

egmont
højskolen

SOMMERKURSUS

HÆLD NYE TANKER PÅ TANKEN

Nu med svømmehal!

Uge 26

24. – 30. juni 2013



Udviklet i samarbejde med



Muskelsvindfonden

Danmarks mest rummelige højskole

HÆLD NYE TANKER PÅ TANKEN!

Vi glæder os til at byde velkommen til Egmont Højskolen, som for 10. gang arrangerer sommerkursus i uge 26 i samarbejde med Muskelsvindfondens Seniorgruppe – ”Muskelbundtet”.

Dette udelukker ingen - kurset er åbent for ALLE.

Folderen her inspirerer dig forhåbentlig til at bruge en uge af din sommer på et uforglemmeligt ophold på Egmont Højskolen – i år med mulighed for at benytte Vandhalla - højskolens fantastiske nye svømmehal!

Som tidligere år består kurset af både foredrag og undervisning på de forskellige valgfag. Årets foredrag er:

Erik Kelstrup, der er sognepræst ved Ormslev kirke, kommer tirsdag og starter ugen godt op med højskolesange og fortællinger, der knytter sig til sangene. Torsdag står i rejsens tegn med 2 rejseforedrag. Om formiddagen fortæller *Anna le Dous* om at rejse ”Jorden rundt i kørestol”, og om aftenen beretter *Jesper Kenn Olsen* om sine løbeture Jorden rundt. På torsdagens rejse-temadag er du velkommen til at invitere gæster, som så kan opleve en enkelt dag på højskole.

Fredag vil tidl. højskoleforstander *Asser Amdissen* tale om vores demokrati, og som en god afrunding på ugen kommer impro-teatergruppen *Blot til Lyst* lørdag og sørger for, at alle får et godt grin.

Mens foredragene er fælles for alle, deltager alle kursister i et valgfag, og der er noget for enhver smag på programmet: Du kan vælge at skabe smukke ting i *Glas*, gå i dybden med *Acrylmaleri* eller blive en bedre fotograf i *Foto*. Du kan også dyrke din interesse for biler i værkstedsfaget *Mig og min bil*.

For de naturglade kan ugen byde på *Sejlad*s i skolens både eller ture i det skønne danske landskab i faget *Gør Danmark grønt*.

Svømning og bevægelse vil benytte skolens nye svømmehal, og her er det disciplinerne Halliwick-svømning og Qi Gong, der er på programmet.

Du kan også blive inspireret til nye retter i faget *God mad hver dag* og har desuden mulighed for at udtrykke dig gennem sang i faget *Kor og sangkultur*. Du kan dykke ned i *Den anden og de andre* som er et filosofisk fag, og endelig kan du blive klogere på kunst i *Kunst og kultur*.

Ugens aftner vil være præget af hyggeligt samvær, god mad, snak og hygge.

Et par aftener vil der også være mulighed for at benytte svømmehallen.

På festaftenen lørdag vil der efter de kunstneriske fags fernisering blive spillet op til fest.

Alle kan se frem til et inspirerende kursus med rig mulighed for nye venskaber og ny viden!

Vi glæder os til at se jer!

Kasper Rander, Eva Carlslund og Bettina Mai Rander
Egmont Højskolen

Foredrag og fællesundervisning

Tirsdag formiddag: foredrag v. Erik Kelstrup

Den danske sang

Vi starter ugen med et opløftende foredrag, der tager udgangspunkt i Højskolesangbogen.

Erik Kelstrup, der til daglig er sognepræst ved Ormslev Kirke, fortæller nogle af de historier, der knytter sig til sangene, og han sætter dem ind i den historiske sammenhæng, som de er blevet til i.

Vi skal naturligvis også synge sangene sammen, og med Erik bag klaveret er der lagt op til en både medrivende og spændende formiddag.



Torsdag formiddag: foredrag v. Anna le Dous



Jorden rundt i kørestol

Selv om man sidder i elektrisk kørestol, aldrig har følt jorden under sine fødder og ikke kan vende sig selv i sengen om natten, kan man godt rejse ud og opleve verden. Anna le Dous er 100% afhængig af andres hjælp – alligevel har hun indtil videre rejst i 43 lande. Hør Anna fortælle om sine oplevelser på jordomrejsen, som gik til USA, Fiji, New Zealand, Australien og Kina. Foredraget vil også indeholde praktiske oplysninger om det at rejse, når man har et handicap.

Torsdag aften: foredrag v. Jesper Kenn Olsen

Jorden rundt i løb

Jesper Kenn Olsen er det første menneske, der har løbet jorden rundt!

I dette foredrag vil han dele sine oplevelser fra det første løb gennemført omkring jordkloden. Jesper, der også er cand.scient.pol., fortæller spændende anekdoter og beretter om de kulturelle oplevelser, hans ture har givet ham. Foredraget krydres med billeder og videoklip fra naturen gennem en vinter i Skandinavien, tværs over Sibirien, Japan, den australske Nullabor ørken om sommeren og de canadiske Rocky Mountains.



Foredrag og fællesundervisning

Fredag formiddag: Foredrag v. Asser Amdisen

Demokratiet under angreb - indefra

I de seneste år er der blevet snakket meget om, hvordan demokrati og ytringsfrihed er under angreb fra terrorister og andre udefra kommende kræfter. I dette foredrag fortæller historiker Asser Amdisen det vestlige demokratis historie, og der debatteres om det egentligt overhovedet er udefra, faren kommer. Foredraget er stærkt polemisk og forfægter det synspunkt, at hvis vi ikke indser, at demokrati ikke er gratis, så vil vores demokrati degenerere til en totalitær demokratisme, der ikke er et hak bedre end de styre, som vi med kors og Dannebrog i hånden bekæmper over resten af verden.



Lørdag formiddag: Improshow med *Blot til Lyst*



Improshow

Oplev en verdenspremiere når improgruppen *Blot til Lyst* leverer et show alene baseret på forslag fra publikum og egne finurlige tankegange.

Her er drama, latter, tårer, helt uden manuskript – og endda en sang i ny og næ, hvis skuespillerne ikke kan holde sig i skindet. Hvad der kommer til at ske ved ingen. I har forslagene, vi har ideerne, og vi spiller et show om jer til jer. Og når showet er slut, kommer det aldrig igen.

Blot til Lyst

- har siden 1990 spillet over hele Danmark og i udlandet og optræder jævnligt i Århus.



Glæd dig også til at prøve højskolens nye, fantastiske svømmehal!

Beskrivelser af valgfag

Mig og min bil

Højskolelærer Peder Nielsen

Dette fag tager udgangspunkt i dig og din bil og den verden, vi lever i. Vi skal både arbejde håndgribeligt med din bil, men også forholde os til bilen set i et samfundsmæssigt perspektiv. Man kan sagtens deltage, selvom man ikke har sin egen bil.

På det praktiske niveau har vi på vores værksted mulighed for at lave småreparationer på bilen (evt sten-slag), give den en grundig rengøring, polere den. Eller måske montere noget ekstraudstyr indkøbt i en biludstyrsforretning.

Måske skal du også lige tjekke olie og andre væsker på bilen og se, om dæktrykket er i orden. Hvornår skal den på service næste gang?

Vi skal også se på bilen som et vigtigt transportmiddel i vores samfund. Hvordan har udviklingen været, hvad sker der lige nu? Og kan vi stadig forsvare privatbilismen fremover? Er det nu godt for miljøet? Er det bedre med kollektiv trafik? Skal jeg vælge en hybridbil næste gang, – eller en elbil?

Det er planen, at vi skal ud af huset en dag. Det kunne være med et historisk perspektiv, hvor Gjærn Automobilmuseum og Horsens Industrimuseum er oplagte muligheder. I Horsens er der også et fint lille Nimbus motorcykelmuseum.



Sejlads

Sejladslærer Stefan Göttler

Igen i år tilbyder vi sejlads i skolens mange forskellige bådtyper – lige fra de store kølbåde, hvor du indgår i en besætning på 4-5, til små mini-12'ere hvor du kan få oplevelsen af være din egen skipper og sejle helt selv. Alt efter vejrets luner kan vi prøve kræfter med forskellige maritime aktiviteter, og jeres skipper vil i farvandet ud for Hou også fylde jer med "sørøverhistorier" undervejs.

På 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.

På havnen findes udstyr og hjælpemidler - fx. lifte, så alle kan deltage på sejlads-holdet. Du kan også låne passende sejlerøj og redningsvest.





Beskrivelser af valgfag

Foto med digitale kameraer

Højskolelærer Kasper Rander

I dette fag lærer du at tage bedre billeder med digitalt fotoudstyr. Du lærer at betjene kameraet, overføre og bearbejde billeder via computeren, gemme billeder og at få billederne videre fx på papir eller som digitale billedsamlinger på internettet.

Du lærer også, hvordan du tager gode billeder med spændende indhold. Vi vil kigge på billeder taget af 'rigtige' fotografer for at aflure dem nogle tricks. Vi skal høre om fotografiets historie og diskutere billeder – både jeres og andres – og finde ud af, om det er rigtigt, at *et billede siger mere end 1000 ord*.

Hvis du selv har et digitalkamera, er du velkommen til at benytte det, ellers låner du et af skolen.



God mad hver dag - frisk op på dine klassikere

Ulla Rasmussen

Hvorfor ikke ha' det luksus? God mad er egentlig bare almindelig mad, der er kælet for. Med nogle enkle tips og lidt ekstra tid kan du nemt forvandle en ganske almindelig frokost- eller middagsret til en særlig oplevelse. Derfor kan du roligt holde fast i dine klassikere som boller i karry eller frikadeller, de skal bare have lidt ekstra kraft og kærlighed og et par nye ideer, så smager de, som om du havde stået i køkkenet i flere timer. Sammen afprøver vi mange retter fra hverdagen og smagssætter dem i flere velmagende varianter. Vi tilsætter nænsomt krydderier og krydderurter, der giver smagsdybde, og vi arbejder samtidig med udseendet og bruger farvestrålende grøntsager og andre ingredienser, der fryder øjet.

Vi starter ugen med at se på "det daglige køkken" med nye øjne. Derefter undersøger vi mulighederne for at bruge sunde lokale råvarer som f. eks. spegepølser, krydderurter og friske grøntsager på nye måder. Vi kombinerer til sidst med bær, kerner og kornsorter som for eksempel solbær, hasselnødder og spelt.

I køkkenet komponerer vi hver dag duft, velmag, form og farver ind i mange lækre retter, og vi nyder det hele i hinandens selskab, inden vi slutter dagen.

Vil du gerne motiveres til at friske op på dine klassikere med kyndig vejledning og hyggelige smagsoplevelser, så prøv dette kursus og få nye ideer og opskrifter med hjem.





Beskrivelser af valgfag

Den anden og de andre

Sognepræst, ph.d. Erik Kelstrup

”Intet menneske er en ø”, skrev den engelske digter John Donne. Det er der noget om. Selv om det hævdes, at vi lever i en individualiseret tidsalder, så kommer vi ikke uden om, at de andre mennesker fylder. De er her og der og alle vegne, og de påvirker vort liv på utallige måder.

Men hvilken betydning har det andet menneske egentlig? Filosofer som Løgstrup, Buber og Levinas har gjort sig mange og dybe overvejelser over det spørgsmål.

Enhver kunstner ved, at i det øjeblik der placeres to personer i et billede, så opstår der noget imellem dem.

Hele romaner og skuespil er bygget op over forholdet mellem to eller flere personer. Og så er der hele det etiske område. Hvad bør vi gøre i forholdet til de andre? Og hvad når de andre er mange? Grundtvig talte højstemt om ”folket”, men Kierkegaard kunne ikke fordrage ”mængden”.

Der er nok at tage fat på, når vi i denne studiekreds ved hjælp af filosofi, kunst, litteratur, teologi og musik vil se nærmere på ”den anden og de andre”.



Kunst og kultur

Højskolelærer Camilla With Aasager

Har du lyst til at se kunstudstillinger og samtidig få noget viden om det, du ser – så er dette holdet for dig! Vi skal besøge tre vidt forskellige udstillinger i det østjyske med opstart på Aros og udstillingen: ”GULD – kendte og ukendte skatte fra den danske guldalder”. Vi kommer på rundvisning og har bagefter tid til at opleve udsigten fra *My Rainbow Panorama*.

Onsdag går turen til Jorn museet i Silkeborg og udstillingen: Karel Appel: ”*I do not paint, I hit!*”. Den hollandske kunstner Karel Appel var en vigtig skikkelse i COBRA-bevægelsen, som han var med til at stifte i 1948 sammen med blandt andre Asger Jorn.

Fredag tager vi kaffekurven med til *Sculptures by the Sea*, som for tredje gang danner rammen om en smuk og inspirerende skulpturvandring ved Århus bugt.

Lørdag fordøjer vi ugens oplevelser med en billed-workshop i højskolens kunstlokale. Billederne bygges op med overførsels-teknik af fotos, vi tager undervejs, pastelkridt og akrylmaling.





Beskrivelser af valgfag

Svømning og bevægelse

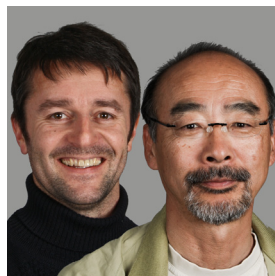
Jason Pennington og Yutaka Kataoka

Faget vil bestå af elementer af svømning, bevægelse og mentale øvelser.

Svømmeundervisningen foregår efter Halliwick-konceptet, som er udviklet med henblik på personer med fysisk funktionsnedsættelse, og lægger vægt på forståelse af de kræfter, kroppen påvirkes af i vand.

Svømning vil foregå i højskolens egen nye svømmehal, med det nyeste inden for tilgængelighed.

Fagets bevægelses- og mentale del udgøres af Qi Gong, der betyder "Livsenergi Øvelse" og er af kinesisk oprindelse. Qi Gong består af fysiske øvelser, åndedrætsøvelser og psykiske/meditative øvelser og har en god effekt på den fysiske og psykiske sundhed. Alle kan lave Qi Gong uanset alder, køn og handicap.



Acrylmaleri - farvens kraft

Billedkunstner Tina Lynge

Et intenst mini-kursus for dig – nybegynder eller let øvet, som har lyst til at prøve kræfter med akrylmaleriets mange spændende muligheder og udtryk!

Vi kommer omkring grundlæggende maleteknikker og forskellige måder at bruge farver og pensler på. Der vil i løbet af kurset især sættes fokus på farver og farvens kraft, alt efter hvilken stemning og udtryk der ønskes i maleriet .

I acrylmaleri arbejdes der både med fælles øvelser og selvvalgte studier, og vi kommer ud over farver omkring følgende elementer i maleriet: Komposition, form og stoflighed. Vi lader os bl.a. inspirere af natur - og figurmotiver samt temaer efter eget valg (eksempelvis medbragte fotos og billeder).

Derudover kigger vi også på andre kunstneres malerier.

Der er også mulighed for at arbejde med "sampling" (overføring af fotokopi på lærred) og eventuelt prøve at "male" på højskolens iPad og få et printet billede med hjem! 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 farver, pensler og evt. lærreder, hvis du har det – ellers kan det købes billigt på kurset.



Beskrivelser af valgfag

Kor og sangkultur

Højskolelærer Inge Johnsen

Har du lyst til at nyde sangens vidunderlige energi og fællesskab, så du får nye melodier i tankerne, er kor noget for dig. Vi skal synge både klassiske og moderne arrangementer af højskolesange skrevet af bla. Grundtvig og H.C. Andersen samt sange på andre sprog fra kulturer i resten af verden.

Vi fordyber os i, hvordan disse sange er blevet fornyet af nye generationer gennem de sidste årtier og tager en forhåbentlig livlig og aldeles uløselig debat om temaet smag, som altid er forfriskende at diskutere i selskab med andre spændende mennesker.



Glas

Højskolelærer Ann Jeppesen

På kurset lærer du håndteringen af glas, værktøj og forskellige teknikker. Vi skærer alt ud med specialværktøj (og puster altså ikke glasset) i dette fag.

Vi arbejder med en glastypepe, som hedder "bull's eye glas" og bruger to forskellige teknikker: "Fusing", der går ud på at smelte glasset sammen ved høje temperaturer i en special ovn og "Slumbing", hvor man smelter glasset ned i en form – også i ovn. Der er mulighed for at lave ting helt efter din egen smag og fantasi! Den sidste dag tager vi på tur til Glasmuseet i Ebeltoft. Man betaler efter vægt for de glasting, man laver.



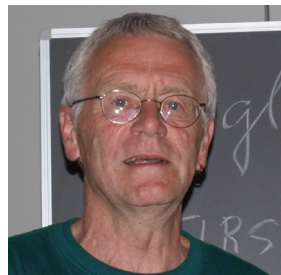
Gør Danmark grønt

Biolog Hans Pedersen

Danmark skal benyttes og beskyttes. Det er sikkert og vist. Men hvordan gør man det i praksis? Vi besøger nogle af de steder, hvor landet bliver passet og plejet. Og hvor de folk, vi besøger, har taget stilling til, hvordan Danmark skal se ud – nu og i fremtiden.

I praksis er vi ude på ture hver eneste dag. Vi besøger et økologisk dyrehold. Vi tager en tur til naturskolen ved Langør på Nordsamsø.

Og vi skal ud og se park, skov og eng, når den er allerdejlignest ved midsommertid.



PRAKTISKE OPLYSNINGER

Ankomst

Mandag den 24. juni mellem kl. 15:00 og 17:00

Afrejse

Søndag den 30. juni kl. 12:00. Værelser forlades senest kl. 10:00.

Kursuspris

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

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

Tilmelding

Send vedlagte tilmeldingsblanket til Egmont Højskolen senest den 21. maj. Tilmelding kan også ske via vores hjemmeside: www.egmont-hs.dk

Herefter fremsendes faktura på deltagerbetaling + evt. tillæg for enkeltværelse, elseng eller loftlift. Hele beløbet betales på én gang senest d. 1. juni.

Kontor

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

Henvendelse

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

Værelser

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.

Sengetøj, linned mv.

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

Badeudstyr

Husk badetøj og eget badehåndklæde. Egmont Højskolen har verdens bedste badebro ved stranden, samt Vandhalla, vores nye svømmehal med bl.a. rutsjebane og varmtvandsbassin.

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, knappet 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.

Hjælpe midler

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.





Tid	Mandag 24/6	Tirsdag 25/6	Onsdag 26/6	Torsdag 27/6	Fredag 28/6	Lørdag 29/6	Søndag 30/6
8:00		Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	
9:15		Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	
9:30-12:00		Erik Kelstrup Den danske sang	Fag	Anna le Dous Jordan rundt i kørestol	Asser Amdisen Demokratiet under angreb - indføra	Blot til Lyst Improshow	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	Rejsetema-eftermiddag ved Tehuset	Fag	Fag	
18:00	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	
19:30	Velkomst 19:30-20:30	Frivilligt arr.: Gåtur til haven	Frivilligt arr.: Fortællinger	Jesper Kenn Olsen Jordan rundt i løb	Frifften	18:30 Afslutnings- middag og fest	

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

Tilmelding til "Hæld nye tanker på tanken"

fra den 24. juni til den 30. juni 2013

(skriv tydeligt med BLOKBOGSTAVER – og KUN ÉN voksen pr. blanket)

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: _____

HVIS DU IKKE HAR EGEN HJÆLPER MED, ANGIV:

Jeg har brug for hjælp fra Egmont Højskolen 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

- Mig og min bil
- Sejlads
- Foto med digitale kameraer
- God mad hver dag
- Den anden og de andre
- Kunst og Kultur
- Svømning og bevægelse
- Acrylmaleri – farvens kraft
- Kor og sangkultur
- Glas
- Gør Danmark grønt

2. prioritet

- Mig og min bil
- Sejlads
- Foto med digitale kameraer
- God mad hver dag
- Den anden og de andre
- Kunst og Kultur
- Svømning og bevægelse
- Acrylmaleri – farvens kraft
- Kor og sangkultur
- Glas
- Gør Danmark grønt

DATO

UNDERSKRIFT

VEND →

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. 21. maj 2013 til:

Egmont Højskolen
Villavej 25
Hou
8300 Odder

**HÆLD NYE TANKER
PÅ TANKEN**
Uge 26 • 24. – 30. juni