

Hold 2026-29: Efterår på Marielyst



11.10.-17.10. | Kursusleder: Malene Bjerre

21042026

Holdet favner det finurlige og fordybende med

fokus på Benny Andersens univers, kærlighed i tredje alder og kunsten at skabe kontakt frem for konflikt – alt sammen i efterårets stemning.

Vælg ét af tre kursusforløb:

Se hvilken morgenstund - i Benny Andersens univers

Tag med ind i Benny Andersens finurlige og folkelige univers, hvor sproget danser og tonerne fortæller historier. Underviser: Michael Eigtved

Kommunikation og konflikter

På dette kursus lærer vi at kommunikere og lytte, så samtaler skaber kontakt frem for afstand. Underviser: Malene Bjerre

Israel-Palæstina

Vi udforsker vi Israel-Palæstina-konfliktens historie, religionernes rolle og Mellemøstens kulturer og geopolitiske betydning. Underviser: Casper Dalboe

Læs mere om kursusforløbene på bagsiden

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. 11. OKTOBER

- 14.30-16.00** **Ankomst og modtagelse**
ved Jesper Bertelsen og Malene Bjerre
- 15.00-16.30** **Kaffe i dagligstuen**
- 16.30-17.30** **Orientering om højskolen og undervisningen**
ved Jesper Bertelsen
- 19.30** **Vi synger om krig og fred fra højskolesangbogen**
med Klaus da Cunha (KH)



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

10.00-11.45 **Benny Andersen:** Præsentation. Benny Andersen i korte træk: livshistorie og kunstnerisk arv – og hvad betyder han for hver af os? + Digte som sange og sange som digte Vi læser udvalgte digte og synger et par sange – og taler om, hvad musik *i* sprog og musik *som* sprog er hos Benny Andersen

Kommunikation og konflikter: Præsentation, introduktion til forløbet. Konflikten anatomi + Hvor meget indflydelse har vi selv?

Israel-Palæstina: Den historiske baggrund for konflikten

14.00-15.00 **Kursusforløb, fortsat**



15.30-17.15 **Rundtur i skolens kunst** med Jesper Bertelsen (KH)
Eller: **Åbent værksted** med Ginalina + frivillige

19.30 **Samtalesalon** om fordelene ved at blive ældre. Oplæg og samtaler i mindre grupper med Tine Laulund (SS)



9.00-9.45 Morgensamling med Casper Dalboe (Klaus da Cunha)

10.00-11.45 Benny Andersen: Benny Andersens livssyn: hvad kan humor og (sprog-) leg som tilgang til livet? Er alvor og humor modsætninger? Hvad kan leg med ord som strategi? + Svantes viser: om at skabe et univers i ord og musik. Vi læser, taler om og synger fra samlingen

Kommunikation og konflikter: Indstillingen til andre mennesker: Forsvar eller møde?

Israel-Palæstina: Besøg udefra - nærmere info følger

14.00-15.00 Kursusforløb, fortsat

15.30-17.15 Littera-gåtur

Vi læser en novelle sammen og går derefter en samtaletur (eller finder måske et hjørne på skolen). Vi mødes i Koncerthuset. Ved Malene Bjerre

Eller: **Hatha-yoga på måtte** med Lone Friis (Gul)

19.30 Klimaet under forandring

Om fup og fakta i klimaforandringerne – og hvordan man som senior kan give sit bidrag til at reducere sit CO2-aftryk. Ved Thomas Bjerre (KH)

9.00-9.45 Morgensamling med Thomas Bjerre

10.00-11.45 Benny Andersen: Benny A på scenen og på lærredet. Musiker, forfatter og fortæller. Vi ser og taler om klip fra koncerter, film, interviews m.m. for at komme nærmere på Benny A's popularitet + Poul Dissings rolle som partner og modspiller

Kommunikation og konflikter: Narrativ psykologi: Hvilke historier fortæller vi om vores liv? Handlingens/meningens landskab + Forandringspyramiden

Israel-Palæstina: Islam og jødedommen + Israel som stat

14.00-15.00 Kursusforløb, fortsat

15.30-16.30 Dans dig glad og i godt humør til aftenens festmiddag



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

18.00 Festmiddag med underholdning af Simon Vikstrøm og Michael Eigtved. Vi begynder i Koncerthuset med en velkomstdrink og fotografering af gruppen



9.00-9.45 Morgensamling med Michael Eigtved

10.00-11.45 Benny Andersen: De samlede digte: livsfilosofi eller moderne lyrik, folkelig filosofi eller abstrakt poesi? Vi læser udvalgte digte og taler om opbygning, idé, form og tema

Kommunikation og konflikter: Rollespil med egne eller tænkte konfliktsituationer

Israel-Palæstina: Konflikten og verdensordenen

13.30-17.00 Halvdagsudflugt

Vi besøger galleri Finnermann i Nykøbing F, hvor vi også indtager kaffe og kage på skift. Derefter går vi gennem byen til den smukke klosterkirke.

Guide: Thomas Bjerre + frivillig



19.30 Musik med lukkede øjne

Læn dig godt tilbage i stolen, luk øjnene og lad dig fordybe i musikken, når Simon Vikstrøm præsenterer dig for skøn, klassisk musik (KH)



FREDAG D. 16. OKTOBER

9.00-9.45 Morgensamling med Jesper Bertelsen (Thomas Bjerre)

10.00-11.45 Benny Andersen: Eftermælet: Hvad bliver stående – og hvorfor. Højskolesangbog og Snøvsen. Jordnær hverdagstænkning i raffineret sprogdragt

Kommunikation og konflikter: Hvordan fastholder vi forandringen?

Israel-Palæstina: Fremtidens løsninger

14.00-15.00 Fælles præsentation: Hvad har vi lært og hvad vil vi gerne give videre til de andre?

15.30-16.30 SMART hjernetræning med Thomas Bjerre (KH)
Eller: **Gong** med Dorte Storm. Gong er et slagtøjsinstrument af metal med en dyb, rungende og afspændende lyd (Gul)



19.36 Sebastian – eller Knud Christensen – har siden 1970'erne været en af de stærkeste stemmer i dansk musik. Han begyndte som rockmusiker, men har gennem årene skrevet sange, der både er poetiske, folkelige og lette at synge med på. Med Klaus da Cunha (KH) Aftenvagt: Klaus da Cunha

LØRDAG D. 17. OKTOBER

8.00-9.00 Morgenmad og **en sidste sang** med 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

Læs mere om holdet

Nyd en efterårsuge på Marielyst - og uanset hvilket kursusforløb du vælger, er der eftertanke og efterårsstemning i luften.

Vælg ét af tre kursusforløb:

Se hvilken morgenstund - Bennys Andersens univers

Tag med ind i Benny Andersens finurlige univers gennem digte og sange, hvor vi læser, lytter, synger og samtaler om hans sprog og melodier – uden krav om forkundskaber, kun nysgerrighed. Undervisere: Michael Eigtved

Kommunikation og konflikter

Vi ser vi nærmere på hverdagens store og små konflikter og undersøger, hvordan vores indstilling til hinanden præger samtalen. Du bliver introduceret til måder at møde andre på, der åbner for kontakt og forståelse, og vi arbejder med både eksempler og situationer fra virkeligheden. Underviser: Malene Bjerre

Israel-Palæstina

Vi ser på Mellemøsten – dens kulturer, folk og geopolitiske betydning – og sætter historiske begivenheder i perspektiv til nutidens konflikter. Religionernes rolle belyses som livsverdener med politisk tyngde, og kurset trækker tråde fra lokale historier til globale magtspil med plads til samtale og refleksion, uden at tage parti. Underviser: Casper Dalboe
