| | Mandag 3/8-2020 | Tirsdag 4/8-2020 | Onsdag 5/8-2020 | Torsdag 6/8-2020 | Fredag 7/8-2020 |
|---|---|---|---|---|---|
| 9.00-9.30 | Kaffe og rundstykke | Kaffe og rundstykke | | Kaffe og rundstykke | Kaffe og rundstykke |
| 9.30-9.45 | Morgensang og sæt gang i kroppen | Morgensang og sæt gang i kroppen | | Morgensang og sæt gang i kroppen | Morgensang og sæt gang i kroppen |
| 10.00-11.45 | Anders W Bertelsen: Skibhus-kvarteret | Arne Maria-ger: Mennesker på vejen | | Ole Søren-sen: Rebellen fra Langeland | Rasmus Dahlberg: Hans Hed-toft |
| 11.45-12.15 | Frokost | Frokost | | Frokost | Frokost |
| 12.15-14.00 | Yvonne Schouen-borg: Sangen har vinger | Tur i Åløkke -skoven med Car-sten Myhr.<br><br>Der serve-res kaffe i skoven. | 13.00-14.45 Reden Odense | Kim Wester-gaard: Kropsterapi | Balslev og Holmegård: Musik af Kim Larsen |
| 14.00-14.15 | Kaffepause | | 14.45-15.00 Kaffe | Kaffepause | 14.15 - 15.00: Kaffe og evaluering |
| 14.15-16.00 | Agnethe Bjørn: Er vi de gamle unge eller de un-ge gamle? | | 15.00-16.45 Nils-Peter Holm: Monologer og sange | Poul Kjær Lauridsen: Sangfore-drag | |
| | | | 17.00-17.30 Alsang Anette Mag-nussen spil-ler til | | |
| | | | 17.30-20.00 Spisning | | |

**Efter morgenkaffen samles vi i salen til morgensang. Annette Magnussen spiller til. Jette og Bent laver lette øvelser så vi får gang i kroppen.**
**Frokost 2 stk. smørrebrød samt 1 stk. ostemad.**
**Eftermiddagskaffe og kage.**
**Drikkevarer er for egen regning og kan købes i cafeen.**

# Sommerhøjskole Seniorhus Odense

## 3. august 2020 - 7. august 2020

**Mandag, tirsdag og torsdag**
**kl. 9.00 - 16.00**
**Onsdag kl. 13.00 - ca. 20.00**
**Fredag kl. 9.00 - 15.00**

**Pris 1300,- kr. incl. fortæring**

**Praktiske oplysninger:**
Tilmelding og betaling sker online på seniorhusets hjemmeside www.seniorhusodense.dk/seniorhuset

2. april kl. 07.00 åbnes der for tilmelding samt betaling af 600 kr.
28. maj kl. 07.00 åbnes for betaling af restbeløbet på 700 kr.
Restbeløbet skal betales senest 4. juni.
Betaling er bindende og refunderes ikke ved afbud.
Max. deltagerantal 50, først til mølle princippet gælder.
Primært for seniorer boende i Odense kommune.

Kontaktperson: Wicki Andersen, sommerhojskole@seniorhus.dk
Mobilnr.: 20465218

***Anders W. Bertelsen - Skibhuskvarteret***

*Forfatter og byrådsmedlem. Med udgangspunkt i sin bog "Skibhuskvarteret - fra landsogn til arbejderkvarter" fortæller Anders W. Bertelsen uddrag af historien om dengang Skibhuskvarteret blev til. Om landsognets kamp for at blive en del af Odense og om de mange skibsbyggere og andre arbejdere, der forvandlede marker til en arbejderforstad.*

***Yvonne Schouenborg - Sangen har vinger***

*Med udgangspunkt i højskolesangbogen og glæden ved at synge, skal I vækkes fysisk og psykisk!*
*Men bare rolig: Det bliver fornøjeligt!*
*Nøgleord kunne være: Holdning, vejrtrækning, klang, sammenhæng mellem krop og sind i den spontane lyd!*

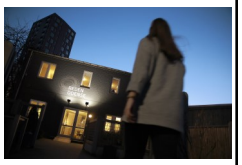
***Agnethe Bjørn - Er vi de unge gamle - eller de gamle unge***

*Om livet, kærligheden, venskabet, alderen og døden. For dem der har levet en stund og måske føler "tidens tand" gnave i kroppen.*
*Tekster af Benny Andersen, Piet Hein, PH, Jeppe Aakjær, Søren Kierkegaard m.fl.*
*Pianist og organist Lisbeth Sylvest akkompagnerer.*

***Arne Mariager - Mennesker på vejen***

*Causeri om farverige mennesker som Arne Mariager har mødt gennem et langt liv i medierne – fra Ove Sprogøe til Hans kongelige Højhed Prins Henrik. Fra rørende historier til muntre anekdoter.*

***Reden Odense***

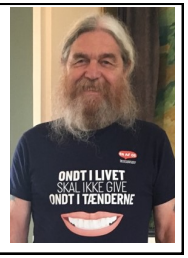


*"Reden Odense fungerer som et anonymt værested, hvor hovedformålet er at reducere kvindernes skadesvirkninger. Igennem omsorg, motivation og en individuel tilgang forsøger personalet at hjælpen enkelte kvinde til at blive "herre i eget liv".*

***Nils-Peter Holm og Tage Krogh - Monologer og sange***

*Kom glad til koncert, og gå måske endnu gladere derfra. Pianist Tage Krogh Nielsen akkompagnerer bedemand og landsbytossen Nils-Peter Holm gennem 2 x 45 minutters sange og monologer lige fra hoften med de tre store danskere - Osvald Helmuth, PH og Benny Andersen*

***Ole Sørensen - Rebellen fra Langeland***




*Ole Sørensen vil fortælle om brugerindflydelse, anekdoter, værdier, livssyn og menneskesyn, skæve vinkler, opbakning fra det kommunale politiske system og meget mere.*
*Der vil være plads til spørgsmål og diskussioner.*
*Foredraget vil blive krydret med humor.*

***Kim Westergaard massage- og kropsterapeut***

*Der er mange, der går rundt med smerter alt for længe og ikke får gjort noget ved det. Det kan medføre yderligere og værre skader, som kan blive kroniske og varige. Kropsterapi er en utrolig effektiv metode til at nå i dybden med skader og skavanker og komme dem til livs ved en ganske smertefri behandling.*

***Poul Kjær Lauridsen - Sangforedrag***

*Vi synger en række sange fra højskolesangbogen.*
*Poul Kjær Lauridsen spiller selv klaver til, og fortæller undervejs om melodierne, komponisterne og om teksterne.*
*Tekster og melodier sættes i en historisk sammenhæng.*

***Rasmus Dahlberg - Hans Hedtoft***

*Da det topmoderne grønlandsskib "Hans Hedtoft" den 30. januar 1959 forliste på tilbageturen på jomfrurejsen, var det en katastrofe med flere dimensioner, som udspillede sig i de barske omgivelser. I Grønland mistede familier deres forsørger, og børn blev forældreløse, mens der i Danmark udløstes en politisk storm om ansvaret for katastrofen. At der samtidig stadig hersker stor mystik om, hvad der egentlig skete, da "Hans Hedtoft" gik ned, er med til at fastholde mindet om skibet og historien.*

***ELPS DUO – En hyldest til Kim Larsen***

*Claus Balslev vil i følgeskab med pianist og sanger Morten Holmegaard, begge kendt fra "En Lille Pose Støj", tage os med på en musikalsk rejse igennem Kim Larsens sangskat.*
*Der vil også blive spillet sange som Kim Larsen har skrevet til andre kunstnere og lidt fra albummet "Glemmebogen", som Kim Larsen nåede at indspille.*