

Temaet for foredragene og ekskursionerne er en blanding af aktuelle og historiske emner, der tager sigte på viden, debat, fornyelse, oplevelser, samvær, fællesskab og indhold.

Sangtimerne er med til at styrke fællesskabet og glæden ved den danske sangskat. Vi synger fra bl.a. den nye Højskolesangbog, og vi lærer mange nye sange og viser.

Afspænding giver velvære til hele kroppen.
Vi bruger øvelser fra Ældresagens program
'Træn dig glad'.

Samvær og fællesskab

Samværet og fællesskabet styrkes naturligvis gennem kursusaktiviteterne, men det får et yderligere løft i forbindelse med bl.a. jule- og kursusafslutningen samt ved ekskursionerne og en heldagsudflugt i maj. Højskolen yder tilskud, så egenbetalingen til disse arrangementer kan holdes på et rimeligt niveau. Ret til programændringer forbeholdes.

Højskoleforeningens bestyrelse:

Per Gustafsson, formand tlf. 4217 8353
Karen Tobisch, kasserer, Lise Buchardt, næstformand,
Kirsten Østergaard, referent, Lilly Margrethe Jørgensen,
Else Morthorst og Harry Halkjær
Lise Drewes Nielsen, 1.suppleant,
Flemming Davgaard, 2.suppleant

De ældres Højskole på Damgårdshave



**Velkommen
til
Viden - Debat - Fornyelse - Oplevelser -
Samvær
Fællesskab og Indhold**

2025 – 2026

De Ældres Højskoleforening i Albertslund byder dig hjertelig velkommen til en ny sæson med foredrag, ekskursioner og andre aktiviteter

Højskolens kursusaktiviteter foregår på Aktivitetscenteret Damgaardshave, Damgårdsvej 12 (bus 143, 144 og 149 går lige til døren). Højskolen drives af De Ældres Højskoleforening i Albertslund.

Den nye sæson begynder med en velkomstdag, med information om den kommende sæson, **onsdag den 1. oktober 2025 kl. 9.30** på Damgaardshave. Det er gratis at deltage i velkomstdagen, og alle er velkomne.

Højskolens kursusaktiviteter begynder tirsdag den 7. oktober 2025 og slutter onsdag den 11. marts 2026. Der er efterårsferie i uge 42 og juleferie i ugerne 50, 51 og 52 samt vinterferie i uge 8.

Tilmelding og tilskud

Prisen for at deltage i Højskolen er på i alt kr. 1.680 inkl. kontingent. Pensionister og efterlønsmodtagere betaler kr. 1.200 for hele sæsonen forudsat, at kommunen yder det resterende beløb i tilskud til egenbetalingen.

Bliver det kommunale tilskud mindre end forudsat, vil forskelsbeløbet blive opkrævet som et tillæg til egenbetalingen.

Tilmelding/betaling er bindende for en hel sæson .

Ved evt. overtegning opretter Højskolen en venteliste. Tilmelding til Ældrehøjskolen skal ske ved henvendelse til:
Lise Buchardt tlf. 2077 1696.

Kursusaktiviteter og tidsplan

Man kan - alt efter lyst og interesse - deltage i de forskellige kursusaktiviteter, som afholdes hver tirsdag, onsdag og torsdag i sæsonen. Programmet er varieret ud fra visionen om at skabe viden - debat - fornyelse - oplevelser - samvær - fællesskab og indhold i hverdagen. Man kan vælge at deltage i kreativt værksted, foredrag, ekskursioner, sang, og afspænding for kvinder.

Tirsdag kl. 12.30 - 14.30, Kreativt Værksted
v/ Magnus Lind Nielsen

Onsdag kl. 9.30 - 11.30, Foredrag eller ekskursion

Onsdag kl. 12.00 - 13.30, Sang
v/ Judith Pandrup

Torsdag kl. 12.30 - 13.30, Afspænding
v/ Anne Østergaard

Torsdag kl. 13.30 - 14.30, Hygge
v/ Rita Jensen

På det kreative værksted arbejder vi med en række forskelligartede materialer og måder at arbejde med kunsten på. Vi vil både skulle lade os inspirere af andre kunstneres udtryksformer, såvel som selv at skabe unikke og personlige billeder, skulpturer m.m. Det kræver ingen forudsætninger. Alle kan deltage og få en spændende kulturel oplevelse.