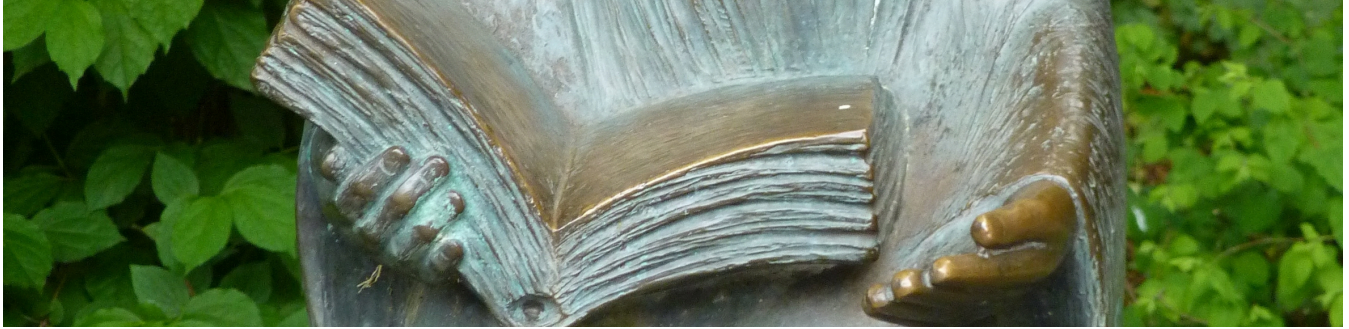


Fortællinger

07052025



HOLD 27 | 19.10.-1.11. 2025 | Kursusleder: Peter Søvad

Verden er fuld af fortællinger. Vi læser dem i bøger, og hører dem i musikken, i højskolesangene, i aviserne, i naturvidenskaben, og vi fortæller historier om os selv. Du skal vælge mellem fem kursusforløb:

Den gode historie

I en skærmtid har vi brug for gode og levende historier. Lær at fortælle dem! Hvordan strukturerer jeg en personlig historie, hvordan er den gode tale - og den sjove vits? Hvad skal med, og hvad skal ud? Og hvad gør jeg med hænderne? Vi øver os i trykke rammer og har det sjovt i morgen. Lærer: Peter Søvad (KH)

Tegn og mal en fortælling

Hvordan får du dine indre billeder ned på papiret? Vi arbejder med flere teknikker, som du får en introduktion til: tuschpen og tusch, akvarel, akryl, kul, blyant, farvekridt, blyant, tryk, collage. Lærer: Kåre Lind (Værkstedet)

Fortællinger i musikken

Programmusik er en genre inden for klassisk musik, hvor værket er komponeret med det formål at skildre en bestemt fortælling, et billede, en scene fra naturen eller en kærlighedshistorie. Lærer: Simon Vikstrøm (Musiklokalet)

Strik og lyt

Vi arbejder med jacquardstrik, en traditionel teknik, der giver mulighed for at strikke flerfarvede mønstre, hvor man kan lade forskellige farver dominere og derved få mønstret til at træde forskelligt frem. Undervejs får vi indimellem besøg af en fortæller. Lærer Jytte Pallisgaard (IT-lokalet)

Forfatterskole eXpress

På forfatterskolen arbejder vi med skriveprojekter - får og giver tilbagemeldinger på tekster og skriver om - igen og igen. Lærer H.C. Andersen (Litteraturstuen)

FASTE TIDSPUNKTER PÅ HVERDAGENE

Kl. 7.30-8.00	Gotvedgymnastik i Koncerthuset (KH)
Kl. 8.00-9.00	Morgenbuffet i spisesalen (SS)
Kl. 9.00-9.45	Morgensamling (KH)
Kl. 12.15	Middag (SS)
Kl. 15.00	Kaffe og kage i spisesalen (SS)
Kl. 18.00	Aftensmad (SS)
Fra kl. 20.00	Aftenkaffe og kage i dagligstuen (DS)



SØNDAG D. 19. OKTOBER

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

15.00-16.30 **Kaffe i dagligstuen**

16.30-17.15 **Orientering om højskolen og undervisningen**
ved Peter Søvad og Jesper Bertelsen

19.30 **Danske evergreens**
Evergreens er stedsegrønne melodier, som er blevet hængende i vores fælles hukommelse længe efter den tid, de blev skrevet i. Vi hører historierne om sangene og deres ophavsmænd/-kvinder, og i fællesskab synger vi sangene. Peter Søvad (KH)



9.00-9.45 Morgensamling med Malene Bjerre + skolens lærere

10.00-12.00 Fortæl historier: Præsentation og introduktion. "Du er på!"

Tegn og mal: Hvad fortæller billederne? Tuschpen og tusch

Fortællinger i musikken: Benjamin Britten: "A young persons guide to the orchestra"

Strik og lyt: introduktion til Jacquardstrik og leg med farverne. Dominans, Magic Loop og vrang med to farver

Forfatterskole eXpress: Tilbagemeldinger på tekster

14.00-15.00 Kursusforløb, fortsat

15.30-16.30 Rundtur i skolens kunstsamling ved Jesper Bertelsen (KH)

19.30 Min billedkunst
Lærer og billedkunstner
Kåre Lind fortæller om sin
kunstneriske udvikling
gennem et langt liv - med
maleri, tegning, grafik og
lerskulptur (KH)



9.00-9.45 **Morgensamling** med Simon Vikstrøm

10.00-12.00 **Fortæl historier:** Fortælleøvelse: Livshistorier



Tegn og mal: Billeders stemning og miljø. Akvarel og farveblyant

Fortællinger i musikken: Hector Berlioz: "Symphonie Fantastique" og "Harold in Italy"

Strik og lyt: Dominans, fortsat. Introduktion til mønstre strik med hele og halve bindinger af floteringer.

Forfatterskole eXpress: Tilbagemeldinger på tekster

14.00-15.00 **Kursusforløb, fortsat**

15.30-16.30 **Fuglenes fortællinger:** Overraskende historier fra himlens beboere med Simon Vikstrøm (KH)

15.30-17.15 Eller **Åbent værksted** med Ginalina Gendy + frivillige

19.30

Folkekøkken & foredrag: Vigga Bro

Skuespiller og historiefortæller Vigga Bro har elsket, fortalt og forsket i den mundtlige fortælling i 35 år.

Hør hende fortælle om fortællekunsten og oplev, hvad fortællinger kan, når Vigga Bro giver et indblik i denne særlige genre. Åbent for gæster udefra.



Aftenvagt: Tine Laulund

ONSDAG D. 22. OKTOBER

9.00-9.45 **Morgensamling** med Thomas Bjerre

10.00-12.00 **Fortæl historier:** Livshistorier fortsat

Tegn og mal: Vi skaber karakterer! Blyant og bevægelse, storyboard

Fortællinger i musikken: Vivaldi og Piazzolla: "De otte årstider"

Strik og lyt: Fortsæt med mønstre strik med hele og halve bindinger af floteringer

Forfatterskole eXpress: Tilbagemeldinger på tekster

14.00-15.00 **Kursusforløb, fortsat**

15.30 **Gåtur på** diget med Simon Vikstrøm

Fra 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 Peter Søvad og Simon Vikstrøm. Vi begynder i Koncerthuset med en velkomstdrink og fotografering af gruppen

Aftenvagt: Peter Søvad og Simon Vikstrøm

9.00-9.45 **Morgensamling** ved HC.

10.00-12.00 **Fortæl historier:** Oplæsningsøvelse

Tegn og mal: Vi skaber karakterer! Storyboard + Oplæsning og billedudtryk

Fortællinger i musikken: Rimsky-Korsakoff: "En nat på Bloksbjerg" og "Scheherazade "

Strik og lyt: Fortsæt med mønstre samt hele og halve bindinger af floteringer, nu også frem og tilbage

Forfatterskole eXpress: Tilbagemeldinger på tekster

14.00-15.00 **Kursusforløb, fortsat**

15.30-16.30 **Den gode lytteoplevelse** Der er et større udbud af radioudsendelser, lydbøger og podcast end nogensinde, men hvad er det, der skaber en god lytteoplevelse? Hvem er de dygtige formidlere? Hvem er de, der gør en god bog bedre? Vi puljer vores fælles viden og opstiller lister over de ti bedste podcasts og de ti bedste oplæsere af lydbøger. Ved HC

19.30 **Fortællinger i Højskolesangbogen**
Vi går på udkig efter de gode historier i Højskolesangbogen
- med Thomas Bjerre



9.00-9.45 **Morgensamling** med Simon Vikstrøm.

10.00-12.00 **Fortæl historier:** Oplæsningsøvelse og vitser

Tegn og mal: Tryk og collage. Oplæsning og billedudtryk

Fortællinger i musikken: Cantus Articus: Koncert for fugle og orkester og Gustav Holst: "Planeterne"

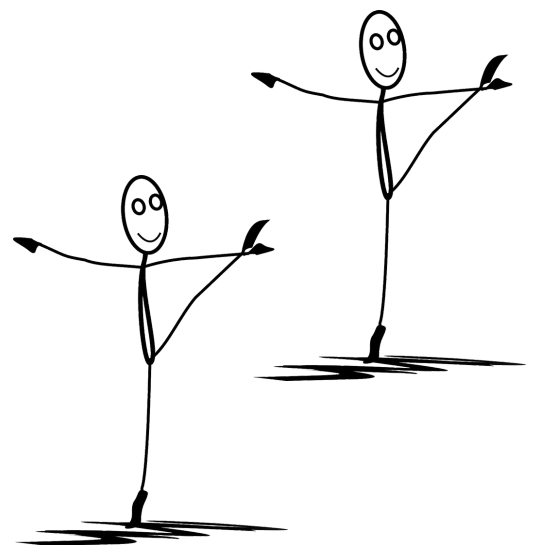
Strik og lyt: Vi arbejder videre med de nye teknikker - til musikfortælling eller bare fortælling

Forfatterskole eXpress: Tilbagemeldinger på tekster

14.00-15.00 **Kursusforløb**, fortsat

15.30-17.15 **Tid til egen fornøjelse** - gåtur, avislæsning, skrivearbejde, eller hvad du nu trænger til

19.30 **Dans** med Tine Laulund



10.00-16.00 Udflugt: Kalkmaleriernes stemmer – Tingsted og Fanefjord Kirker

På denne udflugt træder vi ind i fortællingernes rum – bogstaveligt talt. I de smukt bevarede kalkmalerier i Tingsted og Fanefjord kirker møder vi bibelske scener, hverdagens billeder og moralske fortællinger, som i århundreder har talt til både sind og sanser. Vi går på opdagelse i farver, figurer og forunderlige fortællinger – og undersøger, hvordan kirkerummets billeder har formidlet livsfortolkning, før ordet blev trykt.

Guider: Thomas Bjerre + Kåre Lind



19.30 Film: Pigen med perleøreringen

Pige med perleørering er en britisk film fra 2003, som fortæller historien om tilblivelsen af maleriet Pige med perleørering malet af det 17. århundredes hollandske maler Johannes Vermeer.

Introduktion ved Kåre Lind (KH)

9.00-11.00 **Brunch** med det hele: nybagte boller og rugbrød, røræg og cocktailpølser, hjemmelavet müsli, ost og frisk frugt



Fri formiddag

14.00-16.00 Boller i spisesalen - og **søndagssamtale** med refugiegæst Bente Kure. Med Peter Søvad



19.30

Kim Larsen

Kim Larsen er en af dansk popmusiks helt store skikkelser. Vi tager på en rejse gennem Larsens liv og nogle af alle de sange, der har samlet generationer omkring lejrbrøl, jukeboxe og koncertsale - fra Gasolins rå rock til Larsens folkelige vise-skat. Musikalsk synge-med-foredrag med Peter Søvad



9.00-9.45 **Morgensamling** med Kåre Lind.

10.00-12.00 **Fortæl historier:** Fortæl en vits, oplæsning

Tegn og mal: Hvordan illustreres en fortælling?
Oplæsning, Billedudtryk. Diskussion af illustration

Fortællinger i musikken: Mussorgsky: "Udstillings-billeder"

Strik og lyt: Vi fortsætter med de nye teknikker +
Introduktion til Ladder Bach

Forfatterskole eXpress: Oplæsning af nye versioner

14.00-15.00 **Kursusforløb, fortsat**

15.30 - 16.30 **SMART-træning - hold hjernen frisk** med Thomas Bjerre (KH)

Eller: **Yoga på måtte** med Lone Friis (Gul sal)

19.30 **Fortællingen om Winston Churchill**
En *late bloomer*, der først fandt sin egentlige livsopgave
som 65-årig. Med Peter Søvad (KH)

9.00-9.45 Morgensamling med Peter Søvad

10.00-12.00 Fortæl historier: Improøvelse: Nyhedsoplæseren

Tegn og mal: Illustration og fortælling. Oplæsning, billedudtryk. Diskussion af tegneserier

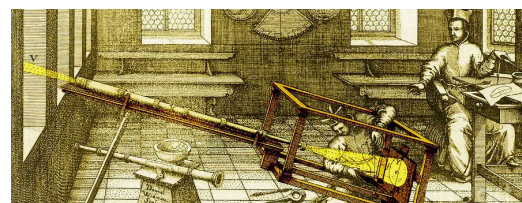
Fortællinger i musikken: Smetana: "Die Moldau" + Mendelsohn: "Hebriderne"

Strik og lyt: Fortsat Ladder Bach. Nu er du klar til at kaste dig ud i egne projekter og egne borter

Forfatterskole eXpress: Oplæsning af nye versioner

14.00-15.00 Kursusforløb, fortsat

15.30 Stjernernes fortællere – de første store astronomer
Vi møder fire af videnskabens store stemmer – Galilei, Kopernikus, Brahe og Kepler – og hører, hvordan de med mod, nysgerrighed og matematiske evner ændrede menneskets fortælling om sin plads i kosmos. Ved Simon Vikstrøm (KH)



19.30 Koncert med Bente Kure
Bente Kure, holdets refugiegæst, er ikke bare billedkunstner - hun er også professionel musiker. Musikken er mest egne sange og kompositioner, men kærligheden til bl.a. Jeppe Aakjær, Benny Andersen, Halfdan Rasmussen og andre store digtere fornægter sig heller ikke.

- 9.00-9.45** **Morgensamling** med Thomas Bjerre
- 10.00-12.00** **Fortæl historier:** Improøvelse: Den fortsatte historie
Tegn og mal: Illustration og fortælling
Fortællinger i musikken: Prokofjev: "Peter og Ulven"
og Saint-Sienne: "Dyrenes Karneval"
Strik og lyt: Egne projekter
Forfatterskole eXpress: Oplæsning af nye versioner
- 14.00-15.00** **Kursusforløb**, fortsat
- 15.30-16.30** **Narrativ psykologi** - om de fortællinger, vi lever efter
Foredrag ved Malene Bjerre (KH)
- 15.30-17.15** Eller: **Åbent værksted** med Ginalina Gendy + frivillige
- 19.30** **Når dyr taler**
Hvordan kommunikerer dyr med hinanden og kan man lære at forstå deres sprog. Hvad fortæller hættemågen fx med sin brune hætte og hvad udtrykker en løve med øjnene? Hvordan kurtiserer dyrene hinanden og er der en sammenhæng mellem den måde dyr og mennesker kommunikerer på?

9.00-9.45 Morgensamling med HC

10.00-12.00 Beatles - fra kælderværelset til verdensherredømmet

Den utrolige historie om drengene fra Liverpool og deres karriere fra - den ydmyge begyndelse til de blev verdensstjerner, og det hele sluttede på toppen. Musikalsk synge med-foredrag med Peter Søvad

13.30-17.00 Udflugt

Vi besøger Maribo Domkirke, hvor vi skal høre den spændende historie om kirken fra dens grundlæggelse i 1416 og op til i dag. Desuden får du historien om Naturpark Maribosøerne, som vi kører igennem på vejen. Kaffe undervejs i det fri.

Guider: Simon Vikstrøm + frivillig



19.30

Fra lys til liv - to fortællinger

Naturvidenskaben og kristendommen har hver deres skabelsesfortælling, som beskriver, hvordan verden blev til. Det er to måder at se verden på som enten skabt og meningsfuld eller som tilfældig og meningsløs, og som også bruger to forskellige sprog til at beskrive den samme historie. Men beskrivelserne strider ikke mod hinanden, mener atomfysiker Jens Olaf Pepke fra DTU Space. Han se dem som to fortællinger, der supplerer hinanden. Gæster udefra

9.00-9.45 **Morgensamling** med Jesper Bertelsen.

10.00-12.00 **Fortæl historier:** Forberedelse af eftermiddagens præsentation

Tegn og mal: Færdiggørelse, parat til udstilling

Fortællinger i musikken: Richard Straus: "Also Sprach Zarathustra"

Strik og lyt: Egne projekter, forberedelse til fernisering

Forfatterskole eXpress: Vi undersøger, hvad der er sket med teksterne gennem de to uger

14.00-15.00 **Præsentation:** Vi skal høre fortællinger i tale og musik og til fernisering på værkstederne (KH)

15.30 **Tid til egen fornøjelse**

19.30 **Sidste aften på højskolen** med hygge og sang - Peter Søvad

8.00

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

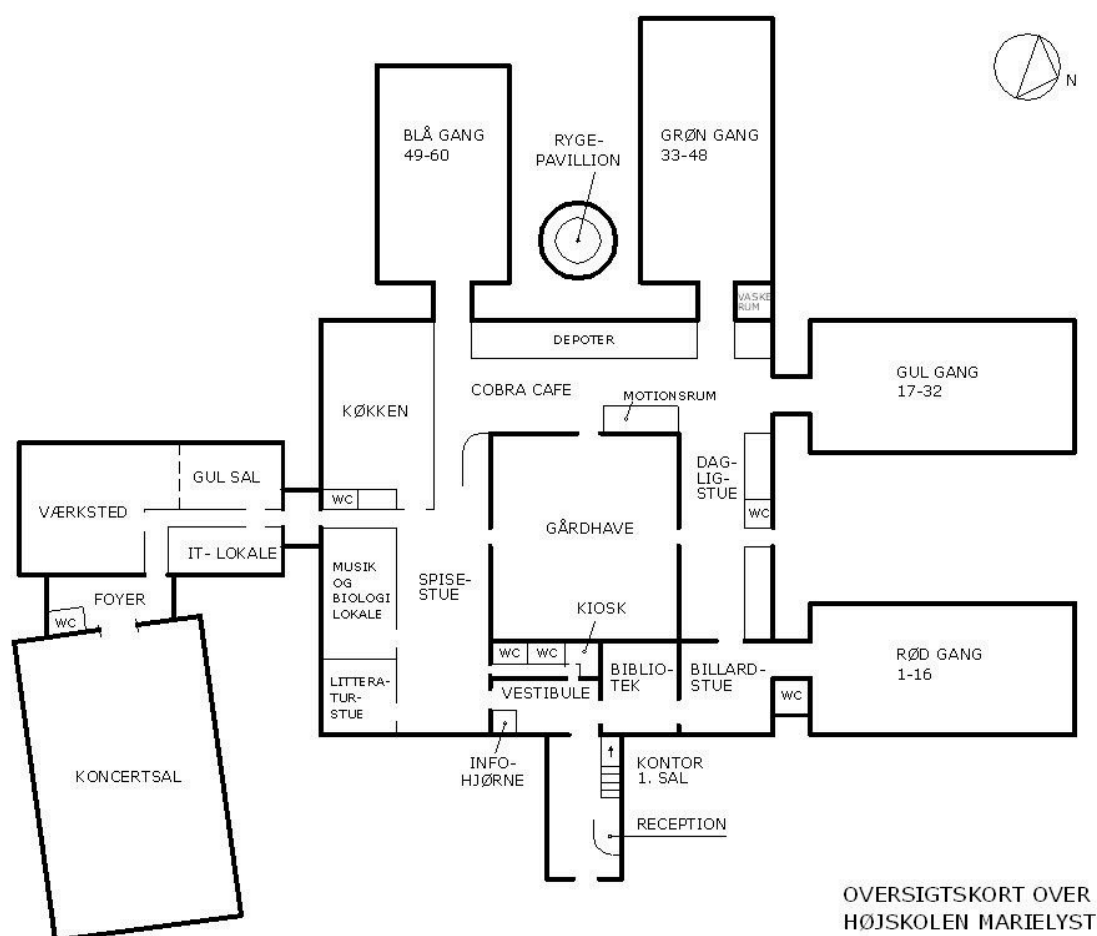
9.00

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:

LIVSKRAFT

HOLD 31 | 30. NOVEMBER - 6. DECEMBER 2025

Livskraft er evnen til at klare sig

og overleve under de særlige vilkår i omgivelserne, som vi befinder os i. Og i decembermørket kan vi godt bruge lidt af den. Vi skal undersøge, hvor vi henter håb og livsmod – i naturen, musikken, litteraturen og i vores eget sind.

Vi skal vinterbade, synge, grine og læse nyheder på den håbefulde måde. Og så får vi besøg af spændende mennesker, hvis vej gennem livet har lært dem om livskraft.

Kursusleder: Malene Bjerre



Foto: Carsten Lundager

Sørine Gotfredsen mener, at menneskers livskraft er det vigtigste, der er at sige om os



Foto: Les Kaner

Puk Qvortrup mistede sin mand som helt ung. Hun fortæller om sorgen - og om alligevel stadig at ville livet og kærligheden