

egmont
højskolen

SOMMERKURSUS

HÆLD NYE TANKER PÅ TANKEN

Uge 26

27. juni – 3. juli 2011



Muskelsvindfonden

- udviklet i samarbejde med

Danmarks mest rummelige højskole

HÆLD NYE TANKER PÅ TANKEN!

Igen i år arrangerer Egmont Højskolen sommerkursus i samarbejde med Muskel-svindfondens Seniorgruppe.

Vi har i år fornyet kursuslederstaben med Kasper Rander, der sammen med Bettina Rander og Søren Ingvarsen ser frem til at hælde nye tanker på tanken.

Kursusfolderen inspirerer forhåbentlig til nye udfordringer og fagvalg, så der bliver sat gang i hjernebindingerne, og depoterne bliver fyldt op.

På dette års sommerkursus vil vi gerne fremhæve de mange spændende foredrag, som ligger om formiddagen:

Bebiane Bøje tager os tirsdag formiddag med ind i en opløftende verden af Gospelsang.

Dorte Futtrup vil bjergtage os med fortællingens kunst. Hun har tidligere gæstet højskolen i uge 26 med stor succes. *Jytte Dreyer*, som vi kender fra tv og radio igennem arbejdet som bl.a. studie-vært, kommer og taler om "Livsglædens nødvendighed".

Erik Kelstrup fortæller om 1800-tallets første havdel, hvor store kriser indvarslede Danmarks Guldalder.

Udover foredragen har du mulighed for at deltage i et af de mange spændende fag.

Alt efter hvilket fag du vælger, vil du få mulighed for at blive indført i "Mozarts operaer", diskutere etiske problemstillinger i "Mennesket, kunsten og kærligheden", - du kan lære meditative øvelser i faget "Qi Gong", eller du kan få "Appetit på livet" i køkkenet. Vil du opleve naturen, er det faget "Danmark i tusind år. Danmark i dag", du skal vælge, eller du kan tage til søs og vælge "Tur-sejlads", som i år er sejlads i ny form. Endelig kan du udfolde dine kreative evner i fagene "Det digitale mørkekammer", "Akvarelmaleri" og "Smykker".

Ugens aftner vil være præget af hyggeligt samvær, god og sund mad, snak og ture i højskolens smukke omgivelser.

Fredag aften vil der være mulighed for at se filmen "Det defekte menneske", som elever fra Egmont Højskolen har lavet. Filmen har vundet flere priser, og er en parafraze over Jørgen Leths film "Det perfekte menneske". "Anders Bast & co.", som besøgte os sidste år, har lovet at komme forbi igen i år og være vores hus-jazz-orkester et par dage.

Alt i alt tegner det til at blive en uge med god mulighed for at møde nye mennesker og gense "gamle" venner.

Velkommen til en inspirerende og begivenhedsrig uge!

Vi glæder os til at se jer!

Kasper Rander, Søren Ingvarsen
og Bettina Mai Rander



Bettina Mai Rander Søren Ingvarsen Kasper Rander

Formiddage med fællesundervisning

TIRSDAG: GOSPEL V. BEBIANE BØJE

Gospel-workshop

Vi starter ugen med et brag af en koncert, hvor Bebiane Bøje fører os ind i Gospel-verdenen.

Udover at synge selv inddrager hun også tilhørerne, så alle får brugt stemmebåndet.

Bebiane Bøje har optrådt som solist og instruktør ved koncerter og vocal-workshops nationalt og internationalt (UK, Island, Frankrig, Holland, Baltikum, USA, Singapore, Grønland).



Bebiane Bøje har udgivet jule-cd'en "Forunderligt at sige" i 2005, og i 2010 kom albummet "Skumring", der indeholder aften- og salmer.

Bebiane Bøje er docent ved Det Jyske Musikkonservatorium.

ONSDAG: FORTÆLLING V. DORTE FUTTRUP

"Lyt til en fortælling - og du ser med ørerne"

Dorte Futtrups fortællinger drejer sig om tilværelsens store spørgsmål: liv og død, had og kærlighed, svig, tilgivelse og forsoning.

Det er dels fortællinger, som hun selv har forfattet, dels fortællinger inspireret af traditionsstof og eksisterende værker.

Mundtlig fortælling er en sansemættet oplevelse, fuld af nærvær og intensitet - og uden bog eller manuskript.



Dorte Futtrup går i dybden i sine fortællinger, samtidig med at hun søger det enkle og fortætter den dramatiske kerne.



Formiddage med fællesundervisning

FREDAG: FOREDRAG V. JYTTE DREYER

Livsglædens nødvendighed

Det er selvfølgelig indlysende, at livsglæde giver et rigere og bedre liv, men ingen af os undgår vel helt sorger og bekymringer, og hvordan finder man så frem til glæden ved livet. Opskriften findes ikke, men man kan øve sig i kunsten.

Livet er jo nu engang ikke det værste, man har, og man skal huske på, at vi kun har eet forsøg, genudsendelse findes ikke her.

Jytte Dreyer kom til DR i 1966, hvor hun producerede en række udsendel-



ser, bl.a. *Otium* og *Musik i arbejdstøjet*. Hun har også lavet portræt- og familieprogrammer og har været vært på flere programmer på DR's radiokanaler.

LØRDAG: FOREDRAG V. ERIK KELSTRUP

Hvorfor steg sangen, da klokkeværket ramlede mod jorden? Gnister fra Guldalderen.

I 1807 bankede englænderne ret så hårdt på den danske dør. København blev bombet, og flåden stjålet. En national katastrofe, som blev efterfulgt af statsbankerotten i 1813 og tabet af Norge i 1814.

Paradoksalt nok indvarsledes samtidig en af de kulturelt mest frugtbare perioder i Danmarks historie: Guldalderen. En perlerække af store danske forfattere, kunstnere, tænkere og musikere så dagens lys.

Mon der er en sammenhæng mellem katastrofen og denne kulturelle blomstring? Foredraget vil ridse den histori-



ske baggrund op og se nærmere på vigtige strømninger i Guldalderen. Strømninger, som har sat sig dybe spor helt til vore dage. Historien om 1800-tallets første halvdel virker højaktuel.

Erik Kelstrup, sognepræst, ph.d. Præst ved Ormslev Kirke.

Beskrivelser af fag

DANMARK I TUSIND ÅR. DANMARK I DAG

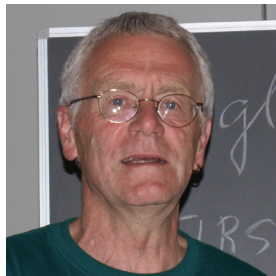
v. Hans Pedersen

Ture ud i det blå for at se alt det grønne. Hver dag sin tur for at opleve istidens landskaber, blomsterne og bierne.

Hvordan forvalter vi i praksis bedst den natur, vi har omkring os? Hvordan driver man fx et gods med både landbrug, skovdrift og masser af natur? Kan man dyrke natur? Er der overhovedet egentlig natur tilbage i Danmark? Vi leder efter den.

Vi stiler imod at være udendørs hver dag. Tag derfor fornuftigt tøj med. Vi kan ikke satse på, at klimaændringerne for alvor har gjort Danmark varmere!

Men der er så dejligt ude på landet.



Hans Pedersen er uddannet journalist og biolog, han arbejder som redaktør på bladet "Vedvarende Energi og Miljø".

QI GONG.

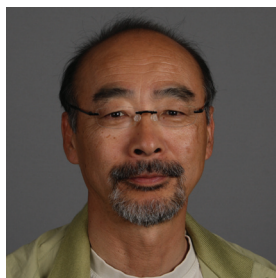
v. Yutaka Kataoka

Qi Gong betyder "Livsenergi Øvelse" og er af kinesisk oprindelse. Qi Gong består af 3 elementer, nemlig fysiske øvelser, åndedrætsøvelser og psykiske/meditative øvelser.

Øvelserne udføres på en måde, så meridianerne altid holdes åbne. Meridianerne er de energibaner, der forbinder de vitale dele af de indre organer med de resterende kropsdele.

Qi Gong har en god effekt på ens sundhed som helhed både fysisk og psykisk: Den styrker ens koncentration, koordination, balance, åndedæt, kredsløb, smidighed, styrker muskler, sener, led samt knoglemarven. Dette tjener til at forbedre tilstanden af alle organerne i kroppen, da deres funktioner afhænger meget af et sundt centralnervesystem.

Alle kan lave Qi Gong, uanset alder, køn, handicap og sygdom.



Yutaka Kataoka er højskolelærer på Egmont Højskolen, underviser i Coaching og orientalsk filosofi.



Beskrivelser af fag

MOZARTS OPERAER.

v. Leif V.S. Balthzersen

Mozart skrev sin første opera som 12-årig, og operagenren forblev en af de vigtigste for ham igennem hele hans liv. Hans største operaer hører stadig til de mest elskede og mest spillede verdenen over, nemlig Bortførelsen fra Seraillet, Figaros Bryllup, Don Giovanni, Così fan tutte og Tryllefløjten.

På kurset får vi et overblik over Mozarts korte men begivenhedsrige liv, og vi hører om de forskellige operatyper på hans tid. Vi ser på hans arbejde med at komponere operaer og med at opføre operaer – de blev nemlig skræddersyede til kompagnierne. Vi lærer også nogle af sangerne at kende, og – ikke mindst – hører vi masser af vidunderlig musik fra både Mozarts kendte og mindre kendte operaer. Den Jyske Opera spiller Don Giovanni i den kommende sæson, og vi kommer derfor også ind på, hvordan man laver en operaopførelse i vore dage.



Leif Balthzersen er mag. art. i musikvidenskab fra Aarhus Universitet. Han har været musikchef for Sønderjyllands Symfoniorkester og Aarhus Symfoniorkester.

AKVAREL-MALERI

v. Tina Lyngø

Et intenst mini-kursus for dig - nybegynder eller øvet - som har lyst til at prøve kræfter med akvarelmaleriets mange spændende muligheder.

Vi bruger flere teknikker: vådt på tørt og vådt i vådt, og arbejder med komposition, farvelære, form, lys og skygge samt stofflighed/blandform. Vi lader os inspirere af natur- og figurmotiver og fri fantasi. Vi kigger også på andre kunstneres værker. På kurset lægges der vægt på at formidle glæden og lysten ved at udtrykke sig og male med tid til personlig vejledning.

Medbring gerne egne materialer, hvis du har det – ellers kan det købes billigt på kurset. Der skal påregnes et mindre materialegebyr til de faste øvelser. Det er også muligt at male med akryl i stedet for akvarel, hvis det ønskes.

Vi ses på maleriholdet!



Tina Lyngø er timelærer på Egmont Højskolen og har de seneste år undervist i uge 26. Hun er uddannet billedkunstner fra Det Jyske Kunstakademi.



Tilmelding til "Hæld nye tanker på tanken"

fra den 27. juni til den 3. juli 2011

NAVN.....: _____

ADRESSE.....: _____

POSTNR/BY..: _____

TLF.NR.....: _____ Må tlf.-nr vises på deltagerlisten: Ja Nej

EMAIL.....: _____

CPR.NR (tilmelding er kun gyldig med cpr.nr.): _____

HAR DU ET HANDICAP: Ja Nej

HVIS JA, HVILKET: _____

BRUGER DU: Elstol Manuel stol Rollator Andet:

HVIS DU HAR EGEN HJÆLPER MED, ANGIV:

Kommunal hjælperordning §96 Hjælperens navn: _____

Kommunal ledsagerordning §97 Ledsagerens navn: _____

INDKVARTERING (se brochuren)

- Jeg ønsker enkeltværelse (tillæg kr. 300 pr. uge)
- Jeg ønsker dobbeltværelse sammen med: _____
- Særlige behov i forb. med værelsesindretning: _____

HJÆLPEMIDLER (se brochuren)

- Jeg har brug for elseng (leje kr. 300 pr. uge)
- Jeg har brug for loftlift (leje kr. 200 pr. uge). **Eget sejl skal medbringes.**
- Jeg har brug for en forhøjet seng
- Jeg har brug for badebåre
- Jeg har brug for badesæde

Alle andre hjælpemidler såsom toiletstol, særlig madras, ekstra puder skal du selv medbringe

KOST

- Jeg er vegetar
- Jeg skal have særlig lægeordineret kost. Hvilken: _____
- Andet: _____

Denne tilmeldingsblanket sendes senest d. 19. maj 2011 til:

Egmont Højskolen
Villavej 25
Hou
8300 Odder

HÆLDT PÅ NYE TANKER
NYE TANKEN

Uge 26 • 27. Juni - 3. Juli 2011

HVIS DU IKKE HAR EGEN HJÆLPER MED, ANGIV:

- Jeg har brug for hjælp fra Egmont Højskolen og ønsker spørgeskema tilsendt.
- Jeg har brug for de frivillige hjælpere og ønsker spørgeskema tilsendt.
- Jeg har ikke brug for hjælp

FAGVALG: (angiv 1. og 2. prioritet. Husk at din 2. prioritet er vigtig, da det er begrænset hvor mange kursister de enkelte fag kan have, og vi derfor kan blive nødt til at flytte rundt på folk)

1. prioritet

- Danmark i tusind år. Danmark i dag
- Qi Gong
- Mozarts operaer
- Akvarel-maleri
- Appetit på livet
- Tur-sejlads
- Mennesket, kunsten og kærligheden
- Smykker
- Det digitale mørkekammer

2. prioritet

- Danmark i tusind år. Danmark i dag
- Qi Gong
- Mozarts operaer
- Akvarel-maleri
- Appetit på livet
- Tur-sejlads
- Mennesket, kunsten og kærligheden
- Smykker
- Det digitale mørkekammer

DATO

UNDERSKRIFT

VEND →

Beskrivelser af fag

APPETIT PÅ LIVET - kan sund mad smage så godt?

v. Ulla Rasmussen

Det bliver en spændende uge, hvor vi prøver mange forskellige retter. Lige fra slow food, som står og simrer på komfuret i flere timer, så den intense smag træder frem, til de mere enkle retter.

Alle vores sanser skal stimuleres, og vi skal se, dufte og smage os gennem de mange sunde retter. Der bliver mange farver på maden, både fordi det ser indbydende ud, og fordi farvede madvarer indeholder mange sunde næringsstoffer. Sund mad skal smage godt, så vi går i dybden med råvarer, krydderurter og krydderier, som kan få enhver ret til at dufte og smage fantastisk. En dag tager vi på indkøb og finder både danske og udenlandske råvarer.

Mad og liv hører sammen, og du vil tage herfra med skærpet livsappetit.



Ulla Rasmussen er timelærer på Egmont Højskolen, hun har de seneste år undervist i uge 26. Ulla er uddannet kostvejleder.

TUR-SEJLADS

v. Aksel Knudsen & Stefan Göttler

At sejle er at leve.

Højskolen har havet som nabo, og det skal udnyttes. I år tilbyder vi tur-sejlads i skolens store båd Prinsesse Alexandra, hvor jeres skippere, vil sejle jer rundt i farvandet ud for Hou og fylde jer med "sørøverhistorier" undervejs.

På Tur-sejlads får I mulighed for at mærke elementerne ved hav og vejr og opleve og bidrage til den gode stemning ombord.

Hver undervisningsdag vil starte i lokalerne på skolens værft med snak om dagens sejlads, og hvilke natur- og kulturoplevelser dagen vil byde på.

Aksel Knudsen og Stefan Göttler er erfarne sejlere og flittigt benyttet i skolens sejlads-undervisning.



Beskrivelser af fag

MENNESKET, KUNSTEN OG KÆRLIGHEDEN

v. Erik Kelstrup

”Så hvad er et menneske?” Sådan spørger den norske forfatter Jan Kjærstad i flere af sine romaner - som et ekko af et af vore dages mest påtrængende spørgsmål. Vi lever jo i en tid, hvor mennesket står i centrum som aldrig før. Vi er blevet individualister, siger man. Hver især har vi os selv som vort livs projekt. Men samtidig er det som om, at vi har mistet orienteringen. Vi kan ikke rigtig finde hvile noget sted. Så hvad er et menneske? Det spørgsmål vil vi gå i dybden med. Vi henter hjælp i eksempler fra filosofi, kunst, litteratur, musik, teologi, arkitektur og samfund.

Og så vil vi se nærmere på to områder af menneskelivet, som også fylder meget i vor tid, nemlig kunsten og kærligheden. Hvad kan kunst? Og hvorfor handler 80% af tidens sange og film om kærlighed? Hvad kan kærlighed? Hvad er kunst og kærlighed i det hele taget for fænomener?

Mennesket, kunsten og kærligheden – det er store emner. Vi bliver sikkert ikke færdige med dem, men måske bliver vi klogere...



Erik Kelstrup, sognepræst, ph.d., er præst ved Ormslev kirke.

SMYKKER

v. Camilla With Aasager

Så skal der laves smykker! Kom og vær med til at designe og lave dine egne smykker. Vi arbejder med sølv, tråd, sten, perler og porcelæn.

Der kan laves øreringe, armbånd, fingerringe, brocher m.m. - kun fantasien sætter grænser. Vi deler de gode ideer og lader os inspirere af hinanden - og de smykkedesigns der er oppe i tiden.

Gennem tiderne har mennesket altid lavet smykker, vi taler om de kulturelle aspekter i smykket som udtryksmiddel.

Kurset kræver ingen erfaring med smykkefremstilling bare du har lyst til at gå i gang og prøve noget nyt.

Der må påregnes en mindre udgift til materialer.



Camilla With Aasager er højskolelærer på Egmont Højskolen. Uddannet keramisk formgiver fra Designskolen Kolding.



Beskrivelser af fag

DET DIGITALE MØRKEKAMMER

v. Kasper Rander

Digitale kameraer har efterhånden helt udkonkurreret "gammeldags" kameraer med celluloid-film. I dette fag lærer du at få det bedste ud af de digitale kameraer og den digitale fototeknik.

Du lærer at udnytte kameraets muligheder, at overføre billeder til computeren og bearbejde billeder i et billedbehandlings-program. Du bliver indført i teori om digitale formater og lærer at få billederne videre fx på cd-rom, papir eller via e-mail til venner og familie.

Vi skal også beskæftige os med, hvordan man tager gode billeder med spændende indhold. Vi skal høre om fotografiets historie og diskutere billeder og finde ud af, om det er rigtigt, at "et billede siger mere end 1000 ord".

Medbring dit eget digitale kamera (husk også brugsanvisningen og evt. program-cd'er). Kamera kan lånes på højskolen, hvis du ikke selv har et.



Kasper Rander er højskolelærer på Egmont Højskolen. Uddannet journalist og medielærer.



PRAKTISKE OPLYSNINGER

ANKOMST

Mandag den 27. juni mellem kl. 15:00 og 17:00

AFREJSE

Søndag den 3. juli kl. 12:00. Værelser forlades senest kl. 10:00.

HJÆLPERE/HJEMMEHJÆLP

På Egmont Højskolen findes en lille hjemmehjælpsafdeling, som kan give en hånd med, når du f.eks. skal hente mad ved buffeten, have pakket ud, have gjort rent i begrænset omfang, knuppet skjorte, bundet sko osv.

Hvis du skal have mere omfattende personlig pleje eller støtte til fx bad, toilet og påklædning i mere end 10 min. morgen og aften, skal du medbringe den hjælp, som du får hjemme. Det vil sige, at din hjemkommune skal overflytte din hjemmehjælp (som du har fået bevilget efter Servicelovens §83, §85 eller §95) til Egmont Højskolen, så vi har midlerne til at ansætte ekstra hjælpere. Hvis du har hjælperordning efter §96, skal du medbringe egne hjælpere.

Hvis du ikke medbringer timer til hjemmehjælp, og hvis du ikke har oplyst skolen om dit behov for hjælp, vil der ikke blive stillet hjælp til rådighed. Det er således dit ansvar at sørge for, at bevillingen er på plads, og at skolen er vidende om dit behov for praktisk hjælp, inden kurset starter. Husk at afkrydse på tilmeldingsblanketten, at du ønsker et skema omkring hjælpebehov tilsendt.

HJÆLPEMIDLER

Skolen har 18 værelser med loftlift, som fordeles efter først-til-mølle-princippet. Sejl skal medbringes. Badesæde (væghængt) og badebåre kan lånes, hvis det er forudbestilt. Elseng kan lejes men skal bestilles senest en måned før kursusstart.

- Leje af loftlift: 200 kr. pr. uge
 - Leje af elseng: 300 kr. pr. uge
- Alle andre hjælpemidler (f.eks. toiletstol, særlig madras, ekstra puder mv.) skal medbringes. Husk medbring egen crosser - højskolen har ingen mulighed for leje.

KONTOR

Skolens kontor er åbent alle hverdage mellem kl. 8:00 og 15:00. Her findes bl.a. dankortterminal, busplaner, togplaner, frimærker mv.

MØNTTELEFON

Der findes én mønttelefon ved spisesalen. Tlf.nr. 86 55 67 10.

OBS OBS OBS OBS

Regeringens genopretningspakke har omfattet en nedsættelse af statstilskuddet til ugekurser på højskolerne. Skolens bestyrelse har derfor med blødende hjerte vedtaget, at sætte sommerkursusprisen op til kr. 3.600. (Skulle hele besparelsen have været dækket, ville prisen have været 1.100 kr. højere).

Er du i en økonomisk situation, hvor pris-



SENGETØJ, LINNED MV.

Du skal ikke medbringe dyne, pude, sengelinned og håndklæder. Det er dog en god idé at medbringe et håndklæde til strandbrug, da skolens ikke må medbringes på stranden.

VÆRELSE

Skolens værelser er af meget forskellig standard. Det skyldes, at værelserne er bygget i løbet af en årrække, og at krav og behov har ændret sig. Vi håber, at I vil have forståelse for, at værelsesfordelingen sker efter kriterierne: behov og først-til-mølle.

ØKONOMI

Når vi har modtaget din tilmeldingsblanket, fremsendes girokort på deltagerbetaling + evt. tillæg for enkeltværelse, elseng eller loftlift. Hele beløbet betales på én gang.

Ved afbud pga. sygdom får du alle penge retur, hvis du fremsender lægeerklæring.

KURSUSPRIS

Voksne over 18 år	3.600 kr.
Hjælperpris	3.600 kr.
Tillæg for enkeltværelse:	300 kr.

TILMELDING

Send vedlagte tilmeldingsblanket til Egmont Højskolen **senest den 19. maj**. Tilmelding kan også ske via vores hjemmeside: www.egmont-hs.dk

HENVENDELSE

Søren Ingvarsen	si@egmont-hs.dk
Egmont Højskolen	
Villavej 25, Hou	tlf. 87 81 79 00
8300 Odder	fax 87 81 79 79
mail@egmont-hs.dk	
www.egmont-hs.dk	

forhøjelsen gør det svært for dig at deltage, har du mulighed for at søge om rabat på op til 600 kr. fra skolen svarende til forhøjelsen. I ansøgningsskemaet skal du oplyse om og dokumentere dit rådighedsbeløb og dine formueforhold, og på den baggrund vil skolen tage stilling til, om du kan få reduktion. Ansøgningsskema kan efter 1. marts 2011 hentes på skolens hjemmeside eller rekvireres telefonisk.



Ugeprogram



HAELD NYE TANKER PÅ TANKEN

27. juni – 3. juli 2011

Tid	Mandag 27/6	Tirsdag 28/6	Onsdag 29/6	Torsdag 30/6	Fredag 1/7	Lørdag 2/7	Søndag 3/7
8:00	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	
9:00	Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	
9:30-12:00		Behiane Bøje Gospel	Dorte Futtrup Fortælling	Fag	Jytte Dreyer Livsglædens nødvendighed	Erik Kelstrup Gnister fra Guldalderen	8:00-12:00 Mokost & afrejse
12:00		Frokost	Frokost	Frokost	Frokost	Frokost	
14:00-17:00	15:00-17:00 Ankomst & indkvartering	Fag	Fag	Fag	Eftermiddag ved vandet	Fag	
18:00	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	
19:30	Velkomst 19:45-20:15 Mød din underviser	Tur Hou Havn	Jazz	Jazz	Film "Det defekte menneske"	18:30 Afslutnings- middag og fest	

Med forbehold for ændringer. Yderligere praktiske oplysninger tilsendes før kursusstart.