

## DAGSPROGRAM

- Kl. 07.20 Mulighed for morgenmotion
- Kl. 08.00 Morgenmad
- Kl. 09.00 Morgensamling
- Kl. 10.00 Foredrag
- Kl. 12.00 Frokost
- Kl. 13.30 Tilbud om aktivitet / udflugt
- Kl. 15.00 Kaffe, te og kage
- Kl. 15.30 Foredrag
- Kl. 18.00 To-retters aftensmad
- Kl. 19.30 Aftenarrangement  
Aftenkaffe, te og lidt sødt

## UDFLUGT

Heldagstur til Vejle

## MEDVIRKENDE

- Nina Tofte Hansen, naturformidler
- Kim Mouritzen, køkkenchef
- Mette Holtegaard, kursusværtinde
- Søren Jensen, musiker og historiker
- Orla Duedahl, guide, VisitVejle
- Carla Osborg, socialpædagog og vagabondforsker
- Basseralle Duo:  
Lene Riis, sang harmonika  
Ole Spillemand, sang, guitar, violin, sav, skeer m.v.

## KURSUSLEDERE

Louise Brandstrup og Helge Teglgård



## PRISER

**Kr. 5.550,-**

**Rabat:** 400 kr. pr. person ved enkeltværelse uden havudsigt eller i delt dobbeltværelse med havkig.

*Gratis bustransport t/r Skanderborg Station  
giv besked ved tilmelding.*

Rude Strand er en højskole efter Grundtvigs tanker. En af Danmarks smukkeste beliggende højskoler lige ud til Østjyllands idylliske kyst og med udsigt over Kattegat til Samsø, Tunø og Helgenæs.

Rude Strand Højskole • Kystvejen 114 • 8300 Odder  
Tlf. 86 55 89 44 • info@rudestrandhojskole.dk  
[www.rudestrandhojskole.dk](http://www.rudestrandhojskole.dk)

# SOMMER SOL OG SANG



Livslystne foredrag, lune nætter og lækker mad. Og altid en lille risiko for, vi bryder ud i sang. Vi synger de gode gamle og de fine nye fra Højskolesangbogen.

Hver dag begynder med frivillig motion, en gåtur eller et frisk havbad fra vores egen, fine strand.

Ugen er pakket med fornøjelige foredrag, musikalske oplevelser og SANS (sang med en dans) – og så inviterer vi på spillemandsmusik og picnic i det grønne.

Ugens udflugt går til Vejle med havnefronten og Olafur Eliassons ikoniske Fjordenhus. Samt til Vejle Ådal med Bindeballe og Harald Blåtands Bro



“ Kom og vær med  
i et muntert, hjertevarmt  
og nysgerrigt fællesskab  
med masser af vitaminer  
til hjerte og hjerne ”

**MANDAG DEN 26. JUNI****Kl. 13-14 Ankomst og indkvartering**

Kaffe, te og boller

**Kl. 14.45 Introduktion til kurset****Kl. 16.00 Født flokdyr** *v/ Louise Brandstrup*

Mennesker er sociale væsener, der kun udvikler sig og trives i mødet med artsfæller. Følelsen af at tilhøre en flok er en betingelse for, at vi har det godt. Vi bliver klo- gere på, hvorfor det dog er sådan og morer os med be- greber som spejling og nudging.

**Kl. 19.30 De nye højskolesange** *v/ Helge Teglgaard***TIRSDAG DEN 27. JUNI****Kl. 10.00 Bynatur** *v/ Nina Tofte Hansen*

Nina er naturformidler og forfatter til bogen »Bynatur«. I dette oplæg fortæller hun om, hvorfor den bynære natur er så vigtig og giver inspiration til, hvordan vi alle kan få flere naturoplevelser ind i hverdagen.

**Kl. 13.30 Gåtur eller SANS** (sang med en dans)*v/ Louise Brandstrup***Kl. 15.20 I lyset af sangene** *v/ Helge Teglgaard*

Grundtvig står som en af de mest markante skikkelser i dansk kulturhistorie. Men der, hvor vi synes, vi kender Grundtvig bedst, er i hans sange og salmer. Og det er derfor med dét sigtepunkt, vi vil belyse Grundtvigs livs- og menneskesyn – og selvfølgelig ved at synge sangene!

**Kl. 19.30 Aftensalon** *v/ Louise Brandstrup***ONSDAG DEN 28. JUNI****Kl. 09.00 Afgang, heldagsudflugt til Vejle****Kl. 17.30 Hjemkomst Rude Strand****Kl. 19.30 Rosé-smagning***v/ Kim Mouritsen og Mette Holtegaard***TORSdag DEN 29. JUNI****Kl. 10.00 Den lave revisor og det høje humør***v/ Louise Brandstrup*

Mød en lille mand, hvis fantasi rakte til månen. Som ev- nede at se det store i det små og insisterede på at le højt mindst tre gange hver dag... Men kan man egent- lig beslutte sig for at være i godt humør? Og hvis der sidder en sten i skoen af gammelt nag eller tristesse – hvordan bliver vi da frie for den og fornøjede igen?

**Kl. 13.30 Guidet gåtur eller SANS***v/ Louise Brandstrup***Kl. 15.30 Revysange til tiden***v/ Søren Jensen***Kl. 19.30 Bedsteforældrenes Klimaaktion!**

Man bliver aldrig for gammel til at være en græsrod! Mød en lille håndfuld gæve seniorer fra Aarhus, der kæmper for budskabet om det gode klimavalg og pres- ser politikerne til at tage ansvar for en effektiv grøn om- stilling.

**FREDAG DEN 30. JUNI****Kl. 10.00 På landevejen med Carla***v/ Carla Osborg*

Søren Kirkegård sagde: »Mød mennesket, der hvor mennesket er«. Det gjorde Carla Osborg. Ugen efter Hjallerup Marked den 31. maj 1990 sluttede hun sig til gruppen af landevejsriddere i Sindal. Carla var afsted i ni måneder for at studere vagabonder på nærmeste hold...

**Kl. 15.00 Syng og sank** *v/ Helge Teglgaard*

Vi synger os igennem det smukke område på Rude Hede og kommer hjem med en feststemt buket til borddækningen.

Eller

**Kl. 15.00 Et spil krolf i parken** *med instruktør*

Krolf er en blanding af golf og krocket. Det er nemt at læ- re, og der er ganske få regler.

Eller

**Kl. 15.00 En vandring i stilhed** *v/ Louise Brandstrup*

Vi går en tur på omkring fire-fem kilometer. At gå i stil- hed kan noget helt særligt...

**Kl. 18.00 Hvidvin på terrassen**

Herefter tre-retters middag og musik med Basseralle Duo.

**LØRDAG DEN 1. JULI****Kl. 09.00 Kort morgensamling** - herefter afrejse