RUDE STRAND HØJSKOLE

KURSUSKATALOG 2027

Foto fra Rude Strand Højskoles personaletur til Færøerne, maj 2026.

Vi lever i mødet med hinanden

Vi lever i en tid, hvor verden kan virke både urolig og uoverskuelig. Nyhederne kommer hurtigt, og meget trækker os i hver sin retning. Netop derfor er der brug for steder, hvor mennesker mødes. Hvor vi lytter, samtaler, synger, griner, bliver klogere sammen og finder håb og handling sammen.

Det er højskolens idé.

På Rude Strand Højskole møder vi hver uge mennesker, der fortsat er nysgerrige på livet og på verden. Mennesker, som ønsker at lære nyt, dele erfaringer, udfordre deres tanker og være en del af et fællesskab. Her er alder ikke det afgørende. Det er lysten til at leve, lære og engagere sig.

Vi oplever hver dag, at seniorer er en vigtig kraft i samfundet. Som frivillige, bedsteforældre, kulturbrugere og aktive medborgere bidrager seniorer til fællesskaber og tager ansvar for mere end sig selv. Det er en styrke, som fortjener både anerkendelse og plads.
Danmark er bygget på værdier som frihed, tillid og fællesskab. Værdier, der er blevet overleveret gennem generationer i familier, foreninger, lokalsamfund og på højskoler. Vi kalder det ofte for det fælles "vi". Det "vi" som binder os sammen, også når vi er forskellige og ser verden forskelligt.

Dannelse handler om at blive klogere
Højskolens opgave er fortsat at bidrage til livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse. Ikke ved at fortælle mennesker, hvad de skal mene, men ved at skabe rum for nysgerrighed, refleksion og samtale. For dannelse handler ikke om at få ret. Det handler om at blive klogere – også på sig selv. Og fortsat øve sig i at kunne se tingene fra andres perspektiv – få større forståelse for andre mennesker, kulturer og vores fælles historie.
Det er her, vi sammen samler overskud til at overskue den lille og den store verden - sammen med andre.
Vi håber derfor, at højskolen ikke slutter, når kurset er slut. At du tager samtalerne, inspirationen og fællesskabet med hjem til familien, vennerne, foreningen og lokalsamfundet. Det er her højskolens berettigelse lever videre.

På Rude Strand Højskole laver vi højskole hver uge. Emnerne kan være litteratur, historie, samfund, kultur, natur, musik, sang eller motion. Fælles er, at vi mødes om mere end en aktivitet. Vi mødes som mennesker.
Vi glæder os til at byde dig velkommen på Rude Strand Højskole.

Kærlig hilsen
Helle Bak Holvad og Carsten Holvad, forstandere

TYPISK DAGSPROGRAM

Kl. 07.20	Mulighed for morgenmotion
Kl. 08.00	Morgenbuffet
Kl. 09.00	Morgensamling
Kl. 10.00	Foredrag / undervisning
Kl. 12.00	Frokostbuffet
	Mulighed for bevægelse eller pause
Kl. 15.00	Kaffe, te og kage
Kl. 15.30	Foredrag / undervisning
Kl. 18.00	To-retters aftensmad
Kl. 19.30	Aftenarrangement
	Aftenkaffe, te og lidt sødt

OM HØJSKOLEN

- Skolen har plads til ca. 70 kursister fordelt på dobbelt- og enkeltværelser med gode elevationssenge.
- Alle dobbeltværelser har eget bad og toilet.
- Til alle enkeltværelser er der enten eget badeværelse (mod tillæg) eller delt badeværelse med naboen (standardpris).
- Sengene er redt, når kursisterne ankommer.
- Et sæt håndklæder er på værelserne.
- Teleslynge i foredragssal, spisestue og opholdsstue.
- Højskolen er røgfri. Det er tilladt at ryge udenfor.

EGET KØKKEN

Højskolen har eget produktionskøkken, hvor maden bliver tilberedt med både kærlighed og smil. Her er indstillingen, at måltidet skal være et opløftende frirum, hvor både smag, duft og "noget til øjet" giver en helhedsstemning med overraskelser, som alle ser frem til. Her anvendes i vid udstrækning økologiske basisprodukter, og det meste er hjemmelavet fra bunden.
Her tages hensyn til allergier og ønske om vegetarmad. Giv gerne besked et par dage før ankomst.

INDENDØRS

- Stor spisestue, stor opholdsstue og to foredragssale med alle AV-midler
- Bevægelsessal
- Bordtennisbord og dart
- Diverse spil
- Tv-stue med lille bibliotek
- Tre daglige aviser

Gratis bustransport t/r Skanderborg Station til alle kurser
Giv besked ved tilmelding

UDENDØRS

- Terrasse med flot udsigt over havet til Helgenæs, Tunø og Samsø. Kom tæt på med havkikkerten
- Krolfbaner i parkanlægget ned mod stranden
- Bred sti med gelænder til stranden og den nye sal
- Vandrestave og cykler til fri afbenyttelse

ALT UNDER ÉT TAG

Rude Strand Højskole er ældre- og handicapvenlig, men **man skal være fuldt selvhjulpen.**

HUSK

Tøj til motion, notesbog, badetøj og badehåndklæde.

PRISER OG INDKVARTERING

Standardprisen er anført ved hvert enkelt kursus. Standardpris dækker indkvartering på enkeltværelse med havkig og delt badeværelse med naboværelset. Man deler altid badeværelse med en kursist af samme køn.
Rabat: 400 kr. ved delt dobbeltværelse.
Rabat: 400 kr. ved enkeltværelse u. havkig men delt bad.
Tillæg: 800 kr. ved enkeltværelse med havkig og eget badeværelse.

BETALING OG EVT. AFBUD

Efter tilmelding vil du senest fire måneder før kursusstart modtage et detaljeret program samt opkrævning på 2.000 kr. af kursusprisen. Det resterende beløb betales 6 uger før kursusstart.
Ved afbud:
Senest 3 uger før kursusstart:
Kursusbetalingen refunderes minus 500 kr. pr. person.
Under 3 uger før kursusstart:
Intet refunderes. Der kan med fordel tegnes afbestillingsforsikring hos f.eks. Europæiske Rejseforsikring.
OBS: Vedrørende afbud, så gælder der andre regler ved kurser med rejse til udlandet. Ring og hør nærmere.

KONTAKTOPLYSNINGER

Rude Strand Højskole, Kystvejen 114, 8300 Odder
Tlf. 86 55 89 44 (Man. 9.00-14.30, tirs.-fred. kl. 9.00-11.30 og 13.00-14.30) - E-mail: info@rudestrand.dk

TILMELDING TIL KURSER

Via hjemmesiden **www.rudestrand.dk** eller e-mail til **kursus@rudestrand.dk**
Du er også velkommen til at ringe til kontoret på **tlf. 86 55 89 44**.
HUSK: Du kan komme på venteliste med gode chancer for at få en plads - RING!

KURSUSOVERSIGT JANUAR-DECEMBER 2027

Kursus	Titel	Dato	Dage	Pris	Side
01	VI SYNGER 200 SANGE - Vinter	04.01-09.01	6	5.900	6
02	HVORDAN HÆNGER VI SAMMEN?	11.01-16.01	6	5.750	6
03	MED NORDLYS I ØJNENE - GRØNLAND	18.01-23.01	6	5.900	6
04	SVERIGE - NABO OG BRODERFOLK	25.01-30.01	6	5.900	6
05	LIVETS OVERGANGE	01.02-06.02	6	5.750	7
06	IND I LITTERATUREN - Vinter	08.02-13.02	6	6.400	7
07	VITAMINER I VINTERLYSET	15.02-20.02	6	5.800	7
08 A	BIGBAND OG HØJSKOLE	22.02-27.02	6	5.950	8
08 B	KORSANG OG HØJSKOLE - Vinter	22.02-27.02	6	5.950	8
09	OPERA OG HØJSKOLE - Forår	02.03-07.03	6	6.400	8
10	LIVSREJSER OG HØJSKOLE - Forår	08.03-13.03	6	5.950	8
11	HVAD ER MENINGEN?	15.03-20.03	6	6.400	9
13	HØJSKOLE I FORÅRSHUMØR	30.03-03.04	5	5.450	9
14	TYSKLAND - NÅR TIDERNE SKIFTER	05.04-10.04	6	6.250	9
15	TILBAGE TIL 80´ERNE	12.04-17.04	6	5.950	9
16 A	PERSPEKTIVER I KUNSTEN - Kunstens rum	19.04-24.04	6	6.150	10
16 B	SYMFONIORKESTER OG HØJSKOLE	19.04-24.04	6	5.950	10
17 A	BORDTENNIS OG HØJSKOLE - Forår	26.04-01.05	6	5.950	11
17 B	HJERNESPARK	26.04-01.05	6	5.950	11
19	KROLF OG HØJSKOLE - Forår	10.05-15.05	6	5.550	12
20	KOM MAJ DU SØDE MILDE	18.05-22.05	5	5.500	12
21 A	VANDRINGER OG FORTÆLLINGER - Forår	24.05-29.05	6	5.950	12
21 B	REJSE TIL FÆRØERNE	24.05-05.06	13	26.250	12
22	DANMARK DEJLIGST	31.05-05.06	6	6.250	13
23	SOMMER, SOL OG SANG	07.06-12.06	6	6.250	13
24 A	VANDRINGER OG FORTÆLLINGER - Sommer	14.06-19.06	6	5.950	13
24 B	EL-CYKEL OG FORTÆLLINGER - Sommer	14.06-19.06	6	5.950	13
24 C	KROP, HJERNE OG HJERTE - Sommer	14.06-19.06	6	5.950	13
25	MIDSOMMER	21.06-26.06	6	6.350	14
26	AKTIV HØJSKOLE VED HAVET	28.06-03.07	6	6.050	14
27	NATUREN - DET BILLIGE SKIDT	05.07-10.07	6	6.050	14

Kursus	Titel	Dato	Dage	Pris	Side
28	ØSTJYLLAND MED SANG	12.07-17.07	6	6.050	15
29 A	GOLF OG HØJSKOLE	18.07-24.07	7	6.750	15
29 B	BALANCE OG UDSYN - i en kalejdoskopisk verden	18.07-24.07	7	6.600	15
30	BRIDGE OG HØJSKOLE 1	26.07-31.07	6	6.950	16
31	BRIDGE OG HØJSKOLE 2	02.08-07.08	6	6.950	16
32	LIVET VED HAVET	09.08-14.08	6	6.150	16
33	KROLF OG HØJSKOLE - Sensommer	16.08-21.08	6	5.750	17
34 A	EL-CYKEL OG FORTÆLLINGER - Sensommer 1	23.08-28.08	6	6.050	17
34 B	REJSE TIL ISLAND	23.08-04.09	13	28.950	17
35 A	BORDTENNIS OG HØJSKOLE - Sensommer	30.08-04.09	6	6.050	18
35 B	EL-CYKEL OG FORTÆLLINGER - Sensommer 2	30.08-04.09	6	6.050	18
35 C	VANDRINGER OG FORTÆLLINGER - Sensommer	30.08-04.09	6	6.050	18
36	HVAD KAN VI SÅ LÆRE AF DET?	06.09-11.09	6	6.050	18
37	IND I LITTERATUREN	13.09-18.09	6	6.350	19
38 A	VANDRINGER OG FORTÆLLINGER - Efterår	20.09-25.09	6	6.050	19
38 B	KROP, HJERNE OG HJERTE - Efterår	20.09-25.09	6	6.050	19
38 C	SAMMENSPIL OG SANG	20.09-25.09	6	6.050	19
39	EUROPA - NUTID OG FREMTID	27.09-02.10	6	6.350	20
40	DANS, DANS, DANS	04.10-09.10	6	6.050	20
41	VERDENS BRÆNDPUNKTER	11.10-16.10	6	6.450	20
42 A	MIN BEDSTE EFTERÅRSFERIE 1	17.10-20.10	4	4.250/1.850	21
42 B	MIN BEDSTE EFTERÅRSFERIE 2	20.10-23.10	4	4.250/1.850	21
43	STROKE OG HØJSKOLE	25.10-30.10	6	5.950	21
44 A	HARMONIORKESTER OG HØJSKOLE - Efterår	01.11-06.11	6	5.950	22
44 B	KORSANG OG HØJSKOLE - Efterår	01.11-06.11	6	5.950	22
45	EN VERDEN AF KLASSISK MUSIK	08.11-13.11	6	6.350	22
46	NORDISKE STEMMER	15.11-20.11	6	6.350	22
47	VI SYNGER 200 SANGE - Efterår	22.11-27.11	6	6.150	23
48	OPERA OG HØJSKOLE	30.11-05.12	6	6.500	23
51	JUL PÅ RUDE STRAND	21.12-26.12	6	7.400	23
52	NYTÅR PÅ RUDE STRAND	28.12-02.01	6	7.400	23

HUSK: Er kurset udsolgt? Så kom på venteliste - den bevæger sig hele tiden. Ring til os!

01	04.01-09.01	6 dage	5.900,-

VI SYNGER 200 SANGE - Vinter

Velkommen til en uge med sang, sang – og mere sang! Vi synger alle de skønne sange, som er samlet i vores kære højskolesangbog, sange til morgen og aften, til jul, påske og pinse, til grin og gråd, til lyst og længsel. Vi har inviteret nogle af de bedste formidlere til at lede os på turen gennem sangskatten: mød jazzpianist Mads Granum, som bl.a. har skrevet melodi til Folkekirkens Nødhjælps sang "Du spør mig om håbet". Mød også musikforsker Charlotte Rørdam, som i en ny bog beskriver opkomsten af fællessangen i Danmark og dens rolle som samlende og mobiliserende faktor. Glæd dig også til at synge sammen med Inge Johnsen, musik- og sanglærer på Egmonthøjskolen. Vi bliver som vanligt forkælet af vores dygtige køkken. Kom og syng, snak og spis!

Kursusledere: Louise Brandstrup og Helge Teglgård

02	11.01-16.01	6 dage	5.750,-

HVORDAN HÆNGER VI SAMMEN?

Der tales meget om sammenhængskraft. Men hvad betyder det egentlig? Vi inviterer til en uge, hvor vi undersøger både den ydre og den indre sammenhængskraft. Altså, hvordan vi hænger sammen som samfund og kultur, og hvordan vi hører sammen i grupper og som mennesker. Hør foredrag om folkelighed og dansk kultur, foreningsdanmark, åndelig oprustning og sundhedsetik. Der vil være masser af fælles oplevelser med sang og bevægelse, hvor alle kan være med og mærke en forbundethed. Mød bla. forfatter og psykolog Glenn Bech, filosof og idehistoriker Kristoffer Bayer, revyforfatter Rene Vase og skuespiller Jan Svarrer. Vi tilegner en dag i ugen til TV-serien Matador, hvor vi møder skuespiller Dan Schlosser, medvirkende i "Korsbæk" på Bakken, samt filosof og højskolelærer Kristian-Alberto Lykke Cobos, der folder seriens elskelige karakterer ud for os. En uge med perspektiver på sammenhængskraft i en tid, der kalder på fællesskab.

Kursusledere: Linn Trentel Busch og Søren Jensen

03	18.01-23.01	6 dage	5.900,-

MED NORDLYS I ØJNENE - GRØNLAND

Den storpolitiske krise mellem Grønland, Danmark, rigsfællesskabet og EU på den ene side og USA på den anden er fortsat uløst og alvorlig. Vi vil søge en dybere forståelse af de interesser og kræfter, der er på spil. Ud over disse alvorlige spørgsmål og dilemmaer vil vi også sætte fokus på alt det andet, der kendetegner Grønland og rigsfællesskabet: kunst, kultur og historie, der fortsat binder os sammen. Kom på højskole og mød ligesindede med varme og kærlighed til Grønland og det grønlandske folk. På dette kursus skal vi bl.a. møde fotografen Henrik Saxgren og se hans smukke fotoudstilling Ultima Thule, som vi har fået lov at låne. Mød desuden Bent Nielsen, seniorforsker og Siriusmand Asbjørn Skjøth Bruun. Kurset arrangeres i samarbejde med Det Grønlandske Hus.

Kursusledere: Helle Bak Holvad og Carsten Holvad

04	25.01-30.01	6 dage	5.900,-

SVERIGE - NABO OG BRODERFOLK

Verden er i opbrud, og mange taler om at realisere de gamle tanker om et tættere nordisk samarbejde. Vi hører jo sammen! Men hvad ved vi egentlig om de andre nordiske lande? Har vi stadig noget til fælles, eller er vi faktisk mere forskellige, end vi tror? Hvilke udfordringer vil et fremtidigt samarbejde komme ud for? På dette kursus sætter vi fokus på det største af de nordiske lande: Sverige. Sverige er vores nærmeste nabo – vort broderfolk, som dog bliver til arvefjende, når der skal spilles fodboldlandskamp! Kom og hør om Sveriges historie, kultur og tænkemåde og få måske også svar på spørgsmålet: Hvad kan vi lære af svenskerne? Mød bl.a. fremtidsforsker og Sveriges-ekspert, Uffe Palludan, tidligere ambassadør i Stockholm og seniorrådgiver i tænketanken "Europa", Kirsten Malling Biering, historiker og TV-kommentator, Lars Hovbakke Sørensen, popmusikforsker Henrik Smidt-Sivertsen, erhvervsjournalist Jens Berthelsen m.fl.

Kursusledere: Carsten Holvad og Søren Jensen

05 | **01.02-06.02** | **6 dage** | **5.750,-**

Illustrationen er AI-genereret.

LIVETS OVERGANGE

Livet er fyldt med overgange. Nogle kommer gradvist, mens andre indtræffer pludseligt. Fælles for dem er, at de kan ændre vores selvforståelse, relationer, rolle i samfundet og syn på tilværelsen. I denne uge sætter vi fokus på livets mange overgange: fra arbejdsliv til pensionisttilværelse, fra én bolig til en anden, fra ét verdensbillede til et nyt, fra voksen til "rigtig voksen", fra rask til syg – og mange flere. Vi skaber et rum, hvor vi kan dele erfaringer og refleksioner om de skift, livet bringer. Gennem foredrag, samtaler, inspiration, bevægelse og sang undersøger vi, hvad det vil sige at bevæge sig fra det velkendte til noget nyt. Midt på ugen tager vi på fælles udflugt til Aarhus, hvor vi skal opleve et markant kulturskifte: fra den klassiske, solide arkitektur til den moderne og hastigt voksende by. Vi besøger det ikoniske Rådhus med dets smukke arkitektur og fortsætter til det nye byområde Aarhus Ø, der er præget af glas, stål og beton. Vi skal også til koncert i Havsalen med den prisbelønnede sangskriver og komponist, Marianne Søgaard. Mød desuden idéhistoriker og filosof, Kristoffer Bayer og forsker i sundhedsetik, Lasse Nielsen m.fl.

Kursusledere: Linn Trentel Busch og Helge Teglgård

06 | **08.02-13.02** | **6 dage** | **6.400,-**

IND I LITTERATUREN - Vinter

Gennem skønlitteraturen oplever vi livets og menneskets mangfoldighed. Vi møder et væld af nuancer, særheder og almindeligheder i personskildringerne, miljøerne og samfundene. Ad den vej bliver vi klogere på både andre mennesker og os selv og vores eget liv. Samtidig bliver vi mere tolerante og tilgivende i takt med, at vores indsigt i menneskers liv vokser. Det er sundt for sjælen at glemme sig selv og forsvinde ind i en god romans verden. Derfor skal vi læse og drøfte litteratur, og vi skal møde gode forfattere og foredragsholdere, som læser og fortolker litteratur. VI får også mulighed for at dele gode læseoplevelser med hinanden. Mød bl.a. Dorthe Nors, Jesper Wung-Sung, Lotte Thyrring Andersen og Iben Krogsdal.

Kursusledere: Eva Marie Bach og Aage Augustinus

07 | **15.02-20.02** | **6 dage** | **5.800,-**

VITAMINER I VINTERLYSET

Midt i vinterens kolde mørke mødes vi inden døre i varmen til et højskolekursus fuld af vitaminrigt indhold. Et inspirerende og livgivende kursus for krop og sjæl med mulighed for at samle god energi gennem tankevækkende foredrag, musikalske møder, fællessang og gode samtaler. Vi skal bl.a. høre et historisk foredrag om vores nordlige del af rigsfællesskabet, Grønland, og på udflugt til Det grønlandske hus i Aarhus. Her vil direktør Marie Kahlig bl.a. fortælle om den fortsat spændte situation mellem Grønland og USA samt om husets mangesidede arbejde for grønlændere i Danmark. Mød desuden bl.a. komponist og pianist Lasse Skovgaard, eventyrer Kirsten Dahl, tidl. journalist og højskolelærer Louise Brandstrup og kunsthistoriker Line Tandrup.

Kursusledere: Helle Bak Holvad og Carsten Holvad

08A	22.02-27.02	6 dage	5.950,-

BIGBAND OG HØJSKOLE

Spiller du trompet, trombone, saxofon, klaver, elguitar, elbas eller trommer, er dette kursus lige noget for dig. Vi skal prøve kræfter med de store klassikere inden for jazz, swing og funk. Og når vi har øvet os hele ugen, er det koncerttid! I løbet af ugen vil vi også høste af skolens øvrige traditioner med fællessang, morgensamlinger og livsoplysende foredrag. Kurset ligger parallelt med et korkursus, og vi slutter af med en åben koncert. Charlotte Katharina Andersen, som dirigerer bigbandet, er uddannet ved Det Jyske Musikkonservatorium og har gennem mange år dirigeret en række danske og tyske bigbands, brassbands, symfoniorkestre og concertbands. Hun har desuden optrådt som janitshar/vibrafonist, både som solist og i flere internationale orkestre og musicals.

Dirigent: Charlotte Katharina Andersen
Kursusleder: Helle Bak Holvad

08B	22.02-27.02	6 dage	5.950,-

KORSANG OG HØJSKOLE - Vinter

En uge med fællesskab, livsglæde og sund motion for lungerne. Det er en fordel, hvis du har lidt – eller nogen – erfaring med korsang og nodelæsning. Repertoiret består af lækre rytmiske sange, nordiske viser og lidt let klassisk – pakket ind i en dejlig garniture af virksomme og sjove opvarmningsøvelser. Derudover vil vi høste af skolens øvrige traditioner med fællessang, morgensamlinger og livsoplysende foredrag. Kurset ligger parallelt med et musikkursus, som vi deler ugen med.

Korleder: Helge Teglgård
Kursusleder: Helle Bak Holvad

09	02.03-07.03	6 dage	6.400,-

OPERA OG HØJSKOLE - Forår

Rude Strand Højskole slår endnu en gang dørene op til en uge med opera og højskole. En uge hvor store stemmer, geniale komponister og vidunderlige operaværker kombineres med klassisk højskole, fællessang og fællesskab. Vi får besøg af passionerede mennesker, der til daglig arbejder med opera, og vi skal nyde musikalske oplevelser, både i operabiffen og live i Musikhuset, hvor vores "nationalopera", Carl Nielsens finurlige Maskarade, er på programmet. Velkommen til en uge med opera og højskole, hvor der både er plads til den garvede operaentusiast og den nysgerrige, der gerne vil opleve, hvad denne verden har at byde på.

Kursusledere: Søren Schelling og Helle Bak Holvad

10	08.03-13.03	6 dage	5.950,-

LIVSREJSER OG HØJSKOLE - Forår

Kom og lad os byde foråret velkommen i selskab med lyslevende og gode fortællere. Kurset her er for alle os, der synes, det er spændende, hvilke veje vi mennesker tager i livet – hvordan vi håndterer selv alvorlige bump på vejen og måske ligefrem vokser i vendepunkterne. Kom på højskole og lad dig berige og begejstre af gode menneskers livshistorier – mens vi omfavnes af fællessang, lækker mad og en skøn koncertaften i Havsalen. Mød Anne Valbjørn Odgaard (om Astrid Lindgren), tidl. håndboldspiller Marianne Florman, folkemusiker Mette Kathrine Jensen Stærk, violinist Kristian Bugge, journalist Mette Rem, tidl. MF og EU-parlamentariker Jens Rohde, musiker og forfatter Michael Gonzales (Om Annisette og Savage Rose) og mange, mange flere.

Kursusledere: Louise Brandstrup og Søren Jensen

11	15.03-20.03	6 dage	6.400,-

HVAD ER MENINGEN?

”Livet er en gåde. Løsningen findes på bagsiden,” skrev tegneren, opfinderen og tusindkunstneren Robert Storm Petersen. Men inden vi når helt om til sidste side, er der en masse liv, der skal leves. På dette kursus møder vi en række vidende, engagerede og lyslevende mennesker, som med vidt forskellig baggrund giver deres bud på, hvad der giver tilværelsen mening. Vi skal lytte til inspirerende foredrag, diskutere eksistentielle emner, samles omkring flygel, filmlærred og fællessang samt tage på en øjenåbnende ekskursion ud i den østjyske virkelighed.
Vi kalder det anvendt livsfilosofi – en uge med højt til loftet og plads til nærvær, medleven og livsglæde. Der er ikke garanti for, at vi når frem til løsningen af livets gåde. Men der er gode chancer for at møde nye mennesker, nye ideer, nye indfaldsvinkler og uventede svar, når vi spørger: ”Hvad er meningen?”.

Kursusledere:
Aage Augustinus og Jørgen Koldbæk

13	30.03-03.04	5 dage	5.450,-

HØJSKOLE I FORÅRSHUMØR

Vesterrmølle ved Skanderborg

Så blev det forår, og vi inviterer til et kort højskolekursus med plads til alt det gode: spændende foredrag, skøn musik, livlige samtaler, varmt samvær og masser af højskolesang. Forårsdage på Rude Strand giver også mulighed for kaffe på terrassen, et spil krolf i parken eller et frisk havbad fra vores egen fine strand. Forår, fortællinger, forundring, fornøjelse og fællesskab – en skøn kombination!
I kommer til at møde både skolens faste personale og en håndfuld inspirerende gæster udefra med meget på hjerte. Mød bl.a. tekst- og revyforfatter René Vase, foredragsholder Bea Møgeltoft, højskolelærer Kenneth Gars og generalsekretær i KLF Mikael Arendt Laursen. Vi skal også på en dejlig udflugt til Skanderborg og besøge Vestermølle

Kursusledere: Helle Bak Holvad og Linn Trentel Busch

14	05.04-10.04	6 dage	6.250,-

TYSKLAND - NÅR TIDERNE SKIFTER

Med sine næsten 84 millioner indbyggere er Tyskland det folkerigeste land i Europa og en stærk spiller, når det gælder politik, økonomi og kultur. I disse år sker der mange forandringer hos vores store nabo mod syd. Tyskerne selv taler om et ”Zeitenwende” – et udtryk for, at tiderne skifter, og at der skal tænkes nyt i en tid med krige, usikkerhed og gamle alliancer i opbrud. Hvad sker der – og hvordan påvirker det os på den danske side af grænsen? Det udforsker vi på dette kursus – en uge i selskab med vidende, engagerede og fortællelystne Tysklands-kendere. Og med fokus på noget af alt det, som Tyskland har at byde på: fra storpolitik til ølkældre, fra Wagner-opera til Schlagermusik og fra Autobahn-bilisme uden fartgrænser til klima-aktivister i trætoppene.

Kursusledere:
Jørgen Koldbæk, Peter Kramer og Carsten Holvad

15	12.04-17.04	6 dage	5.950,-

TILBAGE TIL 80´ERNE

Kom med på et forrygende kursus, hvor vi rejser tilbage til 1980’erne. Tiden, hvor Poul Schlüter ordinerede kartoffelkuren med friske og optimistiske slogans, hvor yuppierne bandt slipset og kom gelé i håret, og hvor BZ’erne gravede tunneller og lavede kispus med politiet. Men også årtiet hvor Sepp Piontek fik sat fodboldlandsholdet med forbløffende resultater, hvor vi fik lokalradio og kommercielle TV-stationer – og hvor nogle danskere begyndte at danse samba til sommerens karnevaller! Et årti med fest og farver og Melodi Grand Prix med Jørgen de Mylius, men også et årti med store demonstrationer mod atomkraft og opstilling af missiler. Mød entertaineren og sangeren Mek Pek, fodboldhistorikeren Svend Rybner, tidligere BZ’er og historiker, René Karpantschof o.m.a. Der bliver desuden mulighed for at deltage på sammenspilshold med instrument/vokal på nogle af de mest tidstypiske hits!

Kursusledere: Helge Teglgård og Søren Jensen

16A **19.04-24.04** **6 dage** **6.150,-**

PERSPEKTIVER I KUNSTEN - Kunstens rum

Tag med på en rejse ind i kunstens verden, hvor kunstkendere, kunstkritikere og kunstnere selv vil belyse deres eget og andres arbejde. Vi ser på maleriets udvikling, forskellige former for kunst og rummet for kunsten. Og så spørger vi os selv og hinanden: Skal kunst være smuk, inspirerende, politisk, nødvendig, helende eller provokerende? Eller blot en investering?
Vi har to halvdagsture til Aarhus, hvor vi bl.a. besøger Kunsthal Aarhus og ser den nyligt åbnede, censurerede Kunstnernes Påskeudstilling 2027 med den nye generation af kunstnere. Vi ser kunsten på Aarhus Universitet og den nye Universitetsby. Vi går en tur rundt på Aarhus Ø, hvor vi også kommer højt til tops – afhængigt af, hvad der er tilgængeligt. Vi besøger bla. "Mindet" Danmarks højeste højhus og møder bygherren Olav De Linde. Vi oplever en perlerække af kunst, der gør en forskel og har et perspektiv.
Mød bl.a. kunstnerne Birgit Bjerre, Katja Bjørn, Allan Otte m.fl. cand.mag. i kunsthistorie, journalist, Lisbeth Bonde, arkitekt, Stadsarkitektens kontor, Aarhus, Sofie Jahn Worm og museumsdirektør, Museum Jorn, Christian Kortegaard Madsen.

Kurset ligger parallelt med kurset Symfoniorkester og højskole, som vi undervejs vil dele vores glæde ved kunsten med.

Kursusledere: Carsten Holvad og Peter Flejsborg

16B **19.04-24.04** **6 dage** **5.950,-**

SYMFONIORKESTER OG HØJSKOLE

Kursus for dig, som elsker klassisk orkestermusik og selv spiller violin, bratsch, cello, kontrabas, tværfløjte, obo, klarinet, fagot, horn, trompet, trombone (basnøglen), tuba eller pauke/slagtøj. Vi spiller efter noder, og kurset har hidtil omfattet musik af bl.a. Händel, Mozart, Beethoven, Bizet og Tchaikovski. Vi afholder en del orkester- og gruppeprøver, og der vil også være mulighed for at øve i mindre, selvstyrende grupper. Medbring gerne noder til frivillig kammermusik. Kurset ligger parallelt med et kunstkursus, som vi vil have fælles morgensamling, sang og foredrag med.
Ugen afsluttes med en åben koncert.

Dirigent: Charlotte K. Andersen
Kursusleder: Helle Bak Holvad

17A **26.04-01.05** **6 dage** **5.950,-**

BORDTENNIS OG HØJSKOLE - Forår

Kom og vær med i et hyggeligt og lærerigt fællesskab omkring bordtennisspillet og højskolelivet. Deltagerne hjælpes til en større spilleglæde og kunnen. Der tages udgangspunkt i den enkelte deltagers oplevelse og erfaring med bordtennis. To dygtige instruktører med stor erfaring i at undervise seniorer sikrer, at alle får en sjov og lærerig oplevelse med bordtennisspillet. Vi spiller både single og double. Det vil være en god idé at medbringe eget bordtennisbat.
Højskolelivet deler vi med kursisterne fra kurset Hjernespark (se herunder), som vi har morgensamling, foredrag og fællessang sammen med.

Instruktører: Erling Post og Tony Friis
Kursusleder: Carsten Holvad

17B **26.04-01.05** **6 dage** **5.950,-**

HJERNESPARK

Hvad holder os levende – også langt inde i livet? Og hvordan passer vi på både hjerne og sind, så livsmod, nysgerrighed og glæde bevares hele livet?
På dette kursus sætter vi fokus på indsigt, perspektiver og et kærligt boost af hjernen. Vi udforsker, hvad der holder os mentalt bevægelige og levende – også i seniorlivet. Gennem inspirerende oplæg, musik, bevægelse og fælles refleksion styrker vi hukommelsen, opmærksomheden og evnen til at se livet fra nye vinkler. Kurset giver plads til både eftertanke, smil og alvor. Vi undersøger de vaner, tanker og livsholdninger, der nærer hjernen og giver energi og overskud. Hvordan kan vi bevidst stimulere vores mentale ressourcer? Hvordan kan ny indsigt åbne for nye perspektiver – og måske give hverdagen mere mening og dybde? Undervejs skaber vi rum for samtaler om livets erfaringer, valg og muligheder. For når vi deler refleksioner og lytter til hinanden, styrkes både fællesskab, hukommelse og livsglæde. Et kursus for dig, der ønsker at holde hjernen i gang, sindet åbent og livsmodet levende – hele livet.
Højskolelivet deler vi med kursisterne fra et parallelt kursus, som vi har morgensamling, foredrag og fællessang sammen med. Mød bl.a. Christina Toldbo astrofysiker og leder af Rundetårns observatorium.

Kursusledere: Linn T. Busch og Helle Bak Holvad

19	10.05-15.05	6 dage	5.550,-

KROLF OG HØJSKOLE - Forår

Kom og spil krolf på en af Danmarks smukkest beliggende krolfbaner på Rude Strand Højskole. Vi spiller på vores egne tre meget kuperede baner, hvor der både er nemme og udfordrende huller. I ugens løb tager vi på heldagstur til Aarhus Rådhus og Rønde Krolfklub. Kurset er for såvel øvede som let øvede, men også for dig, der bare har lyst til at lære spillet. Krolfspillet går hånd i hånd med højskolelivet med morgensamlinger, spændende foredrag, musikalske indslag og dejlig fællessang.

Kursusledere: Helle Bak Holvad og Carsten Holvad

20	18.05-22.05	5 dage	5.500,-

KOM MAJ DU SØDE MILDE

Vi nyder foråret, med frisk havluft, fællessang og livsglæde. Et kort kursus sprængfyldt med spændende foredrag, der vil pirre din nysgerrighed, udfordre din hjerne og give dig ny viden – og måske nye indsigter. Glæd dig til et klassisk højskolekursus på Rude Strand, fuld af hyggeligt, livgivende samvær, gode samtaler og skønne hjemmelavede retter fra vores dygtige køkken. Udover at nyde forårsstemningen i vores dejlige park, eller måske tage en frisk dukkert fra vores smukke badestrand, skal vi i ugens løb også på en skøn heldagsudflugt til Samsø. Mød bl.a. Lasse Skovgaard, ph.d., musikpædagog, organist m.m., Mariann Mikkelsen, harpenist og sanger, Tobias Wang, ph.d. og professor ved Bioscience Aarhus Universitet og Peter Borberg, journalist og forfatter m.fl.

Kursusledere: Helle Bak Holvad og Søren Jensen

21A	24.05-29.05	6 dage	5.950,-

VANDRINGER OG FORTÆLLINGER - Forår

Vi går mellem 9 og 12 kilometer hver dag i et friskt tempo, der passer de fleste. I alt fem forskellige vandreture med fortællinger undervejs. Hjemme nyder vi højskolelivet med lækker mad, inspirerende foredrag og fællessang. Ugen byder på vandretur til Skovmøllen - Vilhelmsborg - Jelshøj ved Aarhus. Vandretur Rude Strand - Hou. Byvandring i Aarhus fra nord til syd. Heldagstur til Samsø, hvor vi skal vandre ved Nordby Bakker og Issehoved.

Kursusleder: Carsten Holvad

21B	24.05-05.06	13 dage	26.250,-

REJSE TIL FÆRØERNE

Færøerne består af 18 øer og har et indbyggertal på ca. 54.000. For få år siden blev landet kåret som verdens smukkeste ø-samfund, og det med god grund. En rejse til Færøerne er en fantastisk og storslået oplevelse. På højskolen vil vi forberede os til turen gennem foredrag om Færøernes historie, film, litteratur og kunst.
På Færøerne skal vi med fast base på et godt hotel i det centrale Tórshavn besøge de nordligste, vestligste og sydligste øer, opleve storslået natur, små bygdesamfund og historiske steder, bl.a. Sandø og Kirkjubøur med domkirken og kongsbondegården fra middelalderen. Vi skal på heldagstur til Færøernes næststørste by, Klaksvik, og de nordligste øer, en heldagstur til Suderø. Og så skal vi opleve Kingosang og meget, meget mere.
Glæd dig til 13 spændende og oplevelsesrige dage om Færøernes natur, kunst og kultur.

Kursusledere:
Eva Marie Bach og Aage Augustinus

22	31.05-05.06	6 dage	6.250,-

DANMARK DEJLIGST

Sammen vil vi fejre, at vi bor i et helt særligt lille land. Et land med demokratiske principper, frihed til at ytre sig og være den, man ønsker at være. Også et land med en prægtig natur og ikke ret langt fra den ene dialekt til den anden. Velkommen til højskoleugen, der giver dig alt, hvad hjertet begærer af fællessang, højskoleånd, spændende foredrag, plads til debatter og de smukkeste solopgange. Ugen inviterer desuden på heldagsudflugt til Samsø.

Kursusledere: Linn Trentel Busch og Helle Bak Holvad

23	07.06-12.06	6 dage	6.250,-

SOMMER, SOL OG SANG

Juni måned på Rude Strand byder på de bedste muligheder for at møde noget af det, vi synes allerbedst om: vid horisont og frisk luft, chancen for en tur i bølgerne, ture ud i det fri, skønne solopgange, lune sommeraftener og ikke mindst masser af godt samvær og fællessang. Alt sammen naturligvis rammet ind af lækre serveringer fra vores kompetente køkken. Kom og mød Mads Granum, som vil præsentere os for nogle af sine skønne kompositioner, bl.a. sangen til Folkekirkens Nødhjælp, "Du spør mig om håbet". Mød også musikforsker Charlotte Rørdam, som vil gøre os klogere på den stærke danske tradition for fællessang og musikpædagog Kirsten Saurus, som dirigerer fangekor.
Vi skal på heldagstur til Mols Bjerge, hvor vi skal nyde den vidtstrakte udsigt over Aarhusbugten. Vi laver stop ved Porskær Stenhus, en af landets mest monumentale stendysser, og ved den meget skønt beliggende Agri Kirke. Og så får vi det bedste ud af busturen med fortællinger og fællessang undervejs. En uge med masser af samvær, sang og gode snakke!

Kursusledere: Helge Teglgård og Søren Jensen

24A	14.06-19.06	6 dage	5.950,-

VANDRINGER OG FORTÆLLINGER - Sommer

VI snører støvlerne og sætter den glade fod forrest på denne uges ture i det østjyske. Undervejs vil vi dele oplevelser og historier knyttet til egnen og landskabet. Turene er på 9 til 12 kilometer, i et friskt tempo, hvor de fleste kan være med. Ture: nærområdet ved højskolen, tur på Aarhus-Silkeborgstien, heldagstur til Samsø, vandring langs Giber Å og tur til Sondrup Bakker. Kurset kører sideløbende med to andre kurser, som vi deler ugen med.

Kursusleder: Helge Teglgård

24B	14.06-19.06	6 dage	5.950,-

EL-CYKEL OG FORTÆLLINGER - Sommer

Oplev smukke Østjylland på el-cykel med pauser og fortællinger undervejs. Fra højskolen cykler vi til Hou, sejler østpå til smukke Samsø og cykler øen rundt. Vi cykler mod syd til Verdens Ende på Alrø. Vi cykler vestpå til Solbjerg og Stilling Sø – og vi cykler mod nord gennem Moesgaardskovene til Aarhus. Turene er på ca. 50-70 km dagligt. Der er sørget for fortæring undervejs. Når vi er hjemme, laver vi højskole sammen med de to andre hold – morgensamling, foredrag og fællessang. **NB:** Man skal selv medbringe en velsmurt el-cykel, der har strøm til 70 km i kuperet terræn.

Kursusleder: Carsten Holvad

24C	14.06-19.06	6 dage	5.950,-

KROP, HJERNE OG HJERTE - Sommer

Vi skal danse, grine, lave hjernefitness, synge og samtale om ægte bevægeglæde. Få masser af inspiration med hjem til træning af hele kroppen – herunder viden om og ideer til den vigtige styrketræning igennem hele livet. Kom også med ud og nyd den fantastiske natur i området. Et højskoleophold, der i et trygt fællesskab stimulerer til mere livskraft, nysgerrighed og glæde. Kurset ligger parallelt med et vandrekursus og el-cykelkursus. Vi vil derfor have morgensamling og foredrag m.m. sammen. Heldagstur til smukke Samsø.

Kursusleder: Linn Trentel Busch

25	21.06-26.06	6 dage	6.350,-

MIDSOMMER

Velkommen til midsommer på Rude Strand og til skønne dage med høj himmel og lyse nætter. Sammen vil vi tilføre livet et par nye perspektiver med gode samtaler og livsbekræftende foredrag. Der vil desuden være flere muligheder for fysisk aktivitet i løbet af kurset.
Sankt Hans-aften fejres med stort bål, fællessang og båltale på stranden sammen med de lokale beboere. Båltalen holdes af tidligere højskolelærer Louise Brandstup. Ugen byder også på en heldagstur gennem Aarhus til Mols Bjerge, hvor vi bestiger nogle af de smukke udsigtspunkter. Herefter besøger vi Ebeltoft, inden vi kører langs kysten hjem til højskolen. Kom og lad os fejre lyset og livet sammen.

Kursusledere: Helle Bak Holvad og Carsten Holvad

26	28.06-03.07	6 dage	6.050,-

AKTIV HØJSKOLE VED HAVET

Glæd dig til en aktiv uge fyldt med frisk havluft og masser af livsglæde. Vi kombinerer forskellige former for fysisk aktivitet med oplevelser i naturen, spændende foredrag, musik, fællessang og samtaler. Vi har særligt fokus på havet omkring Danmark: øerne i havet, livet i havet samt fortællinger og sange om havet. Og vi kommer helt tæt på det kystnære liv, når vi besøger foreningen Svanegrund, som har etableret en naturpark, der strækker sig fra Horsens Fjord til Århus Bugt. Midt på ugen drager vi sammen på heldagstur ud i den smukke danske sommer. For at få mest ud af kurset, bør du kunne deltage aktivt i let til moderat fysisk træning.

Kursusledere: Linn Trentel Busch og Helge Teglgård

27	05.07-10.07	6 dage	6.050,-

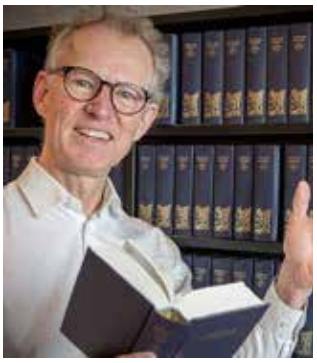
NATUREN - DET BILLIGE SKIDT

"Naturen – det billige skidt", skrev digteren Otto Gelsted ironisk i 1934 i digtet Sommerøen. Ordene er siden blevet en fast vending i det danske sprog, der minder os om, at naturen ganske vist er gratis, men ikke er uden værdi. På kurset skal vi høre mere om de forskellige syn på naturen og den værdi, vi mennesker tillægger den. Er en rapsmark fx natur, og er der overhovedet plads til vild, urørt natur i Danmark? Og hvilken betydning har naturen som kilde til oplevelse, glæde og fordybelse? Vi skal høre spændende foredrag om bl.a. Naturpark Svanegrund og Alling Naturpark, om de udfordringer, vores natur og biodiversitet står over for, samt mulighederne for at løse dem. Og så skal vi naturligvis også synge sange om naturen i det fri med vores egen højskolelærer, Helge Teglgård. Programmet byder desuden på en vandretur langs Giber Å, heldagsudflugt til Alling Naturpark og Himmelbjerget, og besøg i Den Økologiske Have i Odder. Glæd dig til en inspirerende og aktiv uge, hvor vi sammen skal blive meget klogere på den danske natur. Mød bl.a. biolog Michael Stoltze, biolog og forsker Joachim Offenberg m.fl.

Kursusledere: Louise Kreutzfeldt og Carsten Holvad

28	12.07-17.07	6 dage	6.050,-

ØSTJYLLAND MED SANG



Rude Strand Højskole ligger i det skønneste smørhul midt i det bløde og bakkede østjyske landskab. Vi vil nyde egnen og sommeren sammen, ikke mindst i sang og musik. Det er både, når det gælder udsigten fra vores terrasse, og når vi tager på tur. Vi skal til Aarhus og opleve den nye bydel Aarhus Ø, både fra land og fra søsiden, når vi står ombord på Cruise-skibet "Helene". Vi får spændende fortællinger af en guide undervejs. Vi besøger også den lokale forening Naturpark Svanegrund i Hou, som arbejder meget ihærdigt med formidling og forbedring af havmiljøet, og vi får smagsprøver på fødevarer fra havet. Mød også musikpædagog Kirsten Saurus, som fortæller om arbejdet med at sætte indsatte kriminelle til at synge sammen og lytte til musik. Og så synger vi selvfølgelig selv både morgen, middag og aften, på skolen og ude i det fri - hver med sit næb, i vilden sky og af fuld hals!

Kursusledere: Søren Jensen og Helge Teglgård

29A	18.07-24.07	7 dage	6.750,-

GOLF OG HØJSKOLE

Nyd den østjyske natur og spil golf hver dag med andre passionerede spillere. Her er kurset, hvor det 19. hul er en smukt beliggende højskole, der byder på muntre og livskloge foredragsholdere, livgivende fællessang og lækker mad fra skolens eget køkken. Vi skal spille to dage i Odder, to dage i Skanderborg og en dag i Horsens Golfklub. Kurset er inklusiv greenfees, men uden undervisning. Der vil være forskellige turneringer i løbet af ugen. Kurset her er i øvrigt en mulighed for at tage på højskole sammen, selvom partneren ikke er golfspiller, da kurset ligger parallelt med nedenstående kursus.

Kursusleder: Carsten Holvad

29B	18.07-24.07	7 dage	6.600,-

BALANCE OG UDSYN – i en kalejdoskopisk verden

Velkommen til en uge med fordybelse og nye perspektiver. Vi undersøger forskellige former for balance – i kroppen, i sindet og i vores måde at være i verden på. Via foredrag, samtaler og aktive workshops løfter vi blikket ud i verden og spørger: Hvad betyder det at have udsyn? Hvilke filosofiske retninger tiltaler os, og hvordan påvirkes vi af den verden, vi er en del af? Hvor kan vi finde resonans – det, der giver mening, genklang og energi? Alle dage byder på en blanding af foredrag, samtaler og fysisk bevægelse. Vi skal gå vandreture langs kysten og prøve kræfter med yoga, qi gong og self-compassion. Mød bl.a. forfatter og cand.mag. Dorthe Enger, musiker og kunstner, Tine Mynster og glæd dig til en uge med plads til både aktivitet og eftertanke, fællessang og fordybelse, energi og ro. En uge, hvor vi undersøger, hvad der kan hjælpe os til at finde og bevare vores balancer – i kroppen, i livet og i mødet med den kalejdoskopiske verden omkring os.

Kursusledere: Linn Trentel Busch og Ann Dahy

30	26.07-31.07	6 dage	6.950,-

BRIDGE OG HØJSKOLE 1

Glæd dig til en uge fyldt med bridge, klassisk højskolestemning, lækker mad og undervisning fra nogle af landets allerdygtigste bridgeinstruktører.
Bridgeundervisningen foregår på niveauopdelte hold, så du får mest muligt ud af dit spil. Udover bridge byder ugen også på inspirerende højskoleforedrag, fællessang, morgensamlinger, hyggeligt samvær og mulighed for at få rørt kroppen.
Programmet er tæt pakket, men onsdag eftermiddag kan du selv tage på tur i det østjyske, slappe af ved stranden, nyde en af Danmarks smukkeste udsigter fra højskolens terrasse – eller du kan deltage i en hyggelig, frivillig bridgeturnering.

Instruktører:
Frederik Bjerregaard, Jacob Røn og Mathias Bruun
Kursusleder: Carsten Holvad

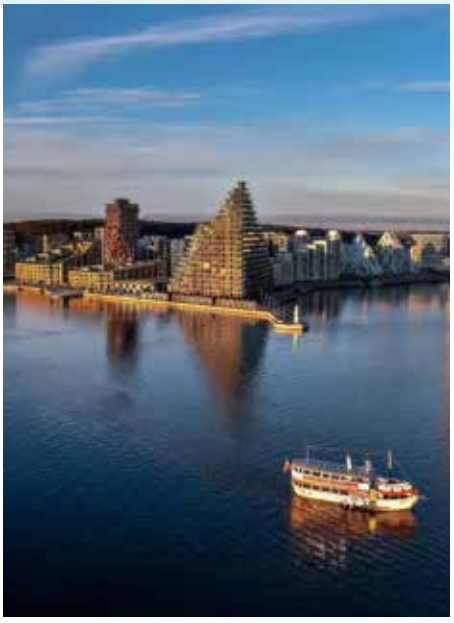
31	02.08-07.08	6 dage	6.950,-

BRIDGE OG HØJSKOLE 2

Samme indhold som **BRIDGE OG HØJSKOLE 1** - se herover. Bemærk: forskellige instruktører på Bridge 1 og 2.

Instruktører:
Knut Blakset, Jacob Røn og Thomas Vang Larsen
Kursusleder: Carsten Holvad

32	09.08-14.08	6 dage	6.150,-



LIVET VED HAVET

Havet er i os og omkring os. Det er i vores identitet og selvforståelse, i vores sprog og litteratur – og i selve vores DNA. Havet skaber vores landskab, geografi og historie, og på Rude Strand har vi det lige uden for døren, så vi har de bedste muligheder for at udforske det. I denne uge vil vi opleve alle aspekter af havets væsen: som forrådskammer og basis for vækst og velstand, som udgangspunkt for rejser og togter ud i den vide verden og som uudtømmelig kilde til myter og mysterier. Vi hører om den 1.000 km lange, UNESCO-klassificerede kystlinje fra Skagen til Holland, om maritime nyttehaver og om »blå litteratur«, der knytter os til havet. Vi oplever Aarhus med landets største containerhavn og ser fra havsiden, hvordan en ny bydel opstår og skyder sig ud i Aarhusbugten. Og vi får besøg af en ægte havfrue! Indimellem synger vi – naturligvis – alle de sange, som omhandler skumsprøjt og stolte søslag, inden vi selv kaster os i bølgerne.
Mød bl.a. Dorte Nors, forfatter, Søren Frank, madanmelder og forfatter, Karin Prehst Lund Madsen, fridykker og havfrue m.fl.

Kursusledere: Helle Bak Holvad og Helge Teglgård

33	16.08-21.08	6 dage	5.750,-

KROLF OG HØJSKOLE - Sensommer

Velkommen til en uge med krolf på en af Danmarks smukkest beliggende krolfbaner. Vi skal hygge os med det sociale spil på de tre meget kuperede baner i vores park med såvel nemme som udfordrende huller. Kurset er både for de meget øvede, de lidt øvede, og for dem, der bare har lyst til at lære spillet i fællesskab med andre humørfyldte og energiske seniorer. Den første kursusdag er der undervisning i slag og spilforståelse for begyndere. Krolfspillet går hånd i hånd med højskolelivet hos os med inspirerende morgensamlinger, fællessang og spændende foredrag. Kurset byder også på en heldagstur til Vivild Gymnastik og idrætsefterskole, hvor vi bl.a. skal spille på Vivilds tre flotte krolf-baner.

Kursusleder: Carsten Holvad

34A	23.08-28.08	6 dage	6.050,-

EL-CYKEL OG FORTÆLLINGER - Sensommer 1

Oplev smukke Østjylland på cykel med pauser og fortællinger undervejs. Efter en kort cykeltur i lokalområdet skal vi til Hads Herred og Alrø mod syd, på heldagstur til Samsø mod øst, Moesgaardskoven ved Aarhus mod nord og Solbjerg sø mod vest. Turene er på ca. 50-70 km dagligt. Der er sørget for fortæring undervejs. Når vi er hjemme, laver vi højskole sammen med det andet hold – morgensamling, foredrag og fællessang. **NB:** Man skal selv medbringe en velsmurt el-cykel, der har strøm til 70 km i kuperet terræn.

Kursusleder: Carsten Holvad

34B	23.08-04.09	13 dage	28.950,-

REJSE TIL ISLAND

I forberedelsesugen på Rude Strand Højskole vil vi i foredrag og fortælling beskæftige os med Islands historie, kultur, kunst og litteratur. Dagene i Island vil give dig en rigtig god fornemmelse af den utroligt varierede islandske natur: snedækkede vulkaner, spruttende gejsere og vilde vandfald. Du vil opleve sydlandets store landbrugsområde, der var centrum i middelalderens Island. Et højdepunkt på denne tur er besøget på Vestmannaøerne, som de fleste husker for det voldsomme vulkanudbrud i 1973, som betød, at store dele af byen blev ødelagt af lava og aske. Vi bor blandt andet på et hotel, der ligger meget tæt på vulkanen og gletsjeren Eyjafjallajökull, som i foråret 2010 gjorde sig verdensberømt på grund af sin voldsomme askesky, men også tre overnatninger i Reykjavik. I dagene på Rude Strand møder du bl.a. Torben Rasmussen, tidl. direktør for Nordens Hus i Reykjavik og forfatter til bogen „Turen går til Island“, billedkunstneren Else Ploug Isaksen, Kim Lembek, oversætter, cand.mag. i dansk og islandsk, m.fl.

Rejseleder: Torben Rasmussen
Kursusledere: Eva Marie Bach og Aage Augustinus

35A	30.08-04.09	6 dage	6.050,-

BORDTENNIS OG HØJSKOLE - Sensommer

Kom og vær med i et hyggeligt og lærerigt fællesskab omkring bordtennisspillet og højskolelivet. Deltagerne hjælpes til en større spilleglæde og kunnen. Der tages udgangspunkt i den enkelte deltagers oplevelse og erfaring med bordtennis. Både begyndere og mere erfarne udøvere er velkomne. To dygtige instruktører med stor erfaring i at undervise seniorer sikrer, at alle får en sjov og lærerig oplevelse med bordtennisspillet. Vi spiller både single og double. Det vil være en god idé at medbringe eget bordtennisbat. Højskolelivet deler vi med kursisterne fra et parallelt kursus, som vi har morgensamling, foredrag og fællessang sammen med.

Instruktører: Erling Post og Tony Friis
Kursusleder: Carsten Holvad

35B	30.08-04.09	6 dage	6.050,-

EL-CYKEL OG FORTÆLLINGER - Sensommer 2

Oplev smukke Østjylland på cykel med pauser og fortællinger undervejs. Efter en kort cykeltur i lokalområdet skal vi til Hads Herred mod syd, på heldagstur til Samsø mod øst, Moesgaardskoven ved Aarhus mod nord og Solbjerg sø mod vest. Turene er på ca. 50-70 km dagligt. Der er sørget for fortæring undervejs. Vi deler ugen med to andre kurser. **NB:** Man skal selv medbringe en velsmurt el-cykel, der har strøm til 70 km i kuperet terræn.

Kursusleder: Carsten Holvad

35C	30.08-04.09	6 dage	6.050,-

VANDRINGER OG FORTÆLLINGER - Sensommer

Fem skønne vandreture med fortællinger undervejs. Vi går mellem 9 og 12 km i et frisk tempo, der passer de fleste. Hjemme på højskolen forkæles vi med lækker mad, inspirerende foredrag, fællessang og livgivende samvær. Vi skal først på introtur i lokalområdet. Derefter går turen til Moesgaard og Marselisborgskovene. Vi tager også på en heldagstur til Samsø, på en smuk tur i Søhøjlandet og endelig tur fra Jelshøj til Skovmøllen. Vi deler ugen med to andre kurser.

Kursusleder: Helge Teglgård

36	06.09-11.09	6 dage	6.050,-

OG HVAD KAN VI SÅ LÆRE AF DET?

Mange husker måske Gotha Andersens spørgsmål fra 70'ernes ungdoms-tv. Det var ironisk ment, men det er slet ikke så tosset – og stadig relevant! Kan vi lære noget af historien, videnskaben, vores egne erfaringer, kunst og litteratur – og bruge den indsigt til at forstå nutiden og forme fremtiden? På dette kursus undersøger vi, hvad fag som astrofysik, historie, psykologi, kunst og religion samt menneskers mere eller mindre dramatiske oplevelser kan lære os om verden og os selv. Og måske får vi også lejlighed til at udfordre vores egne holdninger og meninger. Samtidig ser vi på, hvordan livets oplevelser – både succeser og udfordringer – kan blive til ny indsigt, når vi tager os tid til at reflektere. Gennem inspirerende oplæg, dialog og samtaler i bedste højskoleånd udforsker vi, hvordan erfaring og viden kan give nye perspektiver og åbne nye muligheder. Kom og vær med til en uge, der minder os om, at læring ikke stopper med alderen – tværtimod. Hver erfaring rummer et frø til ny forståelse! Mød bl.a. astrofysiker og rumekspert Christina Toldbo, cand.psych. Anne Scharling Rasmussen og fotojournalist Daniel Rye, der blev holdt fanget i 398 dage af Islamisk Stat i Syrien!

Kursusledere: Linn Trentel Busch og Søren Jensen

37	13.09-18.09	6 dage	6.350,-

IND I LITTERATUREN

Litteraturens mirakel er, at den hos læseren kan skabe verdener ud af intet. Litteratur behandler ofte spørgsmålet om, hvad det vil sige at være menneske, og giver billeder på, hvordan livet kan leves. Litteraturen kan være et bindeled til alt det roderi, der er inden i én, og dermed give form til følelser. Det drama, der foregår inden i os alle i alle livets aldre, kan litteraturen kaste lys på og forløse og samtidig åbne vore øjne for verden ved at vise den på en anden måde, end vi er vant til, og med en uendelig kompleksitet.
Programmet spænder vidt. En række betydelige danske forfattere vil fortælle om deres forfatterskaber, og en række foredragsholdere vil fortælle om deres læsefrugter.

Kursusledere: Eva Marie Bach og Aage Augustinus

38A	20.09-25.09	6 dage	6.050,-

VANDRINGER OG FORTÆLLINGER - Efterår

Fem skønne vandreture med fortællinger undervejs. Vi går mellem 9 og 12 km i et frisk tempo, der passer de fleste og hvor der er tid til at nyde naturen og hinandens selskab. Hjemme på højskolen forkæles vi med lækker mad, inspirerende foredrag, fællessang og livgivende samvær. I ugens løb skal vi på tur i lokalområdet, tur til Moesgaard og Marselisborgskovene og Den uendelige bro, smuk tur rundt om Odder og til Trustrup Høje, Sondrup Strand og Alrø By – helt ud til "Verdens Ende" og endelig på heldagstur til Samsø. Vi deler ugen med to andre kurser.

Kursusleder: Carsten Holvad

38B	20.09-25.09	6 dage	6.050,-

KROP, HJERNE OG HJERTE - Efterår

Vi sætter fokus på hele mennesket med aktiviteter, der styrker både krop, hjerte og hjerne. Vi udfordrer hjernen og du får inspiration til, hvordan motion, mad, søvn og mental trivsel kan bidrage til et aktivt og godt liv. Vi skal også bruge naturen, musikken og fællesskabet som afsæt for gode oplevelser, samtaler og masser af godt humør. Da vi er fysisk aktive alle ugens dage, får du mest ud af dette kursus, hvis du kan bevæge dig frit og med moderat intensitet. Vi deler ugen med to andre kurser.

Kursusleder: Linn Trentel Busch

38C	20.09-25.09	6 dage	6.050,-

SAMMENSPIL OG SANG

Et kursus for dig som er glad for musik og sang – og for selv at være med. Vi sætter et band sammen med bas, guitar (el eller akustisk), trommer, keyboard, percussion, blæser, leadvokal og kor. Vi har instrumenter, men tag også gerne dit eget instrument med. Vi dykker ned i de seneste 50 års bedste bud på rock- soul- og popklassikere, og lytter også efter nogle af de gældende aktuelle hits. Repertoiret indretter vi efter den aktuelle sammensætning i bandet. Uanset hvad, vil vi gi' den gas og nyde hinandens musikalske selskab. Det er en fordel, hvis du har spillet/sunget allerede, og kan orientere dig i noder eller et akkordskema. Vi deler ugen med to andre kurser.

Kursusleder: Helge Teglgård

39	27.09-02.10	6 dage	6.350,-

EUROPA - NUTID OG FREMTID

Europa er langsomt ved at finde sig til rette i den nye verdensorden. Eller hvad? Er vi klar til at stå på egne ben i forhold til USA, Rusland og Kina? Og er de europæiske lande overhovedet i stand til at samarbejde om de fælles udfordringer? På dette højskolekursus dykker vi ned i vores europæiske kultur og vores fælles værdier – og ser på, hvordan de udfordres og forsvares. Europa er jo et broget kludetæppe, og derfor vil vi også undersøge, hvilke forskelle der er mellem syd og nord samt øst og vest, og hvor grænsen mellem Europa og de andre verdensdele egentlig går. Hvad adskiller fx Europa fra lande som Rusland og Tyrkiet? Vi skal også fejre nogle jubilæer, nemlig Ludwig van Beethovens 200-års dødsdag og 25-året for indførelsen af eurosedler og -mønter, og finde ud af, hvilken betydning disse – og andre – fænomener har haft for Europa. Mød østeuropahistoriker Vibe Termansen, Beethoven-kenderne Helle Kornum og Eigil Leander samt mange andre spændende foredragsholdere.

Kursusledere: Helle Bak Holvad og Søren Jensen

40	04.10-09.10	6 dage	6.050,-

DANS, DANS, DANS

Er du klar til en uge fyldt med musik, bevægelse og danseglæde? Så sæt hverdagen på pause, snør danseskoene og kom med – hvor pulsen stiger, smilene bliver bredere og humøret når himmelen. Både mænd og kvinder er velkomne, og det eneste, du skal have med, er lysten til at give slip og danse. Hvad enten du har haft dansen med i livet – eller træder ud på gulvet for allerførste gang. Vi vil møde et farverigt udvalg af stilarter. Fra de elegante og festlige til de energiske og småsvedige. Du behøver hverken danseerfaring eller dansepartner. Her danser vi sammen, men hver for sig. I løbet af ugen møder vi dygtige gæsteinstruktører og hører spændende foredrag om dansens fortræffeligheder. Og så skal vi til Aarhus og besøge storbyens dansekultur. Højskoleugen toppes selvfølgelig med fællessang, rare samtaler og lækker mad. Giv dig selv en uge med ny energi, nye mennesker og masser af bevægelsesglæde. Måske opdager du også, at dans er den sjoveste måde at motionere på.

Kursusledere: Linn Trentel Busch og Louise Brandstrup

41	11.10-16.10	6 dage	6.450,-

VERDENS BRÆNDPUNKTER

”Jeg ved ikke, hvilke våben der vil blive brugt i den tredje verdenskrig, men den fjerde vil blive kæmpet med kæppe og sten”. Dette citat af geniet og filosoffen Albert Einstein understreger, hvad vi dagligt konfronteres med i nyhederne - nemlig at verden står i flammer og dommedag venter lige om hjørnet, hvis alverdens krigsmagere ikke standses, inden de får bombet os alle tilbage til stenalderen. Hvordan bevarer vi overblikket i virvaret af dramatiske meldinger fra brændpunkterne i bl.a. Ukraine, Mellemøsten og Afrika? Hvordan skal vi møde de rystende billeder af bombardementer, terror og flygtningestrømme. Og ikke mindst: Hvor finder vi håb, og hvordan kan vi støtte alt det, der trods alt peger mod fredeligere og lysere tider? Disse spørgsmål prøver vi at opklare på dette kursus – en uge i selskab med vidende eksperter, engagerede debattører, gode fortællere – og med tid til fællesskab, og højt humør omkring sang, musik, film, udflugt og den flotte natur og den gode mad på Rude Strand.

Kursusledere: Jørgen Koldbæk, Peter Kramer og Carsten Holvad

42A	17.10-20.10	4 dage	4.250,-/1.850,-

MIN BEDSTE EFTERÅRSFERIE 1

Kom med til en efterårsferie fuld af sjov og ballade. Og masser af fælles oplevelser, I altid kan tænke tilbage på. I bestemmer selv, hvor mange børnebørn, I vil have med.
Vi vil til gengæld bestræbe os på at lave et program, der rammer aldersgruppen. Formiddagene er bedsteforældre og børnebørn hver for sig. Eftermiddage og aftener vil vi bruge sammen. Husk masser af tøj, der kan tåle at blive beskidt. Og vådt. Velkommen til efterårsferie i højskolehumør!

Aldersgruppe: 4 -12 år.
Kursusleder: Nanna Bak Holvad

42B	20.10-23.10	4 dage	4.250,-/1.850,-

MIN BEDSTE EFTERÅRSFERIE 2

Samme program 42A.

Aldersgruppe: 4 -12 år.
Kursusleder: Nanna Bak Holvad

43	25.10-30.10	6 dage	5.950,-

STROKE OG HØJSKOLE

”At livet, det er livet værd”, lyder det i Højskolesangbogen – og netop det tager vi alvorligt på dette højskolekursus, der handler om stroke/apopleksi og om livet med en hjerneskade. Dagene bliver fyldt med livsbekræftende oplevelser, spændende foredrag, inspirerende oplæg og nye indsigter – alt sammen i trygge, skønne og varme højskoleomgivelser. Mød bl.a. læge, forfatter og kunstner Lærke Egefjord, der vil fortælle om, hvad kreativitet kan gøre for vores hjerne og vores trivsel. Vi skal også selv i gang med penslerne. Der er musik, sang og bevægelse på programmet hver dag, og fællesskabet styrkes gennem samvær og nærvær i en støttende atmosfære. Undervejs vil der være mulighed for gruppesamtaler og erfaringsudveksling, hvor vi deler både udfordringer og håb. Kurset er for alle med interesse for og/eller erfaring med stroke. Både ramte og pårørende er meget velkomne.
Deltagere skal være selvhjulpne – enten på egen hånd eller med hjælp fra en pårørende eller ledsager.
Kurset arrangeres i samarbejde med Hjernesagen.

Kursusledere: Helle Bak Holvad og Carsten Holvad

MODTAG NYHEDSBREV

Vi udgiver 6-10 gange årligt et elektronisk nyhedsbrev med aktuelle historier og informationer fra Rude Strand Højskole. Det er helt gratis, og du kan altid afmelde det igen. Du skal bare gå ind på rudestrand.dk/nyhedsbrev og udfylde din e-mailadresse. Herefter vil du modtage en e-mail, som du blot skal bekræfte, for at starte abonnementet.

44A | **01.11-06.11** | **6 dage** | **5.950,-**

HARMONIORKESTER OG HØJSKOLE - Efterår

Hvis du er til store musicalhits, glade operettestykker, pop- og jazzhits el.lign., er dette kursus noget for dig. Vi samler et harmoniorkester med både erfarne og mindre erfarne amatørmusikere. Spiller du tværfløjte, obo, klarinet, fagot, saxofon, horn, trompet, bariton, euphonium, basun/trombone, tuba eller trommer/slagtøj, så glæder vi os til at spille sammen med dig. Noderne uddeles ved ankomst, og der vil være tid til både individuel- og gruppe-øvning undervejs i forløbet. Kurset ligger parallelt med et kor-kursus, som vi har fælles morgensamlinger, fællessang og gode højskoleforedrag med undervejs.

Dirigent: Charlotte Katharina Andersen
Kursusleder: Helle Bak Holvad

44B | **01.11-06.11** | **6 dage** | **5.950,-**

KORSANG OG HØJSKOLE - Efterår

En uge med sang og fælles klang i centrum, hvor vi synger et varieret repertoire af korsatser, rytmiske sange, kanons og klassisk inspirerede stykker.
Vi arbejder fokuseret med stemmens udfoldelsesmuligheder gennem opvarmningsøvelser, der understøtter korrepertoiret. Det er fint, hvis du har erfaring med nodelæsning eller korsang, men ikke et krav.
Kurset ligger parallelt med et musikkursus, som vi har fælles morgensamlinger, fællessang og gode højskoleforedrag med i ugens løb.

Korleder: Astrid Vang-Pedersen
Kursusleder: Helle Bak Holvad

45 | **08.11-13.11** | **6 dage** | **6.350,-**

EN VERDEN AF KLASSISK MUSIK

Så er det atter tid til vores traditionsrige klassiske musikkursus! November er en kold og mørk tid, men vi vil få varmen ved en række foredrag og musikalske oplevelser fra den klassiske musiks energimættede og vitaminrige verden. Og vi skal som sædvanlig en tur i Musikhuset Aarhus, hvor Aarhus Symfoniorkester giver torsdagskoncert. Traditionen tro vil DR's musikformidler, Matthias Hammer, også komme og fortælle om, hvad der optager ham fra den klassiske musiks mange krinkelkroge. Alt sammen naturligvis serveret i en garniture af den helt rette højskoleånd med lækre måltider, gode samtaler og masser af levende fællessang.

Kursusleder: Søren Jensen

46 | **15.11-20.11** | **6 dage** | **6.350,-**

NORDISKE STEMMER

"Nordiske stemmer" kalder vi dette kursus på Rude Strand. Rejser man rundt i Norden, møder man ofte noget, som vi som danskere kan spejle os i. Det vidner om, hvad man kunne kalde et skæbnefællesskab.
De nordiske lande er sammenvævet på enormt mange niveauer, både historisk og i et nutidigt perspektiv. På rigtig mange måder minder vi utrolig meget om hinanden, selvom der er situationer, hvor vi griber tingene helt forskelligt an.
Temaer i ugen vil være de nordiske relationer i fortid, nutid og fremtid, Nordens ændrede storpolitiske betydning samt ikke mindst nordisk kunst, litteratur og kultur.

Kursusledere: Eva Marie Bach og Aage Augustinus

47	22.11-27.11	6 dage	6.150,-

VI SYNGER 200 SANGE - Efterår

Vi skal synge, synge og synge! Sange til morgen og aften, til alle årets årstider, til sorrig og glæde, til krig og kærlighed – til livet i al almindelighed. Og man kan roligt sige, at vi lægger os ind i en rullende bølge af interesse for fællessangen. Den har næppe haft større kraft end lige netop i disse år. Vi får besøg af en flok mennesker med meget på hjerte, når det gælder sang og musik, så vi kommer helt ud i hjørnerne af vores kære højskolesangbog. Midt på ugen tager vi på besøg på Odder Højskole og synger sammen med skolens elever. Hele ugen er selvfølgelig garneret med rigelige forsyninger fra vores dygtige køkken og masser af gode snakke. Mød bl.a. Thorbjørn Krogshede, højskolelærer og komponist, Kirsten Saurus Mehlsen, musikpædagog, m.fl.

Kursusledere: Louise Brandstrup og Helge Teglgård

48	30.11-05.12	6 dage	6.500,-

OPERA OG HØJSKOLE

Store stemmer, store komponister og store operaværker – ja, der er lagt op til store oplevelser, når Rude Strand Højskole byder indenfor til en uge i operaens tegn. Til dage i selskab med passionerede gæster, der på den ene eller den anden måde beskæftiger sig med opera i det daglige, og som lever og ånder for kunstarten. Til live-musik og operaoplevelser på lærredet og på den store scene. Programmet er tilrettelagt, så både den erfarne operaentusiast og nybegynderen kan være med.

Kursusledere: Søren Schelling og Søren Jensen

51	21.12-26.12	6 dage	7.400,-

JUL PÅ RUDE STRAND

Juledage på Rude Strand er så meget mere end andesteg og mandelgave. Vi vil gøre os umage med højtidens serveringer og traditioner – men som højskole giver vi ekstragaver i form af gode foredragsholdere og musikere, der vil give os nye og rare perspektiver med hjem. Vi skal bla. høre sopran Ingeborg Bjørk, der vil synge og fortælle om at finde sin stil og sin stemme, og høre Søren Boy Skjold fortælle om journalistisk og medier. Julegudstjenesten varetages af Aage Agustinus i en af vores lokale kirker. Med fortællinger og fællessang rykker vi sammen under stjernerne og nyder fællesskabet.

Kursusledere: Helle Bak Holvad og Carsten Holvad

52	28.12-02.01	6 dage	7.400,-

NYTÅR PÅ RUDE STRAND

Sammen fejrer vi årets sidste dage og følges ad ind i 2028. Kom med på et dejligt højskoleophold med fællessang, foredrag og bevægelse. Selve nytårsaften fejres naturligvis med kongens nytårstale, festmiddag, 90 års fødselsdag, kransekage, champagne og festligt samvær.

Kursusledere: Linn Trentel Busch og Helge Teglgård

Følg os på Facebook

Besøg facebook.com/rudestrandhojskole og følg med i, hvad der foregår på Rude Strand Højskole. Du må meget gerne kommentere, synes godt om og dele opslag, så vi kan få endnu flere til at følge os på Facebook. På forhånd tak for hjælpen.

Støt op om Rude Strand Højskole

- Bliv medlem af højskolens venne- og skolekreds

Gør ligesom knap 1000 andre og meld dig ind i Rude Strand Højskoles Venne- og Skolekreds. Som medlem er du med til at bakke op om højskolen og bidrage til, at der kan skabes endnu bedre rammer og muligheder for kursisterne.

Fordele for dig som medlem:

- Få bedre indsigt i, hvad der rører sig på højskolen
- Bliv inviteret til spændende kulturelle arrangementer på højsskolen
- Deltag i generalforsamling med mulighed for at stille op til venne- og skolekredsens bestyrelse - eller til højskolens bestyrelse

Det går støtten til:
Takket være medlemmernes bidrag har det været muligt at donere forskelligt udstyr og inventar til glæde for kursisterne: Lydanlæg, gardiner og sengelamper til værelserne, havkikkert, projektor, TV m.m. Senest har foreningen indsamlet kr. 400.000,- til byggeriet af højskolens nye sal - Havsalen. Så dit medlemskab gør en forskel.

Priser for medlemskab:
Personligt medlemskab kr. 100,- pr. år
Personligt livsvarigt medlemskab kr. 3000,-
Medlemskab virksomheder/foreninger kr. 300,- pr. år

Bliv medlem og læs mere på: www.rudestrand.dk/venneforeningen

RUDE STRAND HØJSKOLE

Kystvejen 114, 8300 Odder - Tlf. 86 55 89 44
info@rudestrand.dk - www.rudestrand.dk
Følg os på facebook.com/rudestrandhojskole