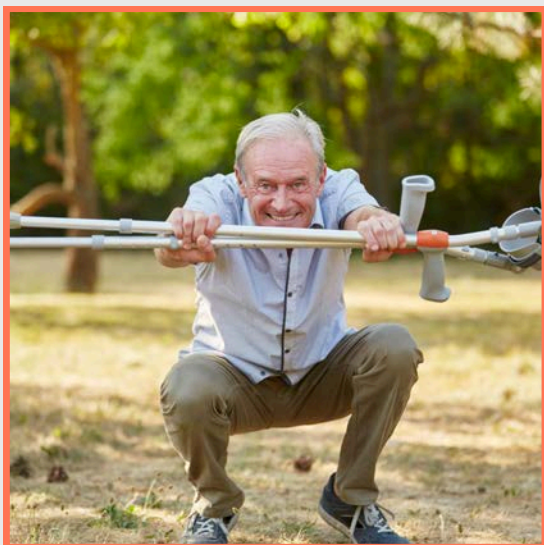
Medbring gerne din egen PC, fotografier eller billeder der har betydning for dig, en genstand der begynder med forbogstavet i dit fornavn, en lille ting der har fulgt dig i livet og andre rekvisitter, der kan gøre skrivningen let og sanselig.

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

Romantikkens 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.

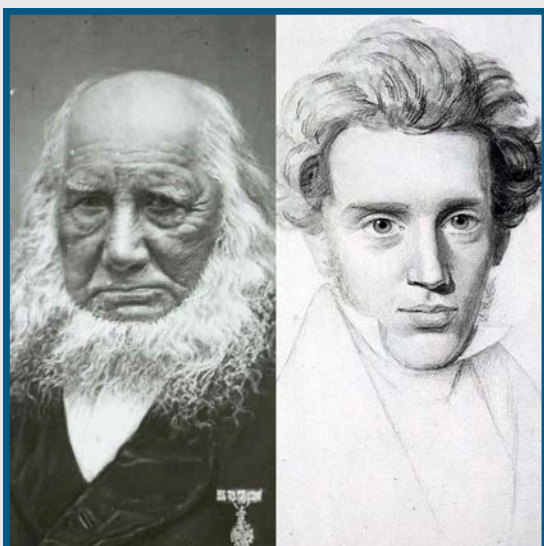
Vi undersøger, hvordan følelse, natur, længsel og frihed blev centrale temaer – og hvordan romantikken stadig lever i vores måde at forstå kunst, eksistens og mennesket på.



Bevægelse



Penselsstrøg og livsglæde



Romantikkens store tænkere



Skriv om dit liv



Program

Søndag den 15. marts

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

Mandag den 16. marts

- Kl. 10.00 Valgfag 1 (DB og HPR)
Kl. 14.30 Valgfag 2 (DB og HPR)
Kl. 19.30 Sangaften (MS)

Tirsdag den 17. marts

- Kl. 10.00 Valgfag 1 (DB og HPR)
Kl. 14.30 Valgfag 2 (DB og HPR)
Kl. 19.30 Koncert: Under byens tage

Onsdag den 18. marts

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

Torsdag den 19. marts

- Kl. 10.00 Heldagsekskursion: Kongskilde Naturcenter v. Lise M. Kristiansen
Kl. 19.30 Friaften

Fredag den 20. marts

- Kl. 10.00 Valgfag 1 (DB og HPR)
Kl. 14.30 Valgfag 2 (DB og HPR)
Kl. 19.30 Seniordans v. Anne-Mari Hartoft

Lørdag den 21. marts

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



Program

Søndag den 22. marts

- Kl. 08.30 Brunch (kl. 08.30–10.00)
Mulighed for gudstjeneste i Skt. Mikkel's Kirke (RM)
- Kl. 14.30 Friertermiddag med mulighed for besøg og rundvisning på Antvorskov
Klosterruin (RM)
- Kl. 19.30 Højskoleaften (KJP)

Mandag den 23. marts

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

Tirsdag den 24. marts

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

Onsdag den 25. marts

- Kl. 10.00 Højskoleekskursion: Malergården, Grevinge kirke og Estherhøj (MS)
- Kl. 19.30 "Om H.C. Andersen" v. Johs. Nørregaard Frandsen

Torsdag den 26. marts

- Kl. 10.00 Højskoleekskursion: Sorø (HPR)
- Kl. 19.30 Friaften

Fredag den 27. marts

- Kl. 10.00 Valgfag 1 (DB og HPR)
- Kl. 14.30 Afrunding på valgfagene (DB og HPR)
- Kl. 18.00 Afslutningsaften

Lørdag den 28. marts

- Kl. 09.00 Morgensamling
- Kl. 09.30 Afrejse



Sorø Kunstmuseum

foto: Jenny Sundby

Praktiske oplysninger

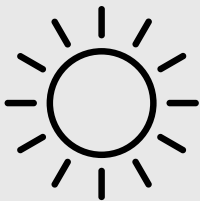


Tilmelding på vores hjemmeside
www.liselund.dk eller telefon 5852 3120
Ret til pris- og programændringer forbeholdes



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.

