



280223



PROGRAM

for højskolens hold 7 i 2023
17. til 22. april 2023
for KAB-beboerrepræsentanter

Højskole Classic



<u>Mandag</u>	<u>17/4</u>	<u>Sted</u>
09:30	Busafgang fra Julius Thomsens Gade 3 (det gamle Radiohus) ved Forum station	
11:30 – 12:00	Ankomst og modtagelse ved Christian Schou, Jannie Lehmann og Simon Vikstrøm	SS
12:30 – 13:30	<i>Frokost (incl. 1 valgfri drikkevare)</i>	
14:15 – 15:00	Orientering om højskolen og undervisningen ved forstanderparret, Simon Vikstrøm og Jan Borre	KH SS
15:00 – 15:30	<i>Eftermiddagskaffe</i>	
15:30 – 17:15	Hold krop og hjerne i form Oplæg og små øvelser på gulv – med Mikkel Christensen	
18:00 – 19:00	<i>Aftensmad (incl. 1 valgfri drikkevare)</i>	SS
19:30	Koncert med Vik og Vej – spillemandene Simon Vikstrøm og Thomas Vejlstrup på violin og guitar	KH



Aftenkaffe/te og lidt sødt er alle dage stillet frem i enten spisestuen eller dagligstuen fra kl. 20:00

Aftenvagt: Simon Vikstrøm

<u>TIRSDAG</u>	<u>18/4</u>	<u>Sted</u>
07:30 – 08:00	Morgenmotion med Tine Laulund	KH
08:00 – 09:00	<i>Morgenmad</i>	SS
09:00 – 09:45	Morgensamling / Mikkel Christensen og Simon Vikstrøm	KH
10:00 – 12:00	Benny Andersen – folkets digter Musikalsk foredrag med Jan Borre	KH
12:30 – 13:30	<i>Middag (incl. 1 valgfri drikkevare)</i>	SS
14:00 – 15:00	Ud og gå - vandretur med Mikkel Christensen	
15:00 – 15:30	<i>Eftermiddagskaffe</i>	SS
	FRI! Ingen planlagte aktiviteter denne eftermiddag	
18:00 – 19:00	<i>Aftensmad (incl. 1 valgfri drikkevare)</i>	SS
19:30	Så syng da, Danmark – lad hjertet tale Sangaften med Thomas Bjerre ved flyglet	KH

Aftenvagt: Thomas Bjerre

ONSDAG**19/4**

- 07:30 – 08:00 **Morgenmotion** med Tom Ahlqvist KH
- 08:00 – 09:00 *Morgenmad* SS
- 09:00 – 09:45 **Morgensamling** – Simon Vikstrøm og Thomas Bjerre KH
- 10:00 – 12:00 **Dilemma!** KH
Thomas Bjerre sætter et aktuelt emne med indbyggede dilemmaer til debat i plenum og grupper
- 12:30 – 13:30 *Frokost (incl. 1 valgfri drikkevare)* SS
- 14:00 – 15:00 **Ud og gå - vandretur** med Thomas Bjerre
- 15:00 – 15:30 *Eftermiddagskaffe* SS
- 15:30 – 16:30 **Feltforedrag på Falsterdiget** / Simon Vikstrøm
- Fra 16:15 Duge, lys og servietter lægges frem i spisesalen til festmiddagen. Alle er med til at pynte sit eget bord
- 18:00 **Velkomstdrink i Koncerthusets foyer og gruppefotografering** KH
- 18:30 – 22:00 **Festmiddag med underholdning** ved Simon Vikstrøm og Jan Borre *(incl. 1 valgfri avec til kaffen)* SS

Aftenvagter: Borre & Vikstrøm



TORSDAG**20/4****Sted**

07:30 – 08:00 **Morgenmotion** med Tom Ahlqvist KH

08:00 – 09:00 *Morgenmad* SS

09:30 – 16:00 **Udflugt til Maribo Domkirke og Christiansæde, hvor vi spiser frokost (incl. 1 valgfri drikkevare)**



Turguider: Jan Borre og Simon Vikstrøm

16:00 *Eftermiddagskaffe* SS

18:00 – 19:00 *Aftensmad (incl. 1 valgfri drikkevare)* SS

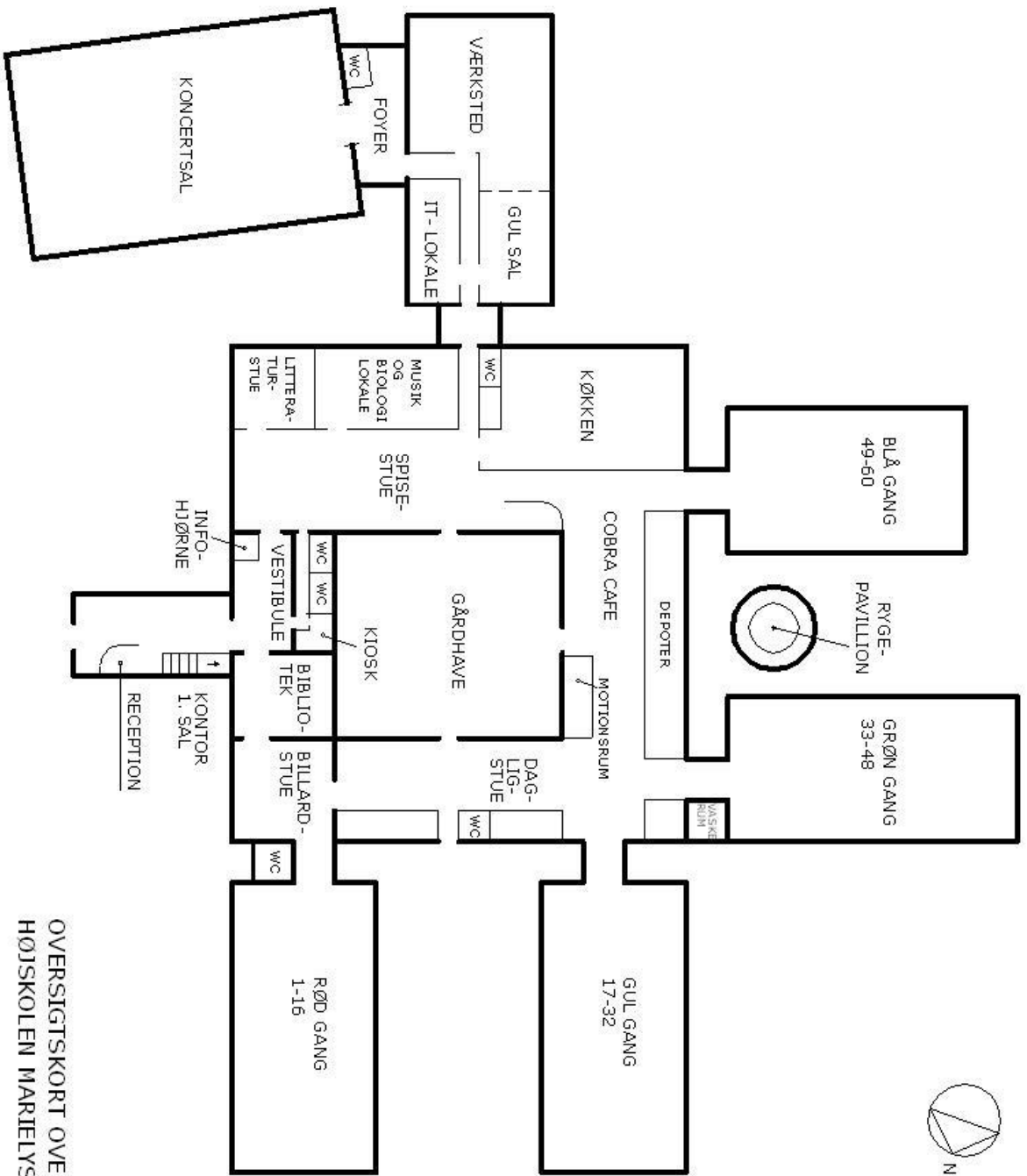
19:30 **FRI!** Ingen planlagte aktiviteter denne aften KH

Aftenvagt: Tom Ahlqvist

FREDAG**21/4****Sted**

07:30 – 08:00	Morgenmotion med Tine Laulund	KH
08:00 – 09:00	<i>Morgenmad</i>	SS
09:00 – 09:45	Morgensamling / Christian Schou og Jan Borre	KH
10:00 – 12:00	Nu kommer fuglene igen Foredrag om trækfugle med den nyeste viden om, hvor langt de flyver på en "optankning" / Simon Vikstrøm	
12:30 – 13:30	<i>Middag (incl. 1 valgfri drikkevare)</i>	SS
14:00 – 15:00	Ud og gå - vandretur med Simon Vikstrøm	
15:00 – 15:30	<i>Eftermiddagskaffe</i>	SS
15:30 – 17:15	Højskolebanko Talopråber: Thomas Bjerre	KH
18:00 – 19:00	<i>Aftensmad (incl. 1 valgfri drikkevare)</i>	SS
19:30	Sidste aften på højskole Sang og quiz med Thomas Bjerre	KH+SS

Aftenvagt: Thomas Bjerre



OVERSIGTSKORT OVER
HØJSKOLEN MARIELYST

LØRDAG

22/4

HJEMREJSE

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

09:00 Busafgang til Julius Thomsens Gade 3 (det gamle Radiohus) ved Forum Metrostation. Forventet ankomst omkring kl. 11:00.



Kontoret er åbent, når døren til første sal er åben i receptionen

Kiosk: Åben kl. 12:00 til 12:30 visse dage. Se opslag ved kiosk

Højskolens lokaler:

KH	Koncerthuset
GS	Gul sal
LS	Litteraturstuen
BML	Biologi- og musiklokalet
VÆ	Værkstedet
IT	It-lokalet
SS	Spisestuen
DS	Dagligstuen
Div.	Diverse lokaler

Højskolens wifi-navn: Hojskolen_Wi-Fi

Kode til Højskolens wifi-net: 12345678

Højskolen låses af om aftenen kl. 22:30.



54 13 63 61

Vagttelefon efter kl. 22.30: 93 93 00 42