

Velkommen i LOF Nordfyn til sæson 2026-27

- til spændende tilbud inden for foredrag, undervisning og musik.
Vi glæder os til at se dig!

Optagelse på kursus og deltagelse på ture og til foredrag sker efter princippet "først til mølle".

Betaling: FORUD ved overførsel til **bankkonto 6863 1001846, mobile pay 10 54 73**

eller - efter aftale - ved kursusstart.

Materialer. Eventuelle udgifter til kursusmateriale afholdes af kursisten.

Tilmelding: telefonisk eller pr e-mail til - LOF skoleleder Aase Lundsgaard -
Tlf. 2086 6653 nordfyn@lof.dk



300 Højskoleaften

**Med tidl. højskoleforstander Niels Ole Frederiksen
Borgerhuset, Dallundvej 20, 5471 Søndersø
torsdag 3. september kl 18.00
pris: kr 180,-**

Aftenens foredragsholder er Niels Ole Frederiksen. Han har bl.a. udgivet to små digtsamlinger med titlerne "Glimt – før glemsel" og "Knirkende længsler". Digtene kredser om en verden, der har forandret sig. Det meste er blevet anderledes, end det var engang – men vi er her stadig.

Flere af digtene vender tilbage til barndommen. Ikke som nostalgi, men som korte nedslag – kommentarer til hændelser og situationer, der dengang gjorde indtryk, og som stadig kaster skygger og lys ind i nutiden. Det er små glimt af noget, der skete, noget der lige er sket, og noget der først langt senere blev forstået. Undervejs er der fællessang – med Lars Nicolajsen ved klaveret. Der synges selvfølgelig fra den nye Højskolesangbog, men også fra en spritny sangbog "Rollatorsange", som Niels Ole Frederiksen har skrevet og udgivet.



Vi starter med smørrebrød kl. 18.00

Tilmelding senest 26/8 tlf 20866653 eller nordfyn@lof.dk

301 Landet rundt i den Blå – Arrangeres i samarbejde med Ældersagen

**Med Helge Teglgard
Borgerhuset, Dallundvej 20, 5471 Søndersø
mandag 5. oktober kl 14.30
Pris: kr 140,-**

Hvor hører højskolesangene hjemme på Danmarkskortet? Mange sange knytter sig til personer, steder og begivenheder i Danmark.

Ved at synge om historie, geografi og natur fra alle egne får vi en oplevelse af sammenhæng og samhørighed i vort lille land. Også den helt særlige danske tradition for lejlighedssange sætter byer, skoler og højskoler på landkortet.

Tilmelding senest ugen før tlf 20866653 eller nordfyn@lof.dk



302 Fredagshøjskole – Arrangeres i samarbejde med FO Nordfyn

Fredag 2. oktober 9.30 – 16.00

Borgerhuset, Dallundvej 20, Søndersø

Pris: 360,- inkl morgenkaffe, frokost og eftermiddagskaffe

Christian Friis: Californien og den amerikanske drøm

Siden udbruddet af guldfieberen i 1849 har Californien mere end nogen anden stat repræsenteret USA som mulighedsland, som det forjættede land. Staten forbindes med en af de stærkeste amerikanske ideer, den amerikanske drøm: at alle her kan smede sin egen lykke.

Californien er fortællingen om den oprindelige befolkning og om de europæiske opdagelsesrejsende, den spanske kolonitid, den mexicanske periode og endelig stat i unionen. Og det er fortællingen om Golden Gate og Hollywood, om Silicon Valley, førerløse biler og verdens tech-giganter. Blandt USAs 50 stater har Californien den største befolkning, og den er en af de rigeste stater. Tag med på en tur til Californien, som nogle amerikanere selv betragter som en kulturel forløber for resten af landet.



MatMats Rudklint: Klavermatiné – ind i Musikken

Mats Rudklint fører os ind i musikken med spændende fortællinger fra musikens verden og om musikken. Det krydres med smuk klavermusik og suppleres med fællessang fra Højskolesangbogen. Mats Rudklint, der er uddannet pianist fra Esbjerg Musikkonserveratorium, har arbejdet mere end 20 år på Esbjerg Højskole og som freelance på diverse højskoler. Mats har rejst i det meste af verden med musik. Ansat ved Vejen Musikskole.



Tilmelding senest 29/9 tlf 20866653 eller nordfyn@lof.dk

303 Jutlandia – Arrangeres i samarbejde med Ældersagen

v/ Helle Juhl

mandag 26. oktober kl 14.30

Borgerhuset, Dallundvej 20, Søndersø

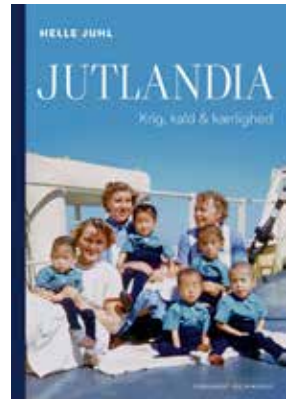
Pris: kr 140,-

Hospitalsskibet Jutlandia

Jutlandia blev i 1950 erhvervet af staten og efter ombygning indsat som hospitalsskib under Koreakrigen 1951-1953. Røde Kors forestod hospitalsvirksomheden, og på skibet, der stod under FN's kommando, behandlede i alt 5000 militære patienter og mere end 6000 civile. Efter tre rejser til Korea returnerede Jutlandia til København i oktober 1953.

Skibet blev ført tilbage til sin oprindelige skikkelse og genindsat i ØK's tjeneste. I 1965 blev Jutlandia ophugget i Bilbao, Spanien.

Tilmelding senest otte dage før tlf. 20866653 eller nordfyn@lof.dk



304 Carmen

fredag 7. november kl 16.00

Odense Koncerthus

Den Jyske Opera og Odense Symfoniorkester

Pris: kr 595,-

Påstigning i Særslev, Søndersø og Otterup fra omkring kl 14.30

Fri eller fanget?

Carmen er en af de mest komplicerede operaheltinder at forstå. For hvordan kan hun i begyndelsen stille sig op og sige, at hun er "fri som fuglen" for til slut at tro på, at det er hendes skæbne at opsøge den mand, som hun ved vil slå hende ihjel?



I sidste ende handler Georges Bizets hitopera fra 1875 om det faktum, at mandens største frygt er at blive gjort til grin, mens kvindens er at blive slået ihjel. Hvert femte drab i Danmark begås af en nuværende eller tidligere partner. Carmen bliver derfor et billede på alle de dræbte kvinder, vi alt for ofte hører om i nyhederne, hvor vi sidder uforstående og forfærdede tilbage og tænker: Hvordan kunne det ske? Carmen synges på dansk med danske overtekster.

Tilmelding senest 5/9 tlf 2086653 eller nordfyn@lof.dk

305 Koncertforedrag – Arrangeres i samarbejde med FO

v. Jakob Alsgaard Bahr og Leif Baltzhersen
søndag 29. november kl 16.00
Efterskolen i Særslev
pris: kr 150,-

Kom og lyt til fortællende, nordisk klavermusik. Der er lagt op til en stemningsfuld koncert med pianisten Jakob Alsgaard Bahr og musikhistorikeren Leif V.S. Baltzhersen, der introducerer musikken. På programmet er værker af de nordiske komponister Carl Nielsen, Edvard Grieg og Louis Glass.

Jakob Alsgaard Bahr er tilknyttet Det Jyske Musikonservatorium som underviser og akkompagnatør. Derudover har han en alsidig karriere som udøvende pianist og kollaborativ musiker. Han indgår ofte i forskellige kammermusikalske sammenhænge og spiller sammen med andre instrumentalister og sangere. Som solopianist er han i gang med et flerårigt projekt med at indspille de samlede værker af den danske komponist, Louis Glass

Leif V.S. Baltzhersen er mag.art. i musikvidenskab. Han er en meget flittigt benyttet foredragsholder og har arbejdet med musikformidling i over 35 år. Leif Baltzhersen har bl.a. været musikchef for Sønderjyllands Symfoniorkester og Aarhus Symfoniorkester og laver overtekster for Den Jyske Opera



306 Magisk Balletjul – med Nøddeknækkeren og Tornerose

Lørdag 19. december kl 15.00
Odense koncerthus
pris: kr 400,-
Påstigning i Særslev, Søndersø og Otterup fra omkring kl 13.30

To store og elskede eventyruniverser smelter sammen, når **Svendborg Balletteater** sammen med **Odense Symfoniorkester** præsenterer håndplukkede uddrag fra Tjajkovskijs Nøddeknækkeren og Tornerose.

Otte exceptionelle dansere vil forvandle koncertsalen til et glitrende juleunivers med ensembler og pas de deux'er, og de medrivende toner fuldender oplevelsen. Glæd dig til betagende dans, smukke kostumer og dragende klassiske toner, der sætter den helt rigtige stemning lige inden juleaften.

Tilmelding: senest 13. november tlf 20866653 eller nordfyn@lof.dk



307 Fredagshøjskole – Arrangeres i samarbejde med FO Nordfyn

fredag 19. marts 9.30 – 16.00
Borgerhuset Dallundvej 20, 5471 Søndersø
Pris: kr 360,- inkl morgenkaffe, frokost og eftermiddagskaffe

Peter Borberg "Piet Hein - verdensdanskeren i kamp og kærlighed
 Hen blev foreslået til Nobelprisen. Hans aforistiske digte med navnet "Gruk" er solgt i halvanden millioner eksemplarer og oversat til mere end 20 sprog. Hans superellipsebord er for længst slået igennem som klassiker indenfor møbeldesign. Læg dertil 3000 patenter på



spil, mekanik, solur, lamper som alle bærer navnet Piet Hein. En mand der var gode venner med personligheder som Niels Bohr, Albert Einstein, Charles Charlin og Thor Heyerdahl, men som aldrig rigtig blev gode venner med sit hjemland. Foredraget går tæt på mennesket og fænomenet Piet Hein der levede et liv i evig strid med sig selv og sine omgivelser.

Christian Dyrst – Hvorfor skal vi synge

Fællessangen er en fast bestanddel af rigtig mange menneskers dagligdag. Ved foreningsmødet, ved familiefesten, i skolen, måske bare med vennerne derhjemme - og så naturligvis ved nogle af de mange sangarrangementer der tilbydes.

Christian Dyrst vil ved sangforedraget give et par bud på hvorfor vi skal synge. Han vil prøve at belyse, hvad

fællessangen er for en størrelse, hvorfor den er her og hvad den er godt for. Når man bevæger sig i dét landskab, kan man heller ikke undgå at komme ind på hvad Højskolesangbogen er for en størrelse og hvorfor den er her. Disse bud vil han give i form af gode fortællinger, spændende historie og naturligvis – sange. Der bydes således også på kendte og ukendte fællessange, - med klaverakkompagnement - pejlinger i tid og retning, afstikkere og forbindelser.



Tilmelding senest ugen før. Tlf 20866653 eller nordfyn@lof.dk

308 Maskarade



Odense Koncerthus

Den Jyske Opera og Odense Symfoniorkester

Pris: kr 595,-

Påstigning i Særslev, Søndersø og Otterup fra omkring kl 17.30

Carl Nielsens Maskarade fra 1906, der bygger på Ludvig Holbergs komedie fra 1724, anses for at være Danmarks nationalopera. Operakomedien springer komisk og kærligt ned i generationskløften og handler om forskellige verdenssyn, der tørner sammen. Fordums ro, renlighed og ordentlighed udfordres af ungdommens vilje til at gøre tingene anderledes. Det kunstneriske hold bag - instruktør Melker Sörensen, scenograf Franciska Zahle og lysdesigner Súi Joensen - åbner dørene ind til et både smukt og skæmtefuldt univers, hvor maskerne efterhånden må falde, og kampen for at leve og elske frit udspiller sig.

Maskarade synges på dansk med danske overtekster

Tilmelding senest 28/01 tlf 20866653 eller nordfyn@lof.dk

309- 312 Maling

Underviser Bella Husted
Glavendrupskolen, Nordmarksvej 2, Søndersø
onsdage kl 16.00 – 19.00

309 5 gange fra 2. september
Pris: kr 570,-

310: 5 gange fra 21. oktober
Pris: kr 570,-

På dette kursus kan du arbejde med egne ideer, videreudvikle dine færdigheder og få god vejledning. Der vil hvergang være oplæg, små opgaver og god inspiration. Alle materialer kan anvendes. Kontakt evt. læreren før start, hvis der er tvivl om indkøb af materialer.

Kurset henvender sig til både nybegyndere og erfarne, alle er velkomne på dette hyggelig hold. Medbring alle materialer og kaffe/brød

Tilmelding senest 8 dage før kursusstart
311 og 312 fra januar 2027

313 Akvarel

Underviser Bella Husted
Medborgerhuset i Bogense
Tirsdage kl. 13.00 – 16.00
6 gange fra 6. oktober
pris: kr 685,-

På dette akvarelkursus gennemgår vi akvarel helt fra bunden. Gennem små relevante opgaver kommer vi bl.a omkring materialer og klassiske akvarelteknikker. Vi vil også gennemgå farvelære, perspektiv mm.

Akvarelholdet er for alle, også nybegyndere, som får en god og grundlæggende opstart.

Læren kan kontaktes før kursus vedr materialer

Tilmelding senest 30. sept. Tlf 20866653
eller nordfyn@lof.dk
314 fra januar 2027

315 Maling – tegning

underviser Finn Frederiksen
Borgerhuset, Dallundvej 20, Søndersø
fredage kl 9.30 – 12.00
8 gange fra 25. september
Pris: Kr. 760,-

Få inspiration og individuel undervisning i farvelære og teknikker. Der males med olie, akryl, akvarel, tegnes med kul og blyant.

Find dit eget motiv evt fra foto. Læreren medbringer også lidt kunstbilleder til inspiration. For begyndere opbygger vi dit billede i fællesskab. Du skal selv medbringe materialer til dit kunstværk. (Kursister er velkommen til at kontakte læreren, tlf. 28 83 37 12 derom. Holdet er for både begyndere og øvede; vi maler i hyggeligt samvær.

Tilmelding senest 8 dage før kursusstart
tlf. 20866653 nordfyn@lof.dk
316 fra januar 2027

317 Tegning – for børn

Underviser Jimmy Rosenlund
Veflinge Skole
Tirsdage kl. 17.00 – 18.30
Hold 375: 8 gange fra 22. september
Pris: kr. 200,-

Har dit barn lyst og trang til at udfolde de kreative evner, er muligheden her. Jimmy underviser individuelt på hold med 8 – 12 elever. Egne materialer medbringes; alt lige fra skitsebøger til tablets er velkommen. Reference materialer er en meget god ide at tage med. Jimmy kan kontaktes for yderligere info, 26242412

nordfyn
Fri. Luft. Liv.

Tilmelding senest 8 dage før kursusstart tlf.
2086 6653 eller nordfyn@lof.dk
Hold 318 fra januar 2027

319 Fyraftessang

leder: Lars Nicolajsen
Borgerhuset, Dallundvej 20, 5471 Sønder sø
Onsdage kl 16.30 – 17.30
8 gange fra 23. september
Pris: kr. 250,-

Hold 320: 10 gange fra 20. januar.
Pris kr 300,-

Det er godt at synge, - det er godt at synge sammen. Derfor mødes vi til fyraftessang; en god afslutning på dagen eller en lige så god start på aftenen. Vi synger et varieret repertoire – nyt og gammelt og midt imellem. Lars Nicolajsen, som står for den musikalske ledelse, vil også fortælle lidt om komponister og tekstforfattere. Alle kan være med; det er ikke kor- men fællessang.

Tilmelding senest ugen før tlf 20866653
eller nordfyn@lof.dk

321 Pilates

Underviser: Stine Nancke
Borgerhuset, Dallundvej 20, 5471 Sønder sø
Tirsdage kl. 13.00 – 14.10
8 gange fra

Pilates er en skånsom, men samtidig en effektiv træningsform, der giver stærke og smidige muskler og er godt for dine led. Den forbedrer din kropsholdning, samt giver en øget kropsbevidsthed, så du i dagligdagen bruger din krop på en bedre måde. I pilates kommer vi hele kroppen rundt, og alle kan være med. Medbring selv tæppe eller yogamatte.

Tilmelding senest 8 dage før kursusstart, tlf
20866653 eller nordfyn@lof.dk

322 Yoga

Underviser Christel Bondo Andersen
Borgerhuset, Dallundvej 20, 5471 Sønder sø
fredage kl 11.00 – 12.15
10 gange fra fra 16. september
Pris: kr 560,-
Hatha yoga for alle

Hatha yoga egner sig til alle uanset alder eller fysiske udfordringer. Det er en blid form for bevægelse og derfor også velegnet til at vedligeholde og styrke krop og sind, hele livet.

Her laver vi både stående, siddende og liggende stillinger. I stillingerne arbejdes der med styrke, smidighed og balance.

Åndedrættet er et vigtigt element i yoga. Det har en kraftfuld effekt på kroppen og dit mentale velvære og du vil lære at bruge det aktivt i stillingerne. Vi slutter af med afspænding.

Tidligere erfaringer med yoga er ikke nødvendig for at deltage på dette hold. Undervisningen tager hensyn til, hvor du er og du får hjælp til at indrette de klassiske yogastillinger efter dine behov.

Tilmelding senest 9/9 tlf 20866653 eller
nordfyn@lof.dk
Hold 323 fra januar 2027

324 – 331 Beklædningsyning

Underviser: Mitzi Nielsen
Glavendrupskolen, Nordmarksvej 2, Sønder sø

Hold 323: Hveranden torsdag 18.00 – 21.40
Lige uger: 7 gange fra 3. september
Pris: kr. 1150,-

Hold 324: Hveranden torsdag 18.00 – 21.40
Ulige uger: 7 gange fra 10. september
Pris: kr 1150,-

Hold 325: Hveranden torsdag 18.00 – 21.40
Ulige uger: 7 gange fra 7. januar.
Pris kr 1150,-

Hold 326: Hveranden torsdag 18.00 – 21.40

Lige uger: 6 gange fra 14. januar.

Pris: kr 990,-

Søndagssyning kl. 9.00 – 16.20:

Pris pr gang: kr 300,-

Hold 327: Søndag 20. september

Hold 328: Søndag 1. november

Hold 329: Søndag 28. februar

Hold 330: Søndag 2. maj

Hold 331: Forårssyning:

hveranden torsdag 18.00 – 21.40

4 gange fra 15. april

Pris: 550,-

Vi tager udgangspunkt i dit medbragte mønster og dine idéer. Undervejs får du hjælp til at tilpasse mønsteret, så det passer til dig og det udtryk, du ønsker. Der er god tid til fordybelse, kreativitet og til at udvikle dine syfærdigheder i dit eget tempo.

Du får løbende hjælp, inspiration og vejledning gennem hele processen, så du kan komme godt videre med dit projekt. Samtidig er der plads til hyggeligt samvær og inspiration fra de andre deltagere.

Der er modeblade og mønstre, som du frit kan lade dig inspirere af og benytte. Har du et bestemt projekt i tankerne, er du meget velkommen til at medbringe dit eget mønster.

Kurset er for alle – både begyndere og øvede – da undervisningen tilpasses den enkelte. Det vigtigste er blot, at du har lyst til at sy og skabe.

Du skal selv medbringe alle materialer:

Symaskine, evt. snitmønster, stof, lineal, mønsterpapir, målebånd, sakse, blyant, kridt, tape, knappenåle, synål, tråd samt eventuelle indlægsmaterialer.

Har du spørgsmål inden kursusstart, er du altid velkommen til at kontakte underviser

Mitzi Nielsen på sy.med.mitzi@gmail.com

Tilmelding senest 8 dage før kursusstart, tlf

2086 6653 eller nordfyn@lof.dk

332 Knipling



Lærer: Else Marie Bjerregaard

Borgerhuset, Dallundvej 20, Søndersø

Onsdage kl. 13.15 – 16.15 i lige uger

Hold 332: 7 gange fra 16. september

Pris: kr. 750,-

Hold 333: 7 gange fra 7. januar.

Gammelt håndværk, moderne håndarbejde, unge piger, voksne piger, pensionistpiger. Alle er kniplepiger. Det er sjovt og afslappende at kniple – alt efter temperament. Der er uanede muligheder i en tråd; kun fantasien sætter grænser, og den har vi meget af, når først vi kommer i gang.

Teknikken skal læres, men vi begynder med enkle mønstre og kan fortsætte i den retning, hvor interesse og behov ligger. Materialer kan købes på kurset. En flamingoplade beklædt med spejdertæppe + stof kan bruges.

Tilmelding senest en uge før kursusstart, tlf 2086 6653 eller nordfyn@lof.dk

334 Møbepolstring



Underviser: Per Bondesen

Hårslev Skole, Vejruphuse 2, 5471 Søndersø

2 Weekends kl 9.00 – 16.00

Hold 334. 31. oktober, 1., 14. og 15. november

Pris: kr. 995,-

Hold 335: 16., 17., 30. og 31. januar

Pris: kr 995,-

Nyt betræk på skammel, stol eller sofa?

Lær at gøre det professionelt.

Værktøj og materialer kan bestilles forud hos læreren, tlf. 2343 6038.

Find yderligere info og inspiration på www.perbondesen.dk

Tilmelding senest 8 dage før kursusstart, tlf 20866653 eller nordfyn@lof.dk

Pilefletning



Underviser Jane Enemark
 Glavendrupskolen, Nordmarksvej 2, Søndersø
 Mandage kl 18.15 -21.30

Hold 336: 6 gange fra 26. oktober
 Pris: kr. 820,- (+ til materialer 100,- kr pr gang)

Hold 337: weekend 21. - 22. november
 kl. 9.30 - 16.40
 Pris: kr. 305,- (+ materialer kr. 380,-)

Hold 338: 6 gange fra 1. februar 2027
 Pris: kr. 820,- (+ til materialer kr 100,- pr gang)

Hold 339: lørdag 23. januar 2026
 kl. 9.30 - 16.40
 Pris: kr. 290,- (+ materialer kr 175,-)

Hold 340: Weekend 17. og 18. april
 kl 9.30 - 16.40
 Pris: kr 580,- (+ kr 350,- til materialer)

Kan du lide at arbejde med hænderne?
 Er du vild med naturmaterialer? Vil du gerne udfordres?
 Så er et kursus i pileflet lige noget for dig.
 Vi skal lave kurve, fuglefoderhuse, bakker, hjerter, s
 tjerner og mange andre ting.
 Kurset er for både nybegyndere og øvede.
 Medbring en beskærersaks.

Tilmelding senest 8 dage før kursusstart,
 tlf. 20866653 eller nordfyn@lof.dk

Engelsk

Underviser Aase Lundsgaard
 Borgerhuset, Dallundvej 20, 5471 Søndersø

Hold 341 Tirsdage 9.30 - 11.30
 Fra 22. september
 Hold 342 fra 5 januar

Hold 343: Tirsdage 12.00 - 14.00
 Fra 22. september

Hold 344 fra 5. januar

Hold 345 Tirsdage 9.30 - 11.30
 Fra 17. september
 Hold 346 fra 7. januar

Alle hold 10 gange.
 Pris: kr. 740,-

Engelsk konversation. Kurserne er for dig, der har lært engelsk før, men gerne vil lære mere eller genopfriske tidligere undervisning. Vi læser en god bog og ind imellem enkle nyhedsartikler. Vi samtaler om teksten, og på baggrund heraf udbygges ordforråd og udtryksfærdighed.

Info om niveau og undervisningen
 tlf. 20866653
 Tilmelding senest 14 dage før kursusstart
 tlf. 2086 6653 eller nordfyn@lof.dk

347 Italiensk øvede



Lærer: Jørgen Andkær.
 Sletten Skole, Skolegade Otterup

Tirsdage kl. 16.00 - 18.00
10 gange fra 29. september
 Pris: kr. 800,-

Hold 348 fra januar 2027

Ciao, buongiorno. Vi har fokus på den mundtlige sprogfærdighed, der indøves gennem samtale og lytteøvelser. Grammatik inddrages. Vi kommer også ind på den italienske kultur generelt – herunder naturligvis bordets glæder.

Vi læser lettere italienske tekster. Vi vil læse en læse-let bog af Daniela Folco "Mistero a Roma. Jørgen Andkær kan kontaktes, mobil 20 41 11 54, for spørgsmål om niveau og baggrund.

Tilmelding: senest en uge før kursusstart:
 2086 6653 eller nordfyn@lof.dk