



Hold 20 fra 10/9 til 23/9 2017

Trækfugle * Otte årtier * Motion og velvære * Strik

<u>SØNDAG</u>	<u>10/9</u>	<u>Sted</u>
14:30 – 16:30	Ankomst og modtagelse ved Jannie Lehmann, Christian Schou og Thomas Bjerre	KH
15:00 – 16:30	<i>Eftermiddagskaffe/te</i>	
16:30 – 17:15	Orientering om højskolen og undervisningen ved Jannie Lehmann, Christian Schou og Thomas Bjerre	KH
17:30 – 18:00	Biblioteket er åbnet – Thomas Bjerre	
18:00 – 19:00	<i>Aftensmad</i>	SS
19:30	Så syng da, Danmark – lad hjertet tale Vi synger fra Højskolesangbogen med Thomas Bjerre ved klaveret	KH

*Aftenkaffe og kage er alle dage stillet frem
fra kl. 20:00 i spisesalen*

Nattevagt: Thomas Bjerre

<u>MANDAG</u>	<u>11/9</u>	<u>Sted</u>
07:30 – 08:00	Morgenmotion med Jannie Lehmann	KH
08:15 – 09:15	<i>Morgenmad</i>	SS
09:15 – 10:15	Morgensamling / Christian Schou, Jannie Lehmann, Jan Borre + alle	KH
10:30 – 12:15	Undervisning: <ul style="list-style-type: none"> • Trækfugle – Simon Vikstrøm • Otte årtier – Kåre Lind • Motion og velvære – Marianne Ek • Strik – Susan Monique 	BL GS KH VÆ
12:30 – 13:30	<i>Middagsmad</i>	SS
14:15 – 15:00	Præsentation af værkstedet: Gitte Kjær Hansen: Pileflet, nålefilt og cykelslange Leif Thomsen: Sølvsmykker, trædrejning og stenslibning Susan Monique: Strik	KH
15:00 – 15:30	<i>Kaffe</i>	SS
15:30 – 17:15	Værkstedet er åbnet	VÆ
	Krop og bevægelse Foredrag af fysioterapeut Sabine M.M. Andersen	KH
17:30 – 18:00	Biblioteket er åbent – Tom Ahlqvist	
18:00 – 19:00	<i>Aftensmad – denne dag kaldet "Folkekøkken"</i>	SS
19:00	Kunsten at elske hinanden hele livet Foredrag med sexolog Joan Ørting	KH

Nattevagt: Tom Ahlqvist

<u>TIRSDAG</u>	<u>12/9</u>	<u>Sted</u>
07:30 – 08:00	Morgenmotion med Jannie Lehmann	KH
08:15 – 09:15	<i>Morgenmad</i>	
09:15 – 10:15	Morgensamling / Kåre Lind og Jan Borre	KH
10:30 – 12:15	Undervisning: <ul style="list-style-type: none"> • Trækfugle – Simon Vikstrøm • Otte årtier – Kåre Lind • Motion og velvære – Marianne Ek • Strik – Susan Monique 	BL GS KH VÆ
12:30 – 13:30	<i>Middagsmad</i>	SS
13:30 – 14:00	Kiosken er åben	
14:15 – 15:00	Værkstedet er åbent ved Gitte Kjær Hansen, Leif Thomsen og Susan Monique	VÆ
	Fløjter fra hele verden. Musikalsk foredrag med Kåre Lind	KH
	Åbent it-værksted med Jan Borre	It
15:00 – 15:30	<i>Kaffe</i>	
15:00 – 17:15	<i>Besøg af Ældre Sagen, Nyk. F, som deltager i eftermiddagens program</i>	
15:30 – 17:15	Værkstedet er åbent	VÆ
	John – sanger af folket	KH
	Musikalsk foredrag om John Mogensen med Peter Søvad og Jan Borre	
18:00 – 19:00	<i>Aftensmad</i>	SS
19:30	Fra hamsterhjul til Turtle Time	KH
	Foredrag af Mette Fuglsang og Morten Grau.	
	Nattevagt: Peter Søvad	

<u>ONSDAG</u>	<u>13/9</u>	<u>Sted</u>
07:30 – 08:00	Morgenmotion med Jannie Lehmann	KH
08:15 – 09:15	<i>Morgenmad</i>	SS
09:15 – 10:15	Morgensamling / Simon Vikstrøm og Peter Søvad	KH
10:30 – 12:15	Fat staven! Bøj og stræk! Foredrag af kaptajn Jespersens barnebarn, Margrethe Neergaard om stavgymnastikken som forløberen for den moderne gymnastik-pædagogik	KH
12:30 – 13:30	<i>Frokostbuffet</i>	SS
14:15 – 15:00	Stavgymnastik i parken ved Margrethe Neergaard	
15:00 – 15:30	<i>Kaffe</i>	SS
15:30 – 16:30	Feltforedrag på Falsterdiget Med Simon Vikstrøm	KH
16:45	Duge, lys og servietter lægges frem i spisesalen til festmiddagen. Alle er med til at dække og pynte sit eget bord.	SS
18:00	Velkomstdrink i Koncerthusets foyer og gruppefotografering	KH
18:30 – 22:00	Festmiddag / Simon Vikstrøm og Peter Søvad	SS



Nattevagt: Simon Vikstrøm

<u>TORSDAG</u>	<u>14/9</u>	<u>Sted</u>
08:15 – 09:15	<i>Morgenmad</i>	SS
09:15 – 10:15	Morgensamling / Simon Vikstrøm og Jan Borre	KH
10:30 – 12:15	Undervisning: <ul style="list-style-type: none"> • Trækfugle – Simon Vikstrøm • Otte årtier – Kåre Lind • Motion og velvære – Susanne Ross • Strik – Susan Monique 	BL GS KH VÆ
12:30 – 13:30	<i>Middagsmad</i>	SS
13:30 – 14:00	Kiosken er åben	
14:15 – 15:00	Værkstedet er åbent ved Gitte Kjær Hansen, Leif Thomsen og Susan Monique	VÆ
	Kunstomvisning på højskolen med Kåre Lind	
15:00 – 15:30	<i>Kaffe</i>	
15:30 – 17:15	Værkstedet er åbent	VÆ
	De største violinvirtuoser Musikalsk foredrag ved Simon Vikstrøm	KH
17:30 – 18:00	Biblioteket er åbent / Gitte K. Hansen	
18:00 – 19:00	<i>Aftensmad</i>	SS
19:30	TOVE! En musikalsk forestilling om Tove Ditlevsen med Jan Borre, Peter Søvad og Gitte Tinggaard	KH

Nattevagt: Jan Borre

<u>FREDAG</u>	<u>15/9</u>	<u>Sted</u>
07:30 – 08:00	Morgenmotion med Jannie Lehmann	KH
08:15 – 09:15	<i>Morgenmad</i>	SS
09:15 – 10:15	Morgensamling / Peter Søvad og Jan Borre	KH
10:30 – 12:15	Undervisning: <ul style="list-style-type: none"> • Trækfugle – Simon Vikstrøm • Otte årtier – Kåre Lind • Motion og velvære – Susanne Ross • Strik – Susan Monique 	BL GS KH VÆ
12:30 – 13:30	<i>Middagsmad</i>	SS
14:15 – 15:00	Værkstedet er åbent ved Gitte Kjær Hansen, Leif Thomsen og Susan Monique	VÆ
	Fitness og leg i udendørs gymnastikredskaber ved stranden med Leif Pedersen som instruktør.	
15:00 – 15:30	<i>Kaffe</i>	SS
15:30 – 17:15:	Værkstedet er åbent	
	Erindringseftermiddag Foredrag af Kåre Lind om erindringer i litteratur og film – med inddragelse af deltagerne egne erindringer.	KH
18:00 – 19:00	<i>Aftensmad</i>	
19:30	Koncert med Duo 'Aria Kåre Lind på fløjte og Dean Delguisto på accordion	KH

Nattevagt: Kåre Lind

LØRDAG

16/9

Sted

08:15 – 09:15

Morgenmad

SS

09:30

**Udflugt til Møn
med frokost
på restaurant
Kaj Kok**

Turguider:
Jan Borre og
Kåre Lind



18:00

Aftensmad

SS

19:30

Film: Titlen afsløres på dagen

KH

Nattevagt: Jan Borre

SØNDAG**17/9****Sted**

08:15 – 09:15

Morgenmad

SS

Formiddag

Fri



12:30 – 13:00

Middagsmad

SS

15:30 – 17:15

Verdensberømt heder fra Lolland-Falster

Foredrag af Arne Olsen om de folk med rødder på Lolland-Falster har sat sig spor i verdenshistorien som bl.a. opfinderen af to-takts motoren

KH

18:00

Aftensmad

SS

19:30

Quiz-aften.

Quiz-leder er Pernille Fenger

KH

Nattevagt: Pernille Fenger

<u>MANDAG</u>	<u>18/9</u>	<u>Sted</u>
07:30 – 08:00	Morgenmotion med Jannie Lehmann	KH
08:15 – 09:15	<i>Morgenmad</i>	SS
09:15 – 10:15	Morgensamling / Pernille Fenger og Simon Vikstrøm	KH
10:30 – 12:15	Undervisning: <ul style="list-style-type: none"> • Trækfugle – Simon Vikstrøm • Otte årtier – Kåre Lind • Motion og velvære – Marianne Ek • Strik – Susan Monique 	BL GS KH VÆ
12:30 – 13:30	<i>Middagsmad</i>	SS
13:30:	Kun for strikkeholdet: Bustur til Stiftsmuseet I Maribo	
14:15 – 15:00	Værkstedet er åbent ved Gitte K. Hansen og Leif Thomsen	VÆ
	Så er der kaffe – men altså først om 45 minutter... Foredrag af Simon Vikstrøm om kaffens historie etc.	
15:00 – 15:30	<i>Kaffe</i>	SS
15:30 – 17:15	Værkstedet er åbent	VÆ
	Mozart – den musikalske grinebider Foredrag af Peter Søvad om Mozart, hans tid og musik	KH
17:30 – 18:00	Biblioteket er åbent / Kåre Lind	
18:30 – 19:30	<i>Aftensmad</i>	SS
19:30	Livet på herregårdene på Lolland Falster i gamle dage Foredrag af Kåre Lind	

Nattevagt: Kåre Lind

<u>TIRSDAG</u>	<u>19/9</u>	<u>Sted</u>
07:30 – 08:00	Morgenmotion med Jannie Lehmann	KH
08:15 – 09:15	<i>Morgenmad</i>	SS
09:15 – 10:15	Morgensamling / Kåre Lind og Jan Borre	KH
10:30 – 12:15	Undervisning: <ul style="list-style-type: none"> • Trækfugle – Simon Vikstrøm • Otte årtier – Kåre Lind • Motion og velvære – Marianne Ek • Strik – Susan Monique 	BL GS KH VÆ
12:30 – 13:30	<i>Middagsmad</i>	SS
13:30 – 14:00	Kiosken er åben	
14:15 – 15:00	Værkstedet er åbent ved Gitte Kjær Hansen, Leif Thomsen og Susan Monique	VÆ
	12-kamp i parken Instruktør: Leif Pedersen	KH
	Åbent it-værksted med Jan Borre	It
15:00 – 15:30	<i>Kaffe</i>	SS
15:30 – 17:15	Værkstedet er åbent	VÆ
	Det hvide guld! Foredrag af Jan Borre om Sydhavsøernes sukkereventyr	KH
18:00 – 19:00	<i>Aftensmad</i>	SS
19:30	Trump, Putin og den postfaktuelle virkelighed. Foredrag af tidl. MF'er, Hanne Severinsen. Arr. i samarbejde Sydfalster Folkeuniversitet Nattevagt: Gitte K. Hansen	KH

ONSDAG**20/9****Sted**

07:30 – 08:00 Morgenmotion med Jannie Lehmann KH

08:15 – 09:15 *Morgenmad* SS

09:15 – 10:15 **Morgensamling** / Christian Schou og Jan Borre KH

10:30 – 12:15 **Nem mad til en person** KH
Foredrag af køkkenchef Jesper-Emil Huxi-Poulsen

12:30 – 13:30 *Frokostbuffet*

13:30 – 17:00 **Udflugt til
Fuglsang
kunstmuseum
og Nysted på
Lolland**

Guider: Simon
Vikstrøm og
Jan Borre



18:00 – 19:00 *Aftensmad* SS

19:30 **Svampetid!** KH
Foredrag om spiselige og ikke-spiselige svampe af Simon
Vikstrøm

Nattevagt: Simon Vikstrøm

<u>TORSDAG</u>	<u>21/9</u>	<u>Sted</u>
07:30 – 08:00	Morgenmotion med Jannie Lehmann	KH
08:15 – 09:15	<i>Morgenmad</i>	SS
09:15 – 10:15	Morgensamling med Jan Borre	KH
10:30 – 12:15	Undervisning: <ul style="list-style-type: none"> • Trækfugle – Simon Vikstrøm • Otte årtier – Kåre Lind • Motion og velvære – Marianne Ek • Strik – Susan Monique 	BL GS KH VÆ
12:30 – 13:30	<i>Middagsmad</i>	SS
13:30 – 14:00	Kiosken er åben	
14:15 – 15:00	Værkstedet er åbent ved Gitte Hansen, Leif Thomsen og Susan Monique	VÆ
	Blev fortrolig med Ipad'en på tre kvarter Foredrag af Jan Borre	
15:00 – 15:30	<i>Kaffe</i>	SS
15:30 – 17:15	Værkstedet er åbent	VÆ KH
	Eske Villerslev – fra storvildtjæger til professor Foredrag af Simon Vikstrøm	
17:30 – 17:45	Biblioteket er åbent / Simon Vikstrøm	
18:00 – 19:00	<i>Aftensmad</i>	SS
19:30 – 21:00	Borres bagkatalog Syng-med arrangement med sange fra Jan Borres store bagkatalog	KH

Nattevagt: Jan Borre

<u>FREDAG</u>	<u>22/9</u>	<u>Sted</u>
07:30 – 08:00	Morgenmotion med Jannie Lehmann	KH
08:15 – 09:15	<i>Morgenmad</i>	SS
09:15 – 10:15	Morgensamling / Christian Schou og Jan Borre	KH
10:30 – 12:15	Undervisning: <ul style="list-style-type: none"> • Trækfugle – Simon Vikstrøm • Otte årtier – Kåre Lind • Motion og velvære – Susanne Ross • Strik – Susan Monique 	BL GS KH VÆ
12:30 – 13:30	<i>Middagsmad</i>	SS
14:15 – 15:00	Værkstedet er åbent ved Gitte Kjær Hansen og Leif Thomsen	SS KH
15:00 – 15:30	<i>Kaffe</i>	
15:30 – 17:15:	Værkstedet er åbent	VÆ
	Højskole-bingo Talopråber: Christian Schou	SS
17:15 – 17:45	Udstilling af holdets arbejder på værkstederne	VÆ
18:00 – 19:00	<i>Aftensmad</i>	SS
19:30	Afslutningshygge med fællessang og kursistindslag. Ved klaveret er Thomas Bjerre	KH+SS

Nattevagt: Thomas Bjerre

LØRDAG

23/9: HJEMREJSE

08:00 – 09:00 *Morgensamling og morgenmad*

09:00 Busafgang til Sjælør og Høje Tåstrup mod betaling. Bussen kan uden betaling benyttes til Nykøbing Falster station, hvor der kører tog nordpå kl. 09:59.



Åbningstider:

Kontor: kl. 13:30 – 14:30, dog kun til kl. 14:00 om fredagen.

Bibliotek: Mandag og torsdag kl. 17:30 til 18:00.

Kiosk: Tirsdag og fredag kl. 13:30 til 14:00.

Højskolens lokaler:

KH	Koncerthuset
GS	Gul sal
LS	Litteraturstuen
BL	Biologilokalet
VÆ	Værkstederne
It	It-lokalet
SS	Spisestuen

Højskolens wifi-navn: hojskolen
Kode til Højskolens wifi-net: 12345678
Højskolen låses af om aftenen kl. 22:30.



54 13 63 61

Vagttelefon efter kl. 18: 93 93 00 42

