Liselund
Højskole

2024

Kursuskatalog
januar - juli

LISELUND
HØJSKOLE

Velkommen til Liselund Højskole

Det er med stor glæde, at jeg kan præsentere vores kursuskatalog for 1. halvår 2024.

Tag dig tid til at bladre kataloget igennem og se, hvilke kurser, der måske kunne friste dig.
Uanset hvilket kursus du vælger, tør jeg godt garantere, at du vil få en uforglemmelig, inspirerende og livsberigende oplevelse.
Som du vil se, kommer vi vidt omkring i vores program, så der er noget for enhver smag og interesse.

På Liselund vægter vi livsglæden, det gode humør og hyggeligt samvær højt. Vi taler med hinanden om , hvordan vi får et godt seniorliv. Vi synger i kor og til fællessang. Vi holder morgensamling med sang og musik. Vi dyrker yoga. Vi danser. Vi fejrer midsommer, Allehelgen, jul og nytår. Vi tager på vandringer og ture i det vidunderlige Vestsjælland. Vi nyder at få næring til krop og sjæl. En pause i hverdagen - og en stor vitaminindsprøjtning,

Jeg og alle mine medarbejdere på Liselund Højskole ser frem til at tage imod dig.

Kim Jacobus Paulsen
Forstander

Udgave 2, 2024

Andersens nytårskor

12. januar - 14. januar

Start året med det traditionsrige Andersens nytårskor på Liselund.
Korleder Erik Andersen og pianist Lasse Skovgaard har fundet en række flerstemmige, rytmiske korstatser.

Få pladser

Vinterhøjskole

21. januar - 27. januar

Bibelen repræsenterer en kulturel og historisk arv, som vi ikke kan komme uden om. De bibelske fortællinger giver os en bevidsthed om, hvilken tradition vi er skabt af, og hvor vi har vores rødder. På dette kursus vil vi se på, hvordan Bibelen i allerhøjeste grad har været inspirationen i kunst og har dannet baggrund for moral og livsopfattelse.

Med børnebørn på Liselund

11. februar - 17. februar

At kunne tilbringe tid med sine børnebørn, er noget af det bedste i livet, og nu kan du vælge at gøre det på Liselund Højskole. I løbet af ugen skal vi designe egne brætspil og udforske sociale medier, hvor vi bl.a. får besøg af den verdenskendte Natur TikTokker Emil Poulsen. Vi rejser tilbage i tiden når vi skal besøge Sagnlandet, lave livsbøger og synge i kor.

Få styr på stemmen

18. februar - 24. februar

Dette kursus er for dig, der elsker at synge og gerne vil have lidt mere styr på det sang-tekniske. Vi skal gennem en uge med masser af sang og stemmeøvelser, blive klogere på klassiske og rytmiske sangteknikker, stemmetyper og klang og arbejde med støtte og kropsholdning.

Skriv dit liv eller Karen Blixen og kunsten

25. februar - 2. marts

Skriv dit liv

Har du et ønske om at skrive dine erindringer eller er du allerede i gang? På dette kursus får du mulighed for at skrive om begivenheder i dit liv i form af korte eller længere tekster. Vi arbejder med ideer og redskaber, der kan sætte skub i erindringer og skrive-flow. Sanserne vækker vi igennem skriveøvelser, der gøres brug af fotos, breve, rekvisitter, filmklip, musik og mindfulnessøvelser.

Hanne Probst Rasmussen

Jørgen Stormgaard

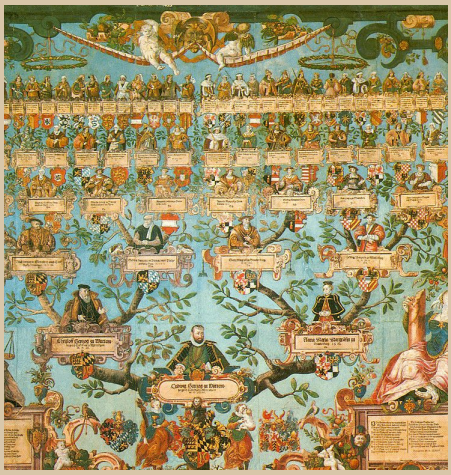
Karen Blixen og kunsten

På dette kursus beskæftiger vi os med Karen Blixen som kunstner og med den rolle, kunsten indtager i hendes fortællinger. Vi skal forholde os til forskellige kunstformer som litteratur, malerkunst, musik, ballet og skuespil. Skuespilleren Joen Bille læser "Storme" højt, og kunsthistorikeren Bente Scavenius fortæller om Karen Blixen og malerkunsten.
Endelig beretter den tidligere solodanserinde Vivi Flindt om Blixen-balletten Lucifers Datter (1992).

Slægtsforskning

3. marts - 9. marts

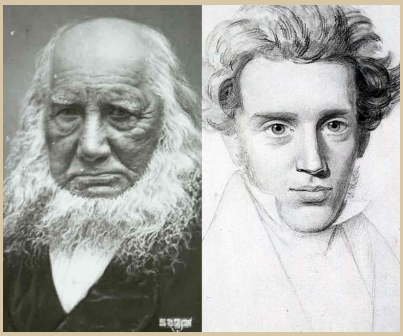
Slægtsforskning giver dig en enestående mulighed for at komme tættere på dine forfædre og din familiehistorie. Slægtsforskning giver dig også indblik i den tid, dine forfædre levede i.
Dette kursus er både for dig der er nybegynder og dig, der er længere i din forskning. Undervisningen er praktisk orienteret og tilpasset præcis hvor du er, og hvor du gerne vil hen.
Slægtsforskning på Liselund giver dig en unik mulighed for at klarlægge dine aner og finde ud af, hvem der gemmer sig bag navne og årstal.



Kierkegaard og Grundtvig eller Senioryoga

10. marts - 16. marts

Kierkegaard og Grundtvig
Grundtvig var optaget af kirken og det folkelige. Kierkegaard var optaget af den enkelte og eksistensen. På denne linje vil vi forsøge at trænge ind i de åndelige fyrtårnes tankegang og liv. Vi vil spørge til deres betydning for nutiden og os selv. Kurset er for enhver, der er interesseret i at blive lidt klogere på Kierkegaard og Grundtvig.



Senioryoga
Senioryoga på Liselund Højskole er særligt tilrettelagt til seniorer med fokus på styrkelse af hele kroppen igennem blid og mindful yoga. Vi arbejder med balance, smidighed, åndedrætsøvelser og meditation. I løbet af kurset vil vi i teori og praksis beskæftige os med begrebet Self-Compassion, der handler om mulige veje til egenomsorg for krop og sind. Senioryoga henvender sig både til nybegyndere og øvede.

Verdenskrigene eller Kom i gang med sang

2. april - 6. april

Verdenskrigene
1. og 2. verdenskrig har den dag i dag til stadighed enorm betydning for vores verden. Krigene har trukket lange spor efter sig, og dette kursus vil prøve at skabe en generel forståelse af de to krige. Vi ser på deres sammenhænge og på ukendte aspekter af dem.

Lene Kristiansen

Kom i gang med sang
Har du mon fået at vide, at du burde synge lidt lavere, at du synger falsk eller er du bare aldrig rigtigt kommet i gang med at synge?
Har du brug for at føle dig tryggere ved at synge, når der er andre til stede? Eller vil du bare gerne forstå noget mere om, hvordan stemmen fungerer?
Så er dette kursus som skræddersyet til dig! På Liselund Højskole er der plads til alle slags stemmer.

Skolekreds
Liselunds Højskoles Skolekreds er højskolens helt grundlæggende og nødvendige demokratiske fundament og bagland.

Skolekredsens medlemmer deltager som stemmeberettigede i højskolens generalforsamlinger, hvor de bl.a. vælger et flertal af skolens bestyrelsesmedlemmer blandt skolekredsens medlemmer.
For 100 kr. pr. person kan man blive medlem af skolekredsen. 300 kr. for foreninger og institutioner.

Når maden er noget særligt
Køkkenholdet på Liselund har en passion for spændende og velsmagende mad fremstillet af gode, friske råvarer – flere fra egen have. For god mad handler om liv og fejring af livet. Om at dele vores madoplevelser med hinanden, både i tilblivelsen og ved spisebordet, så selv en grå tirsdag kan beriges med samtaler og nye smagsoplevelser.
Maden på Liselund er alt fra en almindelig frikadelle til en spændende eksotisk ret. Vigtigst er den gode smag, og at det er lavet fra bunden af gode råvarer. Vi kalder det et ærligt køkken, fordi der ikke snydes på vægten og fordi vi vil være kendt for, at på Liselund spiser man godt.

Det med småt
- Der er et deltagergebyr på alle kurser på 500 kr., som betales senest 8 dage efter tilmelding. Deltagergebyret følger kurset og mistes ved afbud.
- Der er et tillæg på enkeltværelse på 600 kr. pr. kursusuge.
- Der ligger en sengelinnedspakke på værelset ved ankomsten.
- Værelser med eget bad og toilet ligger i stueplan og 1. sal.
- Værelser med bad og toilet på gangen, ligger på 1. sal.
- På højskolen kan man betale med mobilepay, dankort, mastercard og kontanter
- Der kan være en ekstra materialeudgift på nogle kurser
- Køkkenet tilbyder specialkost til jer med normalt forekommende diæter såsom diabetes, laktoseintolerence, cøliaki samt vegetarer. Det er vigtigt, at du oplyser dette i forbindelse med tilmeldingen, så køkkenet er forberedt af hensyn til indkøb og madlavning.

Vi vil gerne have kontakt til vores kursister
Alle, der interesserer sig for Liselund Højskole opfordres til at tilmelde sig vores nyhedsbreve og blive medlem af vores facebookgruppe. Du tilmelder dig nyhedsbrevet på hjemmesiden www.liselund.dk, hvor du også finder linket til vores Facebookside.

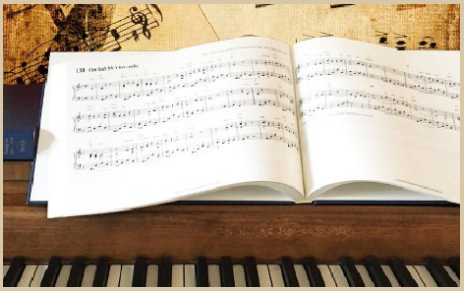
Strik og stræk

21. april - 27. april

Vi tager rejsen fra tanke til trøje. Uanset hvilket niveau du befinder dig på, kan du på dette strikkekursus hente ideer og ny faglig viden. Med udgangspunkt i den traditionelle tofarvede norske genser gennemgås de teknikker, der bliver brugt, for at du kan skabe din helt egen trøje.

Klædt på til klassisk

28. april - 4. maj



Hvordan skelner man mellem opera, operette og oratorium? Er det finere at kunne lide Wagner end Verdi? Og hvad er egentlig en lied?
I år med fokus på vokalmusikken! Vi hører en perlerække af klassiske værker sammen og fordyber os i det klassiske musikunivers via koncerter, spændende foredrag og musikquiz.

Rockens store poeter eller Sønderjylland

5. maj - 11. maj

Rockens store poeter
Rockens store poeter har beriget vores liv gennem årtier. Hvad enten vi har at gøre med Bob Dylan, Patti Smith eller vores egen skarpe Niels Skousen, er det vigtigt at kende sin kulturs rødder og grunde over, hvad musikken og sangene har betydet for os. Det forsyner os sidenhen med en viden om, hvad vi er rundet af.

Sønderjylland - på kanten af Danmark
På kanten af Danmark ligger landsdelen Sønderjylland med sin helt egen unikke historie, kultur og traditioner.
Du vil få rig mulighed for at sanse og opleve alt det særlige sønderjyske lige fra det historiske, det kulturelle til det sproglige.

Fotografi eller Øhop

21. maj - 25. maj

Fotografi

På dette kursus skal vi nørde fotografiens kunst og tage en helt masse billeder. Undervisningen varierer mellem oplæg, foredrag, praktiske øvelser og udflugt. Om du bruger din mobils kamera, hybrid eller det nyeste spejl-reflekskamera, gør ingen forskel – alle kan være med.

Øhop

Pak rygsækken og tag med på vandringer ud i det smukke Sydvestsjællandske landskab.
Vi øhopper mellem områdets mindre og større perler af øer. Vi oplever en enestående smuk natur, et varieret terræn, ro, natur og kultur-seværdigheder. Vi går i et tempo, hvor alle kan være med. Undervejs holder vi pauser, nyder foråret i naturen og møder lokale ildsjæle i deres kulturliv.

Så syng da, Danmark!

6. juni - 8. juni

Kom til en uge med fuld drøn på fællessangen, når vi åbner dørene op for en festlig uge på Liselund Højskole med Højskolesangbogen i centrum. Vi får besøg af en række komponister til nogle af de mest skattede melodier i højskolesangbogen og vi hører spændende foredrag om, bl.a. hvorfor det er sundt at synge.

Vestsjælland på kryds og tværs

9. juni - 15. juni

Vestsjælland favner et stort område med mange historier. Området har haft enorm betydning for Danmarks historie. Det rummer landskaber fra den første istid til den danske industrielle revolution. I denne uge skal vi bl.a. høre om vikinger og besøge vikingeborgen Trelleborg, der er på UNESCO verdens-arvslisten.

Midsommer på Liselund

18. juni - 24. juni

Kom med til en uge i de lyse nætters og midsommerens tegn. Der bliver stof til både eftertanke og samtale og vi hører foredrag om Aksel Sandemose og om Skt. Hans i et historisk perspektiv. Sankthansaften fejres i vores smukke park med maratonsang, bål og båltale

Seniordans

24. juni - 30. juni

Seniordans er ensbetydende med smil, glæde, god musik og hyggeligt samvær. Her er plads til alle såvel nybegyndere som garvede dansere. Kom alene eller sammen med din partner og lad vores dygtige instruktører spænde danseskoene for og føre os med sikker hånd igennem diverse danse.

Vidunderlige Midt- og Vestsjælland

30. juni - 6. juli

Tilbring en uge i en af Danmarks smukkeste landsdele. I denne uge kommer vi rundt i det vidunderlige Midt- og Vestsjælland. Vi skal bl.a. besøge Sorø, Tersløsegaard, Kalundborg Museum, og videre til det storslåede Røsnæs. Her skal vi også besøge Danmarks største vingård Dyrehøj Vingaard.

Sommerkor på Liselund

7. juli - 13. juli

Igen i år inviterer vi til en forrygende koruge på Liselund Højskole under dirigent Ole Jørgensens kyndige korledelse. Ole Jørgensen udarbejder noderne eksklusivt til kurset, med et skønsomt udvalg af såvel rytmiske som klassiske sange. I ugens løb får vi også glæde af sanger Hanne Struck-Schønings sanginstruktion.

Vestsjællands natur og historie

14. juli - 20. juli

Det skønne ved Vestsjælland er hvordan naturen, kulturen og historien spiller sammen i en symfoni af oplevelser.
Gennem ekskursioner rundt i den skønne Vestsjællandske landsdel, undersøger vi hvordan naturen, historien og kulturen hænger sammen og krydrer det hele med spændende foredrag.

Kys det nu, det satans liv

21. juli - 27. juli

"Kys det, grib det, fang det, før det er forbi" synger Steffen Brandt fra TV2. Hvad venter vi egentlig på her i livet, og hvad drømmer vi om? Livet er et overrumplende mirakel og et forpligtende privilegium, der rummer de største modsætninger. For hvad er et godt og meningsfuldt liv og hvordan overkommer vi det egentlig, når sorgen og ulykken rammer os? Vi undersøger spørgsmålet om, hvordan vi formår at ændre mismod til livsmod.

Vestsjællands litteratur og kultur

28. juli - 3. august

Kom med ud i det Vestsjællandske kulturliv og oplev kunsten. På dette kursus får du mulighed for at se to af områdets store kunstattraktioner, når vi byder på udflugt og omvisning på Sorø Kunstmuseum og Holmegård Værk. Glæd dig til en uge fyldt med kunst og litteratur, hvor du samtidig får et unikt indblik i Liselund Højskoles kunstneriske- og kulturhistoriske gemmer. Derudover byder ugen også på småture til lokale kunstskatte, som Klosterruinen i Slagelse og Slagelse Kunst Galleri.

Praktiske oplysninger

Tilmelding
Du kan tilmelde dig på vores hjemmeside www.liselund.dk eller på telefon 5852 3120.

Åben højskole
Alle vores åbne foredrag og arrangementer, findes på hjemmesiden. De opdateres løbende. Vær opmærksom på, at nogle arrangementer kræver tilmelding.

Programmer
Kursusprogrammerne findes på hjemmesiden og kan også rekvireres på mail booking@liselund.dk eller telefon 5852 3120.

Priser
Priserne pr. uge er fra 4.200 til 6.200 kr. pr. person afhængig af kursus og værelsestype.

Ret til pris- og programændringer forbeholdes.

Liselund Højskole
Slotsalleen 44
4200 Slagelse
Tlf.nr.: 5852 3120
Mail: booking@liselund.dk
Web: www.liselund.dk

Liselund
Højskole

Vi ses på Liselund Højskole