

Midsommer på Sydhavsøerne



Hold 15 –22. juni - 5. juli 2025

13012025

Velkommen til to sommeruger på højskolen, fyldt med sang og musik, bevægelse ude og inde, foredrag, spændende udflugter og delikat dansk sommermad.

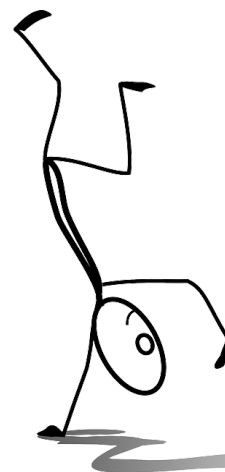
Her skal vi også fejre sankthansaften, hvor hele Marielyst samles på stranden ved vores dejlige badebro. I løbet af kurset skal vi på to udflugter til bl.a. Rødby, hvor vi skal se Femernbyggeriet og videre til Maribo, besøge domkirken og gå en tur i den pittoreske gamle by.

Vi skal også besøge Lollands smukkeste by, Nysted, hvor vi går i digteren Emil Aarestrups fodspor, og vi skal en tur forbi Fuglsang Kunstmuseum for at se den aktuelle udstilling Anden krop med danske og internationale samtidskunstnere.

Kursusleder: Simon Vikstrøm

Faste tidspunkter på hverdagene

- Kl. 7.00: Morgendukkert i Østersøen
- 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. 22. juni

- 14.30 - 16.30 **Ankomst og modtagelse** ved Simon Vikstrøm, Jesper Bertelsen og Malene Bjerre
- 15.00 - 16.30 Kaffe i dagligstuen
- 16.30 - 17.15 **Orientering om højskolen og undervisningen** ved Simon Vikstrøm, Malene Bjerre og Jesper Bertelsen
- 17.15 - 18.00 **Rundvisning på højskolen** ved Simon Vikstrøm



- 19.30 **Syng sommeren ind**
Højskolesangbogen er fyldt med sange, der fortæller om den dejlige danske sommer. Med Simon Vikstrøm (KH)

Mandag d. 23. juni

9.00 - 9.45 **Morgensamling** med Malene Bjerre + holdets lærere (KH)

10.00 - 12.00 **Ferie, ferie, ferie!**
Fra feriekolonier og camping til sommerhuse, charter og backpacking. Danskernes ferieformer har udviklet sig markant gennem årene - og hvordan ser ferierne mon ud om 20 år?
Foredrag ved Thomas Bjerre (KH)

14.15 - 15.00 **Kryb og kravl på diget** med Simon Vikstrøm



Eller: **Kahoot** - quiz på telefonen med Thomas Bjerre (KH)

15.30 - 17.15 **Kunsten på Marielyst** - introduktion til højskolens omfattende kunstsamling ved Jesper Bertelsen

19.45 **Sankthans i Marielyst**
Vi går mod stranden for at fejre sankthansaften og høre båltale sammen med resten af Marielyst på stranden ved badebroen.

Med Malene Bjerre og Jesper Bertelsen



9.00 - 9.45 **Morgensamling** med Thomas Bjerre (KH)

10.00 - 12.00 **Naturperler på Sydhavsøerne**

Simon Vikstrøm introducerer til Lolland-Falsters helt særlige natur, der er en vigtig del af den danske naturskat (KH)

14.15 - 15.00 **Vandretur** i rask tempo i lokalområdet ved Simon Vikstrøm

Eller: SMART-træning med Thomas Bjerre (KH)

15.30 - 17.15 **Åbent værksted** med vores værkstedslærer Ginalina Gendy + frivillige (værkstedet)

Eller: **Yoga på måtte** med Lone Friis (KH)



19.30 **Filosofiaften: Den menneskelige ondskab**

Er mennesket født godt eller ondt - og kan man lære begge dele? Vi tager hul på et af livets store spørgsmål med Casper Dalboe (KH)

- 9.00 - 9.45 **Morgensamling** med Simon Vikstrøm (KH)
- 10.00 - 12.00 **Sprog er magt**
Vi kan grave grøfter med sproget, og vi kan bygge broer. Derfor har vi et ansvar for, hvordan vi bruger vores sprog. Ved Malene Bjerre (KH)
- 14.15 - 15.00 **Emil Aarestrup-pause**
Emil Aarestrups poesi er kendt for sin sanselige og melankolske tone, der ofte kredser om kærlighed, skønhed og livets forgængelighed. Malene Bjerre giver nogle smagsprøver (KH)
- 15.30 - 16.30 **Fri eftermiddag** - med mulighed for fx strandtur, krolf, petanque eller kaffe i gårdhaven
- 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 Thomas Bjerre/Simon Vikstrøm. Vi begynder med en velkomstdrink og fotografering af gruppen i højskolens gårdhave (hvis vejret tillader det)



Aftenvagt: Thomas Bjerre/Simon Vikstrøm

9.00 - 9.45 **Morgensamling** med Casper Dalboe (KH)



10.00 - 12.00 **Fuglene synger også efter Skt. Hans**
Solsort, sangdrossel, nattergal og tornsanger. Der er masser af fugle, der synger også efter sankthans. Simon Vikstrøm giver et minikursus i fuglestemmer (KH)

14.15 - 15.00 **Sange ved livets overgange**
Livet falder i faser, og vores to gæsteundervisere, operasanger og musikpædagog Ulla Christensen og kordirigent Emil Ritter finder de bedste sange frem om livets overgange. Og først varmes stemmen og kroppen godt op (KH)

15.30 - 17.15 **Stemmen i livet**
Vores stemme afslører ikke bare vores køn, men også vores alder, for stemmen forandrer sig med os gennem livet. Lyt og gæt med på køn og alder. Og så skal vi synge flere sange om livets overgange - måske med flere stemmer. Med Emil Ritter og Ulla Christensen (KH)



19.30 **Koncert i højskolens park med Bobo Moreno & Claus Waidtløw Kwartet: Tribute to Tony Bennett** - i samarbejde med Jazz på Tværs. Gæster udefra

Fredag d. 27. juni

- 9.00 - 9.45 **Morgensamling** med Emil Ritter og Ulla Christensen (KH)
- 10.00 - 12.00 **Livet i og med et drengekor**
Emil Ritter fortæller om det store maskineri, der ligger bag at drive et drengekor. Og så går vi bag om sangene ved aftenens koncert og får et indblik i dem - og synger måske selv et par stykker (KH)
- 14.15 - 15.00 Vi opfører en minikoncert for os selv med de flerstemmige sange om livets overgange. Emil Ritter og Ulla Christensen (KH)
- 15.30 - 17.15 **Littera-gåtur**
Vi læser en novelle sammen og går derefter en samtale tur.
Vi mødes i Koncerthuset. Ved Malene Bjerre



- 19.30 **Koncert med Det Danske Drengekor**
Det Danske Drengekor er et klassisk drengekor med drenge i alderen 9 til 14-15 år. Koret dirigeres af Emil Ritter, og de skal bl.a. synge værket Overgange, som Emil skrev, da han var på refugieophold på skolen i 2024. Åbent for gæster udefra (KH)

9.30 - 16.00

Heldagsudflugt

I dag går turen til Lolland. Vi skal se Femernbyggeriet i Rødby og videre til Maribo, hvor vi besøger domkirken og går en tur i den pittoreske gamle by. Vi spiser frokost på Den Gamle Møllegård i Horslunde.

Derefter sætter vi kursen mod Lollands smukkeste by, Nysted, hvor vi går i digteren Emil Aarestrups fodspor. Han boede og arbejdede som læge i byen og lod sig inspirere af den idylliske natur omkring Nysted.

Guider Casper Dalboe og Thomas Bjerre



19.30

Film: **Hvor kragerne vender** (2020)
Hovedpersonen Laura er rejst til København for at leve som kunstner men kommer hjem til sin brors bryllup. Filmen kredser om de fordomme og forskelligheder, der ofte opstår mellem land og by. Introduktion ved Casper Dalboe (KH)



Søndag d. 29. juni

9.00 - 11.00

Brunch med det hele: nybagte boller og rugbrød, røræg og cocktailpølser, hjemmelavet müsli, ost og frisk frugt



11.00 - 14.00

Fri søndag

14.00 - 16.00

Dilemma - samtalesalon med Peter Søvad (spisesalen)

19.30

Det gavmilde attentat

I februar faldt filmanmelderen Per Juul Carlsen pludselig om med hjertestop under en fodboldkamp. Bagefter vågnede han op på Gentofte Hospital, forunderligt nok ikke med angst i hele kroppen, men med en følelse af noget gavmildt. Det tog ham mange måneder at finde ud af hvorfor. Hjertestoppet kom lige i halen på en fyring efter næsten 32 år i DR. Det er en fortælling om at finde sig selv ovenpå to store chok i eksistensen. Og at finde videre (KH)



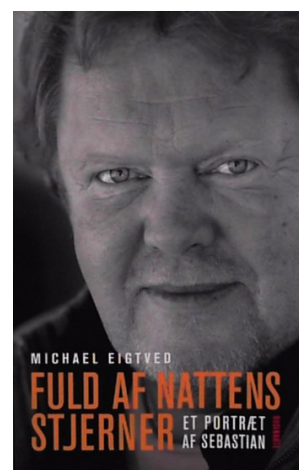
Mandag 30. juni

- 9.00 - 9.45 **Morgensamling** med Simon Vikstrøm (KH)
- 10.00 - 12.00 **Samtalesalon** om arbejde og identitet med Thomas Bjerre
»Hvad laver du?« er ofte det første, vi spørger borddamen eller bordherren om. Men hvorfor betyder vores arbejde så meget for os? Og hvad gør det ved os, når vi ikke (længere) arbejder? (KH)
- 14.15 - 15.00 **Vandretur** i rask tempo i lokalområdet ved Simon Vistrøm
Eller: **SMART-træning** med Thomas Bjerre (KH)



- 15.30 - 17.30 **Krolf eller petanque**
i højskolens park - med Peter Søvad
- Eller: **Gåtur til Gårdbutikken Marielyst** (4 km t/r), der leverer Bøtøkartofler, jordbær, gulerødder og asparges til højskolens køkken. Gårdmand Bo Nielsen viser rundt og fortæller

- 19.30 **Fuld af nattens stjerner**
- **Sebastian, sangene og scenen**
- Med afsæt i sin biografi om Sebastian fortæller Michael Eigtved historien om Sebastians vej fra singer-songwriter over superstjerne og feteret musicalkomponist og tilbage troubadur-rødderne igen. Sammen med Peter Søvad (KH)



9.00 - 9.45 **Morgensamling** med Michael Eigtved (KH)



10.00 - 12.00 **Farvel uden tak**

Vi har alle brug for at blive set. Anerkendelse og bekræftelse fra familie, venner, en arbejdsplads og kolleger giver os identitet og får os til at mærke, at vi betyder noget. Carina Randløv har lavet en film om sin far og andre, der ikke fik en ordentlig afsked med arbejdslivet - den viser hun os og inviterer til en snak bagefter (KH)

14.15 - 15.00 **Tillid, Danmarks unikke råstof**

I Danmark er vi verdensmestre i tillid - til samfundsinstitutioner og til hinanden. Hvordan kan det være - og er tilliden truet? Foredrag ved Thomas Bjerre (KH)

15.30 - 17.15 **Åbent værksted** med Ginalina + frivillige
Eller **IT-værksted** (med frivillige)

19.30 **Sommernattens dyrelyde.** Vi starter indendørs, men er vejret til det, tager vi detektoren med ud og lytter efter flagermus. Med Simon Vikstrøm (KH)



9.00 - 9.45 **Morgensamling** med Thomas Bjerre (KH)

10.00 - 12.00 **Herregårde på Lolland-Falster: Den rige sydhavsmuld**

De mange herregårde på Lolland-Falster var centrale institutioner i fortidens samfund og havde stor indflydelse på lokalsamfundet - men betyder de noget i dag? Foredrag ved Casper Dalboe (KH)

14.15 - 17.15 **Udflugt: Fuglsang Kunstmuseum**

Fuglsang er et internationalt anerkendt museum med en samling af kunst fra 1780 og frem til i dag. Museet holder til i en prisbelønnet bygning fra 2008. Vi skal bl.a. se særudstillingen 'Anden krop', der handler om forbindelsen mellem følelser og kroppe. Det er en gruppeudstilling med ni etablerede danske og internationale samtidskunstnere og værkerne behandler, udtrykker og vækker følelser. Vi drikker kaffe i parken ved Fuglsang. Guide Peter Søvad



19.30 **150 år med det hvide guld**

Sukkerets historie er en lokalhistorisk fortælling om landbrugets, industriens gennembrud og samfundets søde tand - og også i dag sætter sukkerproduktionen sit massive fingeraftryk på Lolland og Falster. Foredrag ved Thomas Bjerre (KH)

Torsdag d. 3. juli

- 9.00 - 9.45 **Morgensamling** med Peter Søvad (KH)
- 10.00 - 12.00 **Revyens historie** - hør, hvordan det hele startede, og lyt til de største hits. Med Simon Vikstrøm
- 14.15 - 15.00 **SMART-træning til hjernen** - med Thomas Bjerre (KH)
Eller: Gåtur i lokalområdet med Peter Søvad
- 16.30 - 17.30 **Åben højskolesang.** Casper Dalboe har udvalgt sangene - og hele Marielyst er inviteret med.



- 19.00 Afgang med bus for dem, der skal i revyen med Casper Dalboe
- 19.30 **Otto Mortensen: Du kender sangene, men ikke komponisten**
Hele 11 melodier i Højskolesangbogen er komponeret af Otto Mortensen, den måske mest kendte er "Kingsatt av fiender" fra 1952. Men hvem var manden egentlig med det store melodiøre?
Fællessangsforedrag med Peter Søvad (KH)

9.00 - 9.45 **Morgensamling** med Jesper Bertelsen (KH)

10.00 - 12.00 **Keldernæsmordet**

I 1949 blev hele Danmarks øjne rettet mod Lolland, da købmanden i Keldernæs, Viggo Kromann, blev skudt og dræbt af Peter Larsen. Gerningsmanden blev hurtigt arresteret og idømt livsvarigt fængsel, men i 1951 flygtede Peter Larsen fra fængslet. Efter at have gemt sig i Danmark i en periode lykkedes det ham at slippe til Tyskland, hvor han blev fanget og udleveret til Danmark igen.

Peter Søvad fortæller den dramatiske historie om Peter Larsens liv, forbrydelse og flugt (KH)

14.15 - 15.00 **SMART-træning** med Thomas Bjerre (KH)

Eller: **Gåtur på diget** med Simon Vikstrøm

15.30 - 17.15 **Sommerquiz**

Vi dyster på viden om sommerlandet på Lolland-Falster. Quiz med Thomas Bjerre i spisesalen

19.30 **4th of July**

4. juli er en stor festdag i USA, hvor amerikanerne fejrer deres uafhængighedsdag. Casper Dalboe fortæller om baggrunden og betydningen i dag - og bagefter steger vi marshmallows over bål som ægte amerikanere - og Thomas Bjerre spiller til Star Spangled Banner og Amazing Graze (SS)



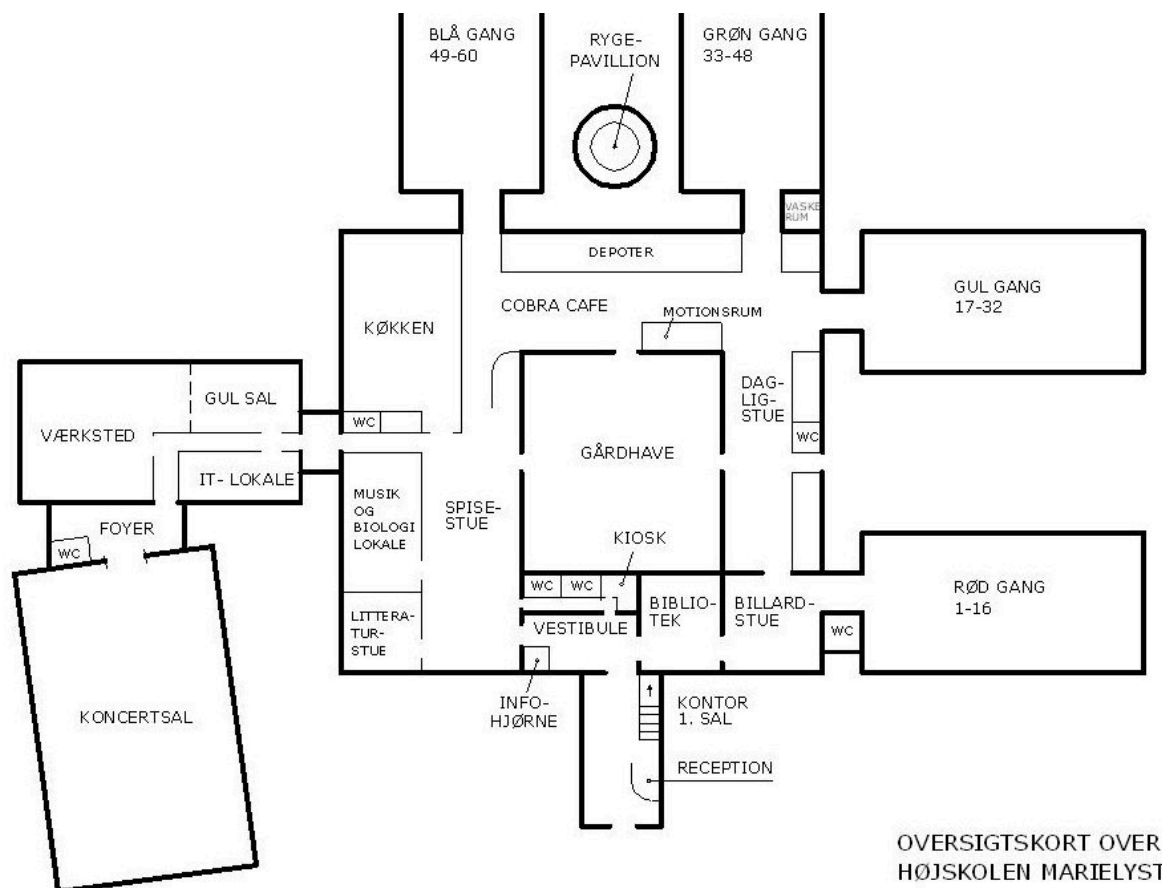
Lørdag d. 5. juli

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



Måske også et kursus for dig:

Haver på Sydhavsøerne

Hold 22 - 31. august - 13. september 2025

Uanset om du har stor have, gårdhave eller altan, så er det her kursus noget for dig. I samarbejde med lokale afdelinger i Haveselskabet har vi arrangeret to uger spækket med haveinspiration.

Vi skal på hele fire udflugter rundt på Sydhavsøerne, hvor vi skal besøge både herregårdshaver, mindre besøgshaver, vild natur og planteskoler.

Vi skal høre om havearkitektur og havehistorie, og i starten af kurset får vi besøg af konsulenter fra Haveselskabet, der sammen med os vil tegne et par bede til højskolens have. Har du lyst, kan du være med til at anlægge dem, ligesom der vil være værksteder med blomsterbinding, papirblomster og pileflet.

Kursusleder: Jesper Bertelsen



Havebogsskribent **Claus Dalby** kommer og fortæller om små haver og krukker



Danmarks grand old have-mand, **Søren Ryge**, fortæller om sine mange tv-udsendelser om mennesker, deres liv og deres haver

