

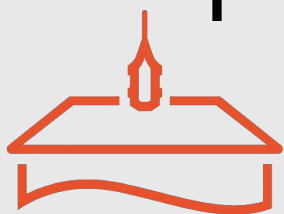


2026/K39

**Strik og stræk en grøftekant
eller**

Storebælt - vandringer og natur

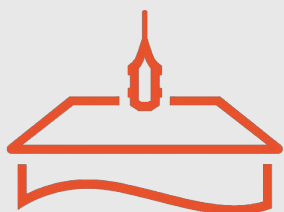
20. september - 26. september





2026/K39

Strik og stræk en grøftekant
20. september – 26. september



Strik og stræk en grøftekant

Glæd dig til en kreativ uge med strik og stræk.

Strikdesigner Stine Hoelgaard guider os igennem ugen i et varieret program af forskellige teknikker, hvor brugen af farver spiller en central rolle. Du får masser af inspiration til at strikke din helt egen blomstrende grøftekant ind i dit eget strikkeprojekt.



Stine Hoelgaard Johansen

En uge hvor kreativiteten er i højsædet, med fokus på strå, bær, blomster og blade. Vi kommer til at afprøve forskellige "blomstrende" teknikker og strikker derudover tredimensionelle blomster og blade, der sys på strikken. Ideer til kompositioner af blomster og strå finder vi blandt andet på vores udflugt til skønne Agersø, hvor vi lader os inspirere til strikkeprojekter af øens smukke natur.

Med udsigt til havet strækker vi kroppen i blide yogaøvelser og tager på opdagelse rundt på øen. Vi besøger bl.a. "Birgits gemmer" – et fint lille håndarbejdsmuseum.

Kurset kræver ingen særlige forudsætninger, hvad angår strik og yoga! Bare lysten til at arbejde med strik, design og blid og rolig yoga som en rar pauseaktivitet.

Ekskursioner

- Agersø. vi fotograferer grøftekanter til vores strikkeprojekter, strækker kroppen til havudsigt og besøger håndarbejds museet "Birgits gemmer"

Koncert

- Strikkeensemblet – musikalsk, strikbar fortælling

Medvirkende

- Stine Hoelgaard Johansen (SHJ) – strikdesigner og forfatter til bogen: Strik tern, forlaget Gyldendal, 2024
- Rigmor Mehlsen (RM) – underviser

Højskolens undervisere på dette kursus

- Kim Jacobus Paulsen (KJP) – forstander
- Hanne Probst Rasmussen (HPR) – højskolelærer, yogalærer og forfatter

Program

Søndag den 20. september

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

Mandag den 21. september

- Kl. 10.00 Strik: Introduktion til strik af blomster og blade (SHJ)
Yoga: Blide stræk for skuldre og nakke (HPR)
- Kl. 14.30 Strik: Blomster og blade (SHJ)
Yoga: Stræk en grøftekant og meditér dit strikkeprojekt (HPR)
- Kl. 19.30 Sangaften (RM og HPR)

Tirsdag den 22. september

- Kl. 10.00 Heldagsekskursion: Agersø
- Kl. 19.30 Koncert: Strikkeensemblet - musik og fortællinger udvalgt efter strikbarhed

Onsdag den 23. september

- Kl. 10.00 Strik: Udvalgelse af motiver fra Agersø. Design og opstart af egne grøftekanter.
Introduktion til 'løse' blomster (SHJ)
- Kl. 14.30 Yoga: Dans sin strik (HPR)
Strik: Formiddagens undervisning fortsat (SHJ)
Yoga: Blide stræk for skuldre og nakke (HPR)
- Kl. 19.30 Højskoleaften

Torsdag den 24. september

- Kl. 10.00 Strik: Strik på dit eget projekt. 'Løse' blomster og blade (SHJ)
- Kl. 14.30 Strik: Strik på dit eget projekt (SHJ)
Yoga: Afspænding (HPR)
- Kl. 19.30 Stemningsfuld aftenvandring (RM)

Fredag den 25. september

- Kl. 10.00 Strik: Strik på dit eget projekt, som gøres færdigt til udstillingen (SHJ)
- Kl. 14.30 Udstilling af strikkeprojekter
Yoga: Fællesskab i bevægelse (HPR)
- Kl. 18.00 Afslutningsaften (HPR, RM & KJP)

Lørdag den 26. september

- Kl. 09.00 Morgensamling
- Kl. 09.30 Afrejse



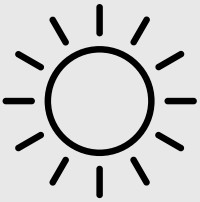
Praktiske oplysninger



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 4.530 til 6.300 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.



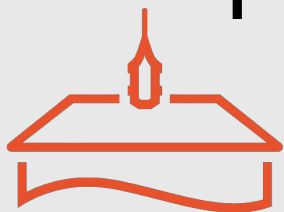


2026/K39

Storebælt

- Danmarks buetegn

20. september - 26. september



Storebælt - vandringer og natur

Hvor vi end vender og drejer os i vores smukke område omkring Liselund Højskole knejser Storebæltsbroen i al slags vind og vejr.

Glæd dig til at udforske området på kortere vandreture (8-9 km).

Glæd dig også til et højskoleophold med en enestående

mulighed for at få en faglig indføring i overfartshistorien, Storebæltsbyggeriet og livet omkring broen. Du kommer til at møde en ganske særlig fortælling om pigerne fra Sprogø og gutterne fra Livø, når tidligere museumsleder af Forsorgsmuseet i Slagelse gæster Liselund Højskole.

Ekskursionerne går bl.a. til fascinerende Agersø med sin helt egen vegetation og historie og til Korsør, hvor vi går på opdagelse under Storebæltsbroen.

Liselund Højskole byder på masser af sang, foredrag og fællesskab: "... Når verden lukkes ind, bygger vi bro fra sind til sind"



Ekskursioner

- Agersø - et lille venligt øsamfund med sin helt egen historiske fortælling
- Korsør - Isbådsmuseet og Lejodde
- Reersø

Koncert

- Strikkeensemblet - musikalsk, strikbar fortælling

Medvirkende

- Rigmor Mehlsen (RM) - underviser
- Henning Jahn - tidl. leder af Dansk Forsorghistorisk Museum
- Carsten Holm - underviser og foredragsholder
- Sund & Bælt
- Henning Christensen - underviser og foredragsholder
Sund & Bælt

Højskolens undervisere på dette kursus

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

Program

Søndag den 20. september

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

Mandag den 21. september

- Kl. 10.00 Om Storebælt - forskellige aspekter (KJP)
- Kl. 14.30 Pigerne fra Sprogø og gutterne fra Livø v. Henning Jahn
- Kl. 19.30 Sangaften (RM og HPR)

Tirsdag den 22. september

- Kl. 10.00 Heldagsekskursion med vandring på Agersø (RM)
- Kl. 19.30 Koncert Strikkeensemblet - musik og fortællinger udvalgt efter strikbarhed

Onsdag den 23. september

- Kl. 10.00 Vikingerne i Vestsjælland (DB)
- Kl. 14.30 Ekskursion med vandring i Korsør, Isbådsmuseet og Lejodde (RM)
- Kl. 19.30 Højskoleaften

Torsdag den 24. september

- Kl. 10.00 Overfartshistorien v. Carsten Holm
- Kl. 14.30 Storebæltsbroen v. Henning Christensen
- Kl. 19.30 Stemningsfuld aftenvandring (RM)

Fredag den 25. september

- Kl. 10.00 Heldagsekskursion med vandring på Reersø (RM)
- Kl. 18.00 Afslutningsaften (HPR og KJP)

Lørdag den 26. september

- Kl. 09.00 Morgensamling
- Kl. 09.30 Afrejse



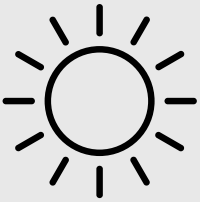
Praktiske oplysninger



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 4.530 til 6.300 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.

