

Få gang i skriveriet



02092025

HOLD 2026-04A | 1.3. - 14.3. | Underviser HC Andersen

Få gang i skriveriet – med skrive-retreat

På skolens bibliotek har vi en hylde, hvor der udelukkende står bøger skrevet af kursister, der har været på skrivekursus hos HC. De er skrevet af helt almindelige mennesker, der hverken er journalister eller forfattere, men bare har lyst til at skrive. For det kan vi alle sammen; hvis vi kan tale, kan vi også skrive. På dette skrivekursus for seniorer får du hjælp til at finde dit eget sprog og skrive tekster, som måske engang kan blive til en bog for dem derhjemme. Vi læser op for hinanden og bearbejder teksterne for at gøre dem så oplevelsesrige og spændende som muligt.

Dette kursusforløb er på 13 dage og strækker sig over to hold, 2026-04 og 2026-05. Det vil sige, at vi har hele skolen for os selv i en stor del af weekenden. Den tid bruger vi til et intensivt 'skrive-retreat', hvor vi arbejder med egne skriveprojekter, præsentation af tekster og udveksling af ideer.

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.1. MARTS

- 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 Thomas Bjerre og Jesper Bertelsen
- 19.30** **Fællessange fra Højskolesangbogen**
Med Thomas Bjerre



9.00-9.45 Morgensamling med Malene Bjerre + skolens lærere

10.00-12.00 Kursusforløb: Få gang i skriveriet

Introduktion til rammer og arbejdsmetoder - kneb og fif til at flytte teksten ud af hovedet. Og så en lille udfordring

14.00-15.00 Kursusforløb, fortsat



15.30-16.30 Åbent værksted med Ginalina Gendy + frivillige
(Værksted)

Eller: **Gong** med Dorte Storm (KH)

19.30

Henrettelsen af Anders Sjællænder

I 1882 blev Anders Nielsen, kaldet Sjællænder, halshugget på Sølvbjerghøj på Lolland ved den sidste offentlige henrettelse i Danmark. Foredrag ved Casper Dalboe (KH)

9.00-9.45 Morgensamling med Thomas Bjerre

10.00-12.00 Kursusforløb: Få gang i skriveriet

Præsentation af de første tekster, der landede på papiret/skærmen



14.00-15.00 Kursusforløb, fortsat

15.30-16.30 Fri eftermiddag - med tid til avislæsning, en gåtur på stranden eller shoppetur i Marielyst

19.00 Er du dus med himlens fugle?

Få styr på de mest almindelige fuglestemmer - med Simon Vikstrøm (KH)



ONSDAG D. 4. MARTS

9.00-9.45 **Morgensamling** med Casper Dalboe

10.00-12.00 **Kursusforløb: Få gang i skriveriet**
Præsentation af egne skriveprojekter

14.00-15.00 **Kursusforløb, fortsat**

17.15 **Duge, lys og servietter** lægges frem i spisesalen til festmiddagen. Dem, der har lyst, er med til at pynte deres eget bord.

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



Aftenvagt: Thomas Bjerre og Simon Vikstrøm

9.00-9.45 Morgensamling med Tine Laulund

10.00-12.00 Kursusforløb: Få gang i skriveriet
Præsentation af egne skriveprojekter

13.30-17.30 Halvdagsudflugt til Gedser
Vi tager til Gedser og besøger Gedser Remise,
Geomuseet og Sydstenen, Danmarks sydligste punkt

Guide: Casper Dalboe + frivillig

19.30 Kunsten at lave retssalstegninger



Det er en særlig kunst at tegne i en retssal, hvor man arbejder under tidspres og med begrænset adgang, og samtidig skal kunstneren formidle retssalens atmosfære og drama uden at overdrive. Foredrag ved retssalstegner Anne Gyrite Schütt, der har tegnet i nogle af landets største sager: Amagermanden, Britta Nielsen, Ubådsagen og senest Kirkerupsagen (KH)

FREDAG D. 6. MARTS

9.00-9.45 Morgensamling med Jesper Bertelsen*

10.00-12.00 Kursusforløb: Få gang i skriveriet:

Status for første uge, og mål for den kommende.
Dramaturgiske virkemidler

14.00-15.00 Vi skal til præsentation med vores medkursister:

Hvad skal de andre også vide/høre/ prøve? Og så er der smykkeudstilling! (KH)

15.30-16.30 Quiz med Thomas Bjerre

19.30 Sidste aften på højskolen med Simon Vikstrøm

Aftenvagt: Simon Vikstrøm

LØRDAG D. 7. MARTS

8.00 Morgenmad og **farvel til de andre.** Jesper Bertelsen og Malene Bjerre

10.00 Og så er der **skriveretreat.** Vi mødes og sætter gang i arbejdet i kursuslokalet



19.00 Film: **Il Postino**

Ungkarlen Mario bliver postbud for eksildigteren Pablo Neruda. Han bringer digteren nyt fra hele verden. Alle brevene kommer fra kvinder. Mario kaster sig over Nerudas digte, og hans fornemmelse for poesi viser sig nyttig, da han møder den smukke Beatrice.

SØNDAG D. 8. MARTS

9.00-10.00 **Morgenmad**

15.00-16.30 Evt. **Kaffe i dagligstuen** med de nyankomne

16.30-17.15 **Mere skriveretreat**

19.30 **Fællessange fra Højskolesangbogen**
Med Simon Vikstrøm



Aftenvagt: Simon Vikstrøm

MANDAG D. 9. MARTS

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

10.00-12.00 **Kursusforløb: Få gang i skriveriet**
Deltagerne præsenterer egne tekster – fokus på
fortælle teknik og dramaturgi

14.00-15.00 **Kursusforløb, fortsat**

15.30-17.15 **Åbent Værksted** med Ginalina Gendy + frivillige

15.30-16.30 Eller **Gong** med Dorte Storm (KH)

19.30 **Sans**
Sans er en sammentrækning af dans og sang - og man
behøver ikke argumentere, hvorfor det er godt. Men det
gør Tine Laulund alligevel. For forskningen viser, at
kombinationen af sang, dans og musik styrker os både
fysisk, mentalt og socialt (KH)

Aftenvagt: Tine Laulund

9.00-9.45 Morgensamling med Thomas Bjerre

10.00-12.00 Kursusforløb: Få gang i skriveriet

Deltagerne præsenterer egne tekster – fokus på fortælle teknik og dramaturgi

14.00-15.00 Kursusforløb, fortsat

15.30-16.30 Fri eftermiddag - med tid til avislæsning, en gåtur på stranden eller shoppetur i Marielyst

19.00 Folkekøkken & Foredrag med Cecilie Frøkjær: Mennesker, der gjorde en forskel – og hvad de lærte mig

Tv-vært og interviewer Cecilie Frøkjær fortæller om at blive klogere på livet gennem møderne med blandt andre – fra Lise Nørgaard og Ulla Terkelsen til Casper Christensen og Nikolaj Kirk. Åbent for gæster udefra (KH)



ONSDAG D. 11. MARTS

- 9.00-9.45 Morgensamling** med Simon Vikstrøm
- 10.00-12.00 Kursusforløb: Få gang i skriveriet**
+ Deltagerne præsenterer egne tekster – fokus på
14.00-15.00 fortælle teknik og dramaturgi
- 15.30 Gåtur på diget** med Simon Vikstrøm
- 17.15 Duge, lys og servietter** lægges frem i spisesalen til festmiddagen. Dem, der har lyst, er med til at pynte deres eget bord.
- 18.00 Festmiddag** med underholdning af Simon Vikstrøm og Thomas Bjerre. Vi begynder med en velkomstdrink og fotografering af gruppen i Koncerthuset



TORSDAG D. 12. MARTS

- 9.00-9.45 Morgensamling** med Casper Dalboe *
- 10.00-12.00 Kursusforløb**
Egne tekster – fokus på fortælle teknik og dramaturgi
- 13.30-17.30 Halvdagsudflugt til Rødby**
Fra 1893 til 1929 kom tusindvis af polakker, især piger, til Danmark for at arbejde, og de blev indkvarteret i såkaldte polakkaserner. Kasernen i Rødby er i dag museum, der giver et indtryk af deres liv og vilkår. Guide: Casper Dalboe + frivillige
- 19.30 Violinernes kemi**
Om violinens konstruktion, brug og historie - med musikeksempler. Ved Simon Vikstrøm (KH)

FREDAG D. 13. MARTS

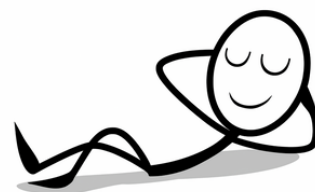
9.00-9.45 **Morgensamling** med Jesper Bertelsen*

10.00-12.00 **Kursusforløb: Få gang i skriveriet**

Fra manus til bog – opsamling på skriveværkstedet.
Planer og mål for den fortsatte skriveproces

14.00-15.00 **Præsentation:** Hvad skal de andre også vide/høre/prøve? Og så er der smykkeudstilling! (KH)

15.30-16.30 Fri tid



19.30 **Sidste aften på højskolen:** Sang og hygge med Thomas Bjerre (KH)

Aftenvagt: Thomas Bjerre

LØRDAG D. 14. MARTS

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

9.00

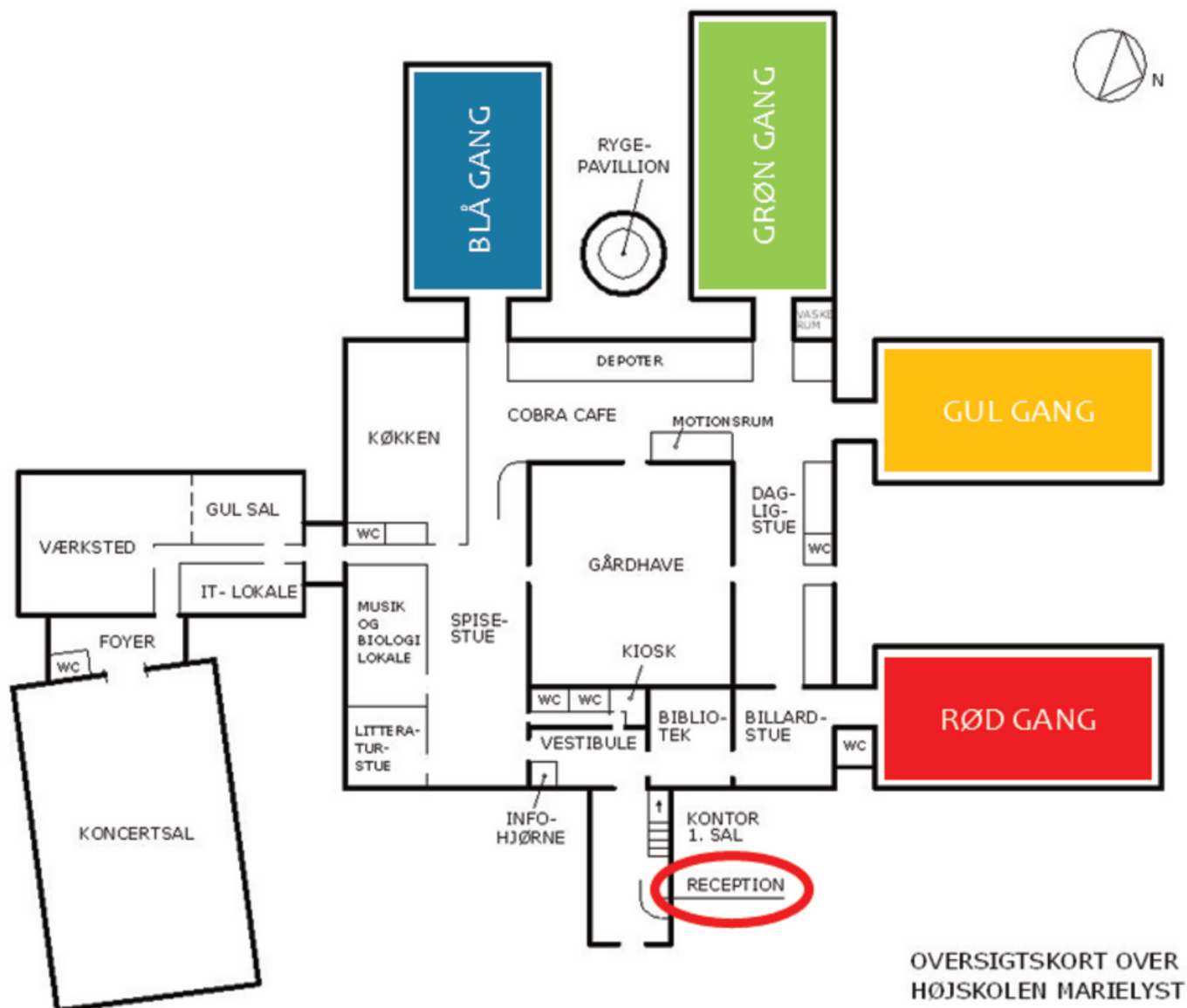
Busafgang til Sjælør, Køge Nord og Høje Tåstrup St. mod betaling. Bussen kan uden betaling benyttes til Nykøbing Falster Station.

Ankomsttider, cirka:

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



PRAKTISKE OPLYSNINGER



Højskolens wifi-navn er: **Højskolen_Wi_Fi**

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

Højskolen låses af om aftenen kl. 22.00.

★ **NUMMERET TIL VAGTTELEFONEN ER: 9393 0042** ★

Vagtetelefonen er åben efter kl. 22.00.

Opkald til vagttelefonen er udelukkende til nødsituationer