

Forår på Marielyst



28012025

Hold 10 - 11.-17. maj 2025

Alt det dejligste, som området kan byde på - det er, hvad vi byder på på kurset her. Uanset om du er naturelsker, madøre eller bare søger en helt særlig højskoleoplevelse i godt selskab, så vil du få minder for livet på dette kursus.

Ugen er fyldt med højskolesang og bevægelse. Du vil opleve spændende foredrag, og vores køkken vil forkæle dig med nye kulinariske oplevelser med lokale råvarer. I ugens løb er indlagt både gåtur i lokalområdet, yoga og Gong.

Vi skal på to udflugter i løbet af ugen. Vi skal se et enestående kunstværk, en smuk middelalderby, til Madens Folkmøde og se på Femern-byggeriet.

Kursusleder: Thomas Bjerre

Faste tidspunkter hver dag

Kl. 7.30: Gotvedgymnastik i Koncerthuset (KH)

Kl. 8-9: Morgenbuffet i spisesalen (SS)

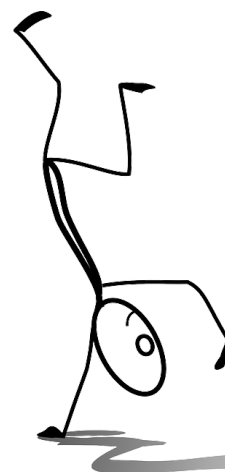
Kl. 9-9.45: Morgensamling (KH)

Kl. 12.30: Middag (SS)

Kl. 15: Kaffe og kage i spisesalen (SS)

Kl. 18: Aftensmad (SS)

Fra kl. 20: Aftenkaffe og kage i dagligstuen (DS)



Søndag d. 11. maj

14.30 - 16.30 **Ankomst og modtagelse** ved Thomas Bjerre, Jesper Bertelsen og Malene Bjerre

15.00 Kaffe i dagligstuen

16.30 - 17.30 **Orientering om højskolen og undervisningen** ved Jesper Bertelsen og Malene Bjerre i Koncerthuset

19.30 **Syng foråret ind**
Med Thomas Bjerre ved flyglet og Højskolesangbogen i hånden (KH)



Aftenvagt: Thomas Bjerre

9.00 - 9.45 **Morgensamling** med Malene Bjerre + kursets lærere



10.00 - 12.00 **Fuglelivet netop nu.** Lolland-Falster er et af de bedste steder at se fugle. Simon Vikstrøm guider til de bedste oplevelser lige nu (KH)

13.30 - 17.00 Mulighed for **besøg på Motorcykelmuseet** ved Stubbekøbing (i skolens bus og evt. privatbiler)

Eller:

14.15 - 15.00 **Aktiviteter udendørs:** Krolf, petanque - eller måske en badetur i Øresund

Eller: **Rundtur i skolens kunstsamling** ved Jesper Bertelsen

15.30 - 17.15 **Yoga på måtte** - med Lone Friis (KH)

Eller: **Åbent værksted** - med Ginalina Gendy og frivillige (Værksted)



19.30 **Koncert med Den Blå Anemone Ensemble**

Ensemblet fortolker og spiller jazz over den danske sangskat

Tirsdag d. 13. maj

9.00 - 9.45 **Morgensamling** med Simon Vikstrøm

10.00 - 17.00 **Udflugt til Lolland.** Først besøger vi Dodekalitten, et storslået og enestående kunstværk på den nordlige del af øen.

Vi spiser frokost på Søllestedgård Brasseri og slutter af i den smukke lille middelalderby Nysted, hvor vi går en tur rundt i byen i digteren Emil Aarestrups fodspor.

Casper Dalboe og Simon Vikstrøm



19.30

Meningen med livet

Som 22-årig rejste vores lærer Casper Dalboe fra Sjælland til Lolland sammen med sin kone og deres børn og slog sig ned på et selvforsyningslandbrug. Her har familien skabt et liv, der giver både mennesker, dyr og grøntsager tid til at vokse i fred og ro. Foredrag om at vælge sit eget liv (Spisesalen)

Eller: Guldborgsund Musikskoles forårskoncert

Den årligt tilbagevendende begivenhed, hvor de eleverne på Guldborgsund Musikskole holder afslutningskoncert. Gæster udefra (KH)

Aftenvagt: Casper Dalboe

9.00 - 9.45 **Morgensamling** med Thomas Bjerre

10.00 - 12.00 **Herregårdene på Lolland-Falster**

Lolland-Falster er den landsdel i Danmark, der har flest herregårde. Casper Dalboe fortæller om den betydning herregårdene har og har haft for økonomien, kulturlivet og selvforståelsen (KH)

14.15 - 15.00 **Gåtur på diget** med Jesper Bertelsen

Eller:

SMART-hjernetræning med Thomas Bjerre

16.30 **Duge, lys og servietter** lægges frem i spisesalen til festmiddagen. Alle er med til at pynte deres eget bord

18.00 **Festmiddag med underholdning** af Mikkel Thomas og Thomas Bjerre. Vi begynder med en velkomstdrink og fotografering af gruppen i Koncerthuset.



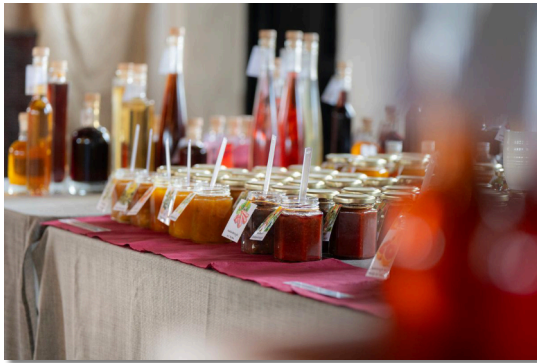
9.00 - 9.45 **Morgensamling** med Malene Bjerre

10.00 - 17.00 Udflugt: **Madens folkemøde og Femern-byggeriet**

Vi starter på **Madens folkemøde** i Nykøbing, der er en overdådig oplevelse med boder, smagsprøver og debatter om mad og madkultur.

Efter frokost i på folkemødet er der afgang videre til **Femern-byggeriet**. Vi får indtryk af Danmarkshistoriens største byggeri fra den nyindviede udsigtsplatform.

Guider: Mikkel Thomas og Thomas Bjerre



Fotos: Sophie Due, Food Organisation of Denmark

19.30

Halleluja. Musikalsk foredrag med Mikkel Thomas om Leonard Cohen, som med sin guitar og sin mørke stemme skabte musik, vi alle kender - sammen med smagsprøver på øl fra vores lokale destilleri (KH)



Fredag d. 16. maj

9.00 - 9.45 **Morgensamling** med Jesper Bertelsen



10.00 - 12.00 **Banksy - den verdensberømte kunstner, som ingen ved hvem er**

Netop i dag åbner en udstilling på Østerbro i København om kunstneren Banksy »The Mystery of Banksy - A Genius Mind«. Thomas Bjerre klæder os på (KH)

14.00 - 15.00 **Samtalesalon** om kunstig intelligens med Thomas og Jesper Bertelsen

15.30 - 17.15 **Gong** med Dorte Storm (KH)

Eller: SMART-træning med Thomas Bjerre (SS)

19.30

Vin og viser

Vores lokale vinekspert udfordrer vores smagsløg og byder på franske vine med tilhørende drikkeviser (SS)



Aftenvagt: Simon Vikstrøm

Lørdag d. 17. maj

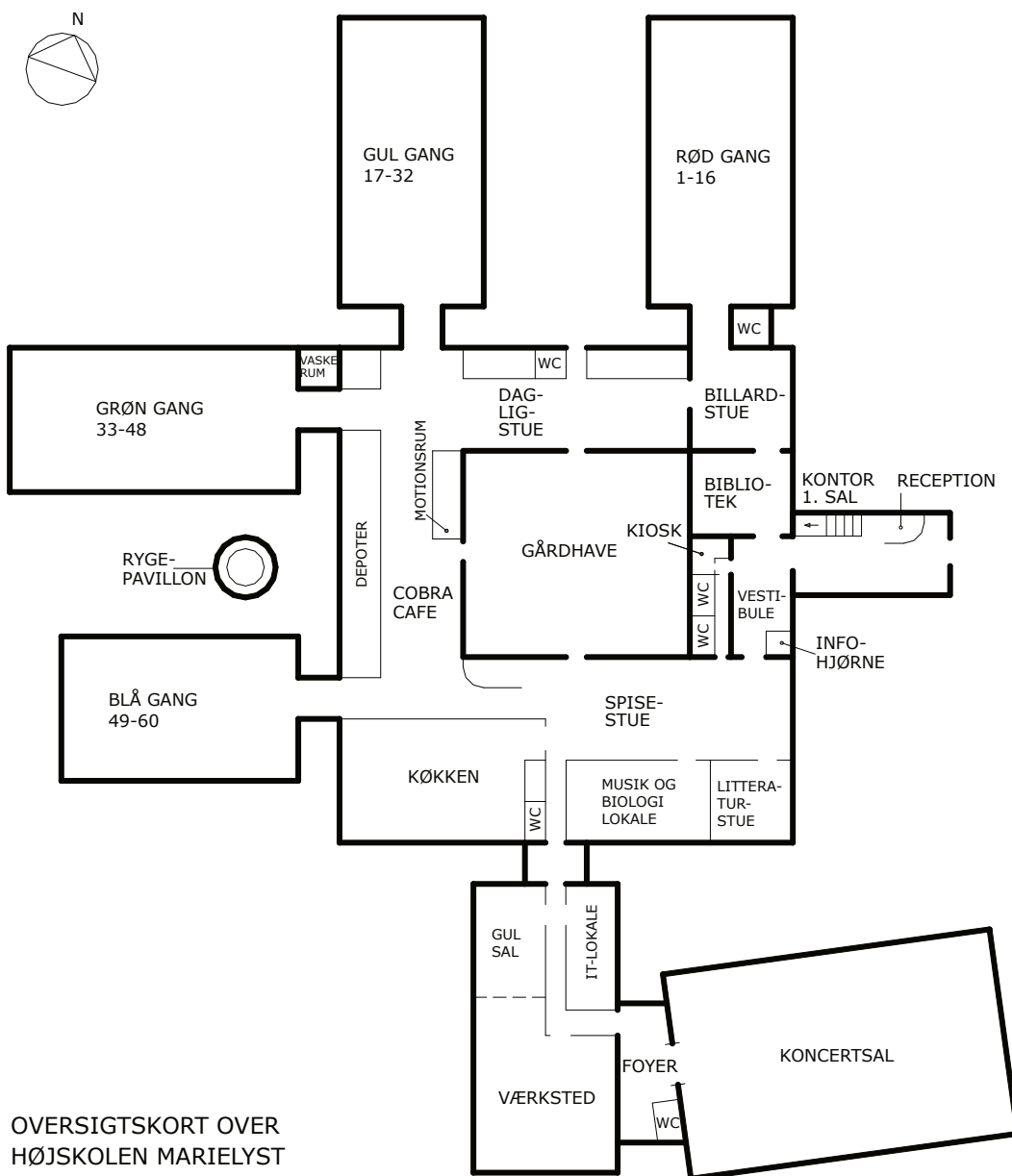
8.00 Morgenmad og **en sidste sang**. Jesper Bertelsen og Malene Bjerre

9.00 Busafgang til Sjælør, Køge Nord og Høje Tåstrup St. mod betaling. Bussen kan uden betaling benyttes til Nykøbing Falster Station.

Ankomsttider, cirka:

10.30 – Køge Nord, 11.00 – Høje Tåstrup, 11.30 – Sjælør





PRAKTISKE OPLYSNINGER

Højskolens wifi-navn er: **Hojskolen_Wi_Fi**

Kode til Højskolens wifi-net er: **12345678**

Højskolen låses af om aftenen kl. 22.30.

Nummeret til vagttelefonen er 93 93 00 42

Vagttelefonen er åben efter kl. 22.00.

Opkald til vagttelefonen er udelukkende til nødsituationer.