

KOY

**KREATIV OPLYSNINGS KREDS
DIN LOKALE AFTENSKOLE**

**PROGRAM
EFTERÅR OG FORÅR
2017/2018**

Kreativ Oplysnings Kreds

Foreningens formål:

Kreativ Oplysnings Kreds's formål er at tilbyde folkeoplysende voksenundervisning, der henvender sig til en bred målgruppe. Vi arrangerer endvidere samfundsrelevante foredrag og workshop med kreative fag: Strik og syng.

Kreativ Oplysnings Kreds er en godkendt aftenskole under folkeoplysningsloven.

Vi er tilknyttet Dansk Oplysnings Forbund, som er en politisk uafhængig organisation for aftenskolerne i Danmark.

Kreativ Oplysnings Kreds har hjemsted i Skælskør.

Foreningens ledelse:

Foreningen ledes af en bestyrelse, som vælges i henhold til vedtægterne.

Bestyrelsen:

Rita Bojesen, formand

Heilmannsvej 1 st., 4230 Skælskør, Mobil 23108223, e-mail: Rita.bojesen@live.dk

Bente Damgaard, medlem

Kathrinevej 12, Gimlinge, 4200 Slagelse, Tlf. 58186034, e-mail: j-damgaard@mail.dk

Lis Christensen, sekretær

Konge-Åsen 62, 4230 Skælskør, Mobil 41666089, e-mail: lis-chris@stofanet.dk

Tove Hansen, medlem

Strandgade 18 A 1. sal, 4230 Skælskør, Mobil 53572604, e-mail: tostermove@gmail.com

Lene Sonne, medlem

Bredahlsvej 8 1. sal, 4200 Slagelse. Mobil 50584663, e-mail: lene@lenesonne.com

Uffe Hansen, suppleant

Vibevej 5, 4261 Dalmoose, Tlf. 58188084, e-mail: uffe-hansen@mail.dk

Henning Jensen, suppleant

Nysøgaard 113, 4230 Skælskør, Mobil 20162730, e-mail: hvisholm@live.dk

Generalforsamling: Onsdag den 28. februar 2018.

Afholdes på Hotel Postgården kl. 18.00.

Alle er velkomne til at deltage, men stemmeret er forbeholdt foreningens medlemmer.

Efter generalforsamlingen byder KOK på stegt flæsk og persillesovs, dertil øl og vand.

For medlemmer er det gratis - ikke medlemmer kr. 150,00

Tilmelding til generalforsamlingen senest den 20. februar 2018.

Medlemsskab

Kreativ Oplysnings Kreds er en forening, hvor alle kan blive medlem.

Ønsker man at blive medlem, bedes man henvende sig til Skolelederen.

Medlemskabet er gratis.

Velkommen

Kreativ Oplysnings Kreds byder velkommen til en ny sæson.

Aftenskolen er mere end blot faglig viden - den tilbyder også mange andre kompetencer, som du kan have glæde af i dit arbejds- og fritidsliv, som f.eks. samarbejde, kreativ udfoldelse, netværksdannelse og fælles kulturelle oplevelser.

NYHED! Yoga, Harmonika og foredrag på Atkær Centeret i Dalmoose.

Det glæder os, at I bruger den lokale aftenskole.

Tilmelding til holdene:

Tine Sass, mobil 51 35 77 80 mail: kk@events.dk

Hvis man har hemmeligt telefonnummer modtages tilmeldingen kun på mail.

BETALING:

Girokort eller bank overførsel

Betaling Netbank: Nordea - reg. nr. 0343 kontonr. 6264638354 - Husk navn og hold.

Deltagere fra andre kommuner:

Deltagere fra andre kommuner er velkommen i KOK, men man har pligt til at oplyse sit cpr-nummer (§ 47, stk. 5).

Nye tiltag:

Har du en god idé til et eller flere nye kurser modtages forslag med glæde.

Deltagerrepræsentant:

Der vælges en deltagerrepræsentant til bestyrelsen for et år ad gangen. Efter valget er repræsentanten valgt direkte til bestyrelsen.

Valget finder sted hos Tine Sass, Algade 28, 4230 Skælskør.

Onsdag den 15. februar 2018 kl. 15.00.

NYHED

Mød os på FACEBOOK - Søg: Kreativ Oplysnings Kreds.

Synes godt om KOK.



TILBUD TIL FYSISK/PSYKISK HANDICAPPEDE

KOK tilbyder kurser for psykisk sårbarhed og austister der bor på et bosted.

Vi vil gerne udbyde flere kurser for denne målgruppe.

Kontakt Skoleleder Tine Sass mobil 51357780 eller mail kk@events.dk

Varmtvandstræning - mandag

Underviser: Fysioterapeut Brigitte Elisabeth Hviid

Træning i varmt vand giver glæde og velvære og en dejlig kropsfornemmelse. I det ca. 34 grader varme vand kan du udføre øvelser og bevægelser, som du ellers måtte have svært ved at udføre på land. Vandet virker afspændende og varmer dine led og muskler.

Vi arbejder med forskellige øvelser, hvor vi får bevæget de fleste af kroppens muskler. Det forudsætter IKKE at du kan svømme, blot at du er fortrolig med vand, da øvelserne er liggende, siddende og stående. Nogle af øvelserne udføres med forskellige redskaber.

Hold B: Start Mandag den 28.8.2017 kl. 15.15 - kl. 16.00 Slut Mandag den 11.12.2017

Hold C: Start Mandag den 28.8.2017 kl. 16.00 - kl. 16.45 Slut Mandag den 11.12.2017

Ingen undervisning i uge 42, Efterårsferie

Pris: 15 gange 45 minutter i bassinet, kr. 1.300,00 Max 10 deltagere

I tilfælde af inkontinens kan man ikke deltage p.g.a. forøget risiko for bakterier i vandet.

Tilmelding til begge hold senest den 22. august 2017.

Skoleleder Tine Sass, mobil: 51357780 eller mail: kk@events.dk

Undervisningen foregår på: SANO, Slagelsevej 32, 4230 Skælskør

Forår 2018

Hold B: Start Mandag den 08.01.2018 kl. 15.15 - kl. 16.00 Slut Mandag den 30.04.2018

Hold C: Start Mandag den 08.01.2018 kl. 16.00 - kl. 16.45 Slut Mandag den 30.04.2018

Pris: 15 gange 45 minutter i bassinet kr. 1.300,00 Max 10 deltagere.

I tilfælde af inkontinens kan man ikke deltage p.g.a. forøget risiko for bakterier i vandet.

Ingen undervisning i uge 7, vinterferie og uge 14, påskeferie.

Tilmelding til begge hold senest den 05. januar 2018

Skoleleder Tine Sass, mobil: 51357780 eller mail: kk@events.dk

Undervisningen foregår på: SANO, Slagelsevej 32, 4230 Skælskør

Varmtvandstræning - sommer 2018

Underviser: Fysioterapeut Brigitte Elisabeth Hviid

Vandet er ca. 34 grader varmt, det virker afspændende, og du har en dejlig fornemmelse i kroppen, når du har været aktiv i vand.

Såfremt du måtte have behov for individuelle hensyn, så tilstræber vi at efterkomme dem.

Hold 1: Start: Mandag d. 07. maj 2018 kl. 15.00 - kl. 15.45 Slut: Mandag d. 28. maj 2018

Hold 2: Start: Tirsdag d. 08. maj 2018 kl. 14.30 - kl. 15.15 Slut: Tirsdag d. 29. maj 2018

Hold 3: Start: Tirsdag d. 08. maj 2018 kl. 15.15 - kl. 16.00 Slut: Tirsdag d. 30. maj 2018

Pris 4 gange, kr. 350,00 - Max 10 deltagere. Tilmelding senest d. 01. maj 2018

I tilfælde af inkontinens kan man ikke deltage p.g.a. forøget risiko for bakterier i vandet.

Tilmelding til Skoleleder Tine Sass, mobil: 51357780 eller mail: kk@events.dk

Undervisningen foregår på: SANO, Slagelsevej 32, 4230 Skælskør

Varmtvandstræning - tirsdag

Underviser: Fysioterapeut Brigitte Elisabeth Hviid

Træning i varmt vand giver en dejlig kropsoplevelse, skærper din kropsbewidsthed, påvirker sanserne og tilbyder utallige øvelses- og belastningsmuligheder, som du ellers måtte have svært ved at udføre på gulvet. Det er sjovt at arbejde i og med vandet som samarbejdsparter, og så synes de andre deltagere også det er rart! Vandet er ca. 34 grader varmt, det virker afspændende, og du har en dejlig fornemmelse i kroppen, når du har været aktiv i vand. Såfremt du måtte have behov for individuelle hensyn, så tilstræber vi at efterkomme dem.

Hold D: Start: Tirsdag den 29.08. kl. 14.30 - kl. 15.15 Slut: Tirsdag den 12.12.17

Hold E: Start: Tirsdag den 29.08. kl. 15.15 - kl. 16.00 Slut: Tirsdag den 12.12.17

Hold F: Start: Tirsdag den 29.08. kl. 16.00 - kl. 16.45 Slut: Tirsdag den 12.12.17

Hold G: Start: Tirsdag den 29.08. kl. 16.45 - kl. 17.30 Slut: Tirsdag den 12.12.17

Ingen undervisning i uge 42 - efterårsferie. For at deltage på disse hold skal man være selvhjulpent.

I tilfælde af inkontinens kan man ikke deltage p.g.a. forøget risiko for bakterier i vandet.

Pris: 15 gange 45 minutter i bassinet - kr. 1.300,00 - Max 10 deltagere.

Tilmelding til alle holdene senest den 22. august 2017. Skoleleder Tine Sass, mobil: 51357780 eller mail: kk@events.dk

Undervisningen foregår på: Sano, Slagelsevej 32, 4230 Skælskør.

Forår 2018

Start: Tirsdag d. 09. januar 2018 Slut: Tirsdag d. 01. maj 2018.

Ingen undervisning i uge 7, vinterferie og uge 13, påskeferie.

Pris 15 gange kr. 1.300,00 - Max 10 deltagere. Tilmelding til holdene senest d. 05. januar 2018.

Skoleleder Tine Sass, mobil: 51357780 eller mail: kk@events.dk

Undervisningen foregår på: SANO, Slagelsevej 32, 4230 Skælskør

Hatha YOGA - NYHED

Underviser: Gitte Nurup, Yogalærer, Skælskør

Med krop, sjæl og indre ro i fokus får du her muligheden for at tage en pause, og få et frirum til fordybelse og for en stund bare at være.

Gennem den klassiske Hatha Yoga, kan du fordybe dig, vende fokus indad og mærke din krop - opbygge smidighed, styrke og kropsbewidsthed, skabe balance både fysisk og mentalt, reducere stress og øge din fokusering.

Yogaen tager udgangspunkt i den enkeltes krop og bygger op, derfra hvor den enkelte er, så yogaen er både for dig, der aldrig har prøvet det før og for dig der allerede dyrker yoga.

Undervisningen foregår i Yogini Huset - Skælskørs Yogastudie - Algade 24 Baghuset - Skælskør

Start Tirsdag den 19. september 2017 hver tirsdag 17.15-18.45

Slut: Tirsdag den 28. nov. 2017

Ingen undervisning i uge 42 Efterårsferie.

Pris: 10 gange - 20 undervisningslektioner 750 kr. Max 10 deltagere.

Tilmeldning til Skoleleder Tine Sass, mobil: 51357780 eller mail: kk@events.dk

Kropstræning med bevidsthed

Underviser: Lene M. Martinsen, ManuVision behandler og -træner. Læs mere på www.dinkropdig.dk
Vi arbejder med at smidiggøre dine muskler og led samt at skærpe din kropsbevidsthed. Det dybe rolige åndedræt er et centralt fokuspunkt. Ved hver træning bevæger vi os igennem alle kroppens primære led (fødder, ankler, knæ, hofter, ryg, skulder, nakke) med udvidende og sammentrækkende øvelser for musklerne, og du vil mærke en klar forbindelse til hele din krop - HELE DIG. Der vil være afvekslende øvelser fra gang til gang, men vi både starter og slutter med en kort meditation, og i den sidste del af træningen vil vi arbejde med ét eller flere dybe stræk. Træningen er både for unge kroppe og ældre kroppe. Du bedes medbringe et tæppe og en yogamåtte (alternativt to tæpper).

Sted: Skælskør Bibliotek - Mødesal
Start: Tirsdag den 05. september 2017 kl. 16.30 - kl. 18.00 Slut: Tirsdag den 28. november 2017
Ingen undervisning i uge 42 Efterårsferie
Pris: 12 gange - 24 lektioner kr. 750,00 Max 12 deltagere
Tilmelding til holdet senest den 20. august 2017 til Skoleleder Tine Sass, mobil: 51357780 eller mail: kk@events.dk

Forår 2018

Start: Tirsdag den 09. januar 2018 kl. 16.30 - kl. 18.00 - Slut: Tirsdag den 20. marts 2018
Pris: 10 gange - 20 lektioner kr. 650,0 Max 2 deltagere
Tilmelding til holdet senest den 05. januar 2018 til Skoleleder Tine Sass, mobil: 51357780 eller mail: kk@events.dk

Klassisk Pilates - NYHED

Underviser: Fysioterapeut/pilates instruktør Brigitte Elisabeth Hviid
Klassisk Pilates holder sig så tæt som muligt til Joseph Pilates' oprindelige værk. Det betyder, at programmet består af hans originale øvelser og udføres i den originale rækkefølge, som de blev udført i hans studio i New York op gennem 1900 tallet. Programmet er opbygget efter en fast rytme og i et system, hvor næste øvelse bygger videre på den forudgående. Vi tager udgangspunkt i Matwork Intro level og bygger op til Ideal level. Joseph Pilates udviklede 6 grundlæggende principper for træning: Alle bevægelser trænes med brug af din egen kropsvægt som modstand på en sikker måde. Du får trænet din udholdenhed, styrke og stabilitet, men også dit fokus og tilstedeværelse i øvelserne! Derfor bruges der heller ikke musik til træningen. Pilates er en workout, som i glidende flow giver sved på panden.

Sted: Skælskør Bibliotek - Mødesal
Start: Mandag den 18. september kl. 17.00 til kl. 18.30 Slut: Mandag den 27. november 2017
Ingen undervisning i uge 42 (efterårsferie) og uge 46 (optaget i mødesal).
Pris: 9 gange - 18 lektioner kr. 600,00 Max 12 deltagere. **HUSK!** Måtte, tæppe og evt. pude.

Forår 2018

Start: Mandag den 08. januar 2018 kl. 17.00 til kl. 18.30 - Slut: Mandag den 26. marts 2018
Ingen undervisning i uge 7 (Vinterferie). Pris: 10 gange - 20 lektioner kr. 650,00 Max 12 deltagere
Tilmelding til holdene til Skoleleder Tine Sass Mobil 51357780 eller mail kk@events.dk

Krop og bevægelse Specialundervisning

Underviser: Lene Sonne - Slagelse Læs mere på www.lenesonne.com
Holdet henvender sig særligt til voksne med autisme, men også andre med funktionsnedsættelser, som har brug for hensyntagende motion, kan deltage. Træningen vil være præget af genkendelighed, fast struktur og forudsigelighed samt humor og venlighed. Vi starter samlet og snakker om hvad der skal ske i dag. Så skal der trænes!! Og øvelserne vil være tilpasset i form og tempo, så alle har mulighed for at være med. Lektionen afsluttes med afspænding og stille musik.

Sted: SANO Slagelsevej 32, 4230 Skælskør - Lille Gymnastiksal
Start: Mandag den 28. august 2017 kl. 17.00 til kl. 18.00 - Slut: Mandag den 11. december 2017
Ingen undervisning i uge 42, efterårsferie.
Pris: 15 gange., kr. 1.300,00. Tilskud kr. 100,00 Brugerbetaling kr. 1.200,00. Incl. Lokaleleje.
Max 7 deltagere.
Tilmelding til holdet senest den 20. august 2016 til Skoleleder Tine Sass, mobil: 51357780 eller mail: kk@events.dk

Forår 2018

Start: Mandag den 08. januar 2018 kl. 17.00 - kl. 18.00 - Slut: Mandag den 30. april 2018
Ingen undervisning i uge 7, vinterferie og uge 14, påskeferie.
Pris: 15 gange kr. 1.300,00 .Tilskud kr. 100,00 Brugerbetaling kr 1.200,00. Incl. Lokaleleje
Tilmelding til Skoleleder Tine Sass, mobil: 51357780 eller mail: kk@events.dk

Afspænding Hensyntagende undervisning

Underviser: Lene Sonne - Slagelse læs mere på www.lenesonne.com
For personer med begrænsede fysiske muligheder.
Undervisningen foregår i Bjergbyparken, Slotsbjergby ,4200 Slagelse

Hold 1: Start: Fredag den 15. 9. 2017 kl. 9.45 - kl. 10.30
Hold 2: Start: Fredag den 15. 9. 2017 kl. 10.45 - kl. 11.30
Begge hold slutter mandag den 08.12.2017 (12 gange)
Ingen undervisning i uge 42, efterårsferie. Max 7 deltagere på hvert hold.

Efter jul 2018

Hold 1 Start: Fredag den 12. 1. 2018 kl. 09.45 - kl. 10.30
Hold 2 Start: Fredag den 12. 1. 2018 kl. 10.45 - kl. 11.30
Slut: Fredag den 13. april 2018 (12 gange) Ingen undervisning i uge 7, vinterferie og uge 14, påskeferie.
Max 7 deltagere.
Pris: Efterår 2017 - forår 2018 24 lektioner, kr. 500,00 tilskud kr. 100,00 brugerbetaling kr. 400,00
Tilmelding til holdet: Skoleleder Tine Sass, mobil: 51357780 eller mail: kk@events.dk

HAVEKURSUS - i deltagernes egne have



NYHED 2018

Underviser, Landskabsarkitekt Torben Duedahl Andersen - Botanisk Plantecenter Sorø.

Lær at indrette din have, som om den var lavet af en landskabsarkitekt.

Bliv inspireret af en professionel rådgiver i din egen have, samt ved at besøge de øvrige deltageres haver.

Toben Duedahl Andersen tilrettelægger programmet, som vil tilgå deltagerne.

Påklædning: Praktisk tøj og fodtøj. Tjek DMI på dagen.

Medbring evt. lidt at drikke.

Medbring mappe, papir og blyant til notater.

Glæde jer til et kursus fyldt med inspiration og lærdom om planter, træer med mere.

Start: Onsdag den 02. maj 2018 kl. 18.00 til kl. 20.45 (senere kl. 19.00 til kl. 21.45).

Slut: Onsdag den 20. juni 2018

Pris: 24 lektioner kr. 900,00 Max 8 deltagere

Der vil være mulighed for, at købe lidt blomster af Torben Duedahl Andersen.

Tilmelding til Skoleleder Tine Sass, Mobil 51357780 eller mail kk@events.dk



KREATIV GENBRUG

Underviser: Karen Sieling

Har du noget, der trænger til nyt liv? En stol - en kjele eller noget helt tredje.

Vi mødes og tænker nyt om de gamle sager. Medbring selv egne produkter, som du ønsker Upcycle. Der er symaskiner til rådighed i lokalet. Karen Sieling medbringer diverse redskaber og basismaterialer, som kan benyttes og købes af underviseren.

Ved tilmeldingen bedes du oplyse hvilke produkt du medbringer.

Der sendes en materialeliste ud inden kursus start til den enkelte deltager.

NB! Vi ompolstrer ikke større møbler, som lænestole og sofaer.

Glæder mig til at se jer.

Sted: Eggeslevmagle Skole - Håndarbejds lokalet. Parkering overfor Statoil Tanken på Næstvedvej.

Dato: søndag den 29. oktober 2017 kl. 10.00 til kl. 17.00.

Pris: 8 lektioner kr. 350,00 - Max 10 deltagere.

Tilmelding til Skoleleder Tine Sass, mobil: 51357780 eller mail: kk@events.dk senest d. 10. oktober.

www.koksh.dk

Pileflet weekend kursus

Underviser: Inger Margareta Nielsen - Vollerup Gårde - www.pilevaerkstedet.dk



Flet din egen kurv f.eks. indkøbskurv, brødkurv, fuglefoderhus eller brændekurv, størrelse og facon tilpasses dine ønsker og formåen.

Har du specielle ønsker er du velkommen til at kontakte underviseren, senest ca. 14 dage inden kurset, mobil 51262164.

Værktøj kan lånes, men medbring gerne selv en snittekniv og rosensaks.

Materialepris efter forbrug 150 - 300,00 kr.

Undervisningen foregår på Eggeslevmagle Skole - Billedkunst lokalet.

Start: Lørdag den 09. sep. 2017 kl. 9.30 til 16.15 - Slut: Søndag den 10. sep. 2017 kl. 9.30 til 16.15

Pris: 16 timer kr. 700,00 Max 8 deltagere. Tilmelding til holdet senest den 01. september 2017

Skoleleder Tine Sass, mobil: 51357780 eller mail: kk@events.dk

Forår 2018

Underviser: Inger Margareta Nielsen - Vollerup Gårde - www.pilevaerkstedet.dk

Undervisningen foregår på Eggeslevmagle Skole - Billedkunst lokalet.

Start: Lørdag den 07. april 2018 kl. 9.30 til 16.15 - Slut: Søndag den 08. april 2018 kl. 9.30 til 16.15

Pris: 16 timer kr. 700,00 Max 8 deltagere

Tilmelding til holdet senest den 15. marts 2018

Tilmelding til Skoleleder Tine Sass, mobil: 51357780 eller mail: kk@events.dk

Oprydning i smykeskrinet



Guldsmed Linda Jacobsen

Kom og lav genburgs-container juveler på et weekend kursus.

Mulighed for evt. at genbruge dine defekte smykker uden sten og perler.

Der er mulighed for at fremstille dine egne ideer/design.

I prisen er der lidt værktøj, som er dit efter endt kursus.

Har du selv værktøjet eller sølv så er du velkommen til at medbringe det.

Sted: Eggeslevmagle Skole - Billedkunst lokalet overfor Statoil Tanken på Næstvedvej.

Dato: Lørdag den 28. oktober og søndag den 29. oktober 2017

Tid: Begge dage fra kl. 10.00 til kl. 16.00

Pris kr. 900,00 incl. værktøj og materialer. Pris: kr. 700,00 uden værktøj og materialer.

Kontakt guldsmeden ved tvivls spørgsmål, Linda Jacobsen Mobil 26792445

Tilmelding til Skoleleder Tine Sass, mobil: 51357780 eller mail: kk@events.dk

www.koksh.dk

Tine Larsen Tidl. alkoholiker ”Slip Facaden og ræk hånden ud”

Mød Tine som i en alder af 10 år startede med at drikke, som selv havde set hvor almindeligt alkohol var i hendes barndom, hør hende fortælle et ærligt foredrag om 30 år med facade over for sine børn, arbejdsgiver, ægtemand, intuitioner, skoler og ikke mindst sig selv.

Hør hvordan Tine har det idag, hun har været ædru i ca. 7-8 år.

Hør hvordan Tine holder sig ædru.

Kom og lad os få en debat om et problem, som stadig er et tabu, men som mange kender til.

Onsdag den 13. september 2017 kl. 19.00

Skælskør Bibliotek - Mødesal

Pris: kr. 100,00

Billetter bestilles på mail kk@events.dk, betaling netbank

Foredrag om sensitive voksne ”Særligt sensitiv - og hvad så ?”

Lene Sonne er uddannet pædagog og har arbejdet som pædagog, leder og lærer i mange år. De seneste år har hun haft sin egen rådgivningspraksis, hvor hun har samtaler med børn, unge og voksne. Endvidere holder Lene foredrag over hele landet om emnet. Læs mere om Lene på hendes hjemmeside: <http://www.lenesonne.com>
Hun er forfatter til 3 bøger om sensitive mennesker. Lene er selv særligt sensitiv. Ca. 20 % befolkningen har det personlighedstræk, der hedder 'at være særligt sensitiv'. Det betyder ikke, at vi er noget særligt eller føler os bedre end andre. Det betyder slet og ret, at vi er mere påvirkelige og følsomme end flertallet. Mange af os har levet vores liv uden at vide, at vi er særligt sensitive. Det betyder, at vi ikke har kunnet forstå vores egne reaktioner, tanker og følelser i en række situationer, og vi har derfor kunnet føle os mærkelige eller anderledes. Vi er også indimellem blevet overbelastede, og vi har i disse situationer haft nogle reaktioner, som vi har været kedede af bagefter. Dette foredrag vil via en række eksempler give indblik i, hvordan sensitive voksne oplever verden indefra. Og det vil give svar på spørgsmålet: Særligt sensitiv – og hvad så? For det gælder om at acceptere, at sensitive mennesker er 'bygget', som de er, og dernæst finde ud af, hvordan de kan skabe nogle gode rammer for sig selv. Endvidere vil foredraget rumme redskaber og forslag til positive tankegange, som kan gøre hverdagen lettere som sensitiv voksen.

Onsdag den 27. september 2017 kl. 19.00

Sted: Skælskør Bibliotek - Mødesal

Pris: Kr. 100,00 Billetter bestilles på mail kk@events.dk - betaling netbank

Signe Adams vil fortælle om sin bog ”Mit liv - min vej ”

Læs mere om Signe Adams www.signeadams.dk

Som er en personlig og åbenhjertelig beretning om hendes spirituelle og fysiske rejse gennem livet.

De fysiske udstationeringer i Østberlin, Washington, Manila og Moskva samt den spirituelle rejse. Har blandt andet affødt diverse bump på livets vej.

Hun fortæller om, hvordan en alvorlig kræftsygdom fik vækket hende til live, så hun transforerede sit liv og dermed, ved at tage ansvar og lederskab, blev i stand til at skabe den tilværelse, hun drømte om.

Onsdag den 25. oktober 2017 kl. 19.00

Skælskør Bibliotek - Mødesal

Pris: kr. 100,00

Billetter bestilles på mail kk@events.dk, betaling netbank.



Skælskør Bibliotek

FOREDRAG/ DEBAT 2018

Ved forfatter Pia Fris Laneth

1915 -da kvinder og tyende blev borgere og Danmark et demokrati



Foredraget bygger på Pias bog 1915 – da kvinder og tyende blev borgere fra 2015.

Den vandt Weekendavisens litteraturpris, blev præmieret af Statens Kunstfond som en af årets bedste udgivelser, og desuden nomineret til Årets historiske bog og Blixens faglitterære pris.

Da kong Frederik 7. underskrev Danmarks første Grundlov i 1849, fik kun 15 procent af befolkningen stemmeret. Det var en selvfølge, at kvinder, tyende og fattige mænd ikke skulle have valgret – og halvtreds år senere var det lige så selvfølgeligt, at de skulle.

Pia Fris Laneth fortæller om de kvinder og mænd, som kæmpede for denne kolossale demokratiske holdningsændring. De forlangte, at alle

myndige borgere skulle have ret til at deltage i statens og kommunernes politiske liv – uanset om de var mænd eller kvinder, gifte eller ugifte, højt eller lavtlønnede, herskab eller tjenestefolk. Omdrejningspunktet er kvindernes kamp for borgerrettigheder. Og fordi kvinder altid tilhører et socialt lag i samfundet, fortæller Pia Fris Laneth om deres lange, seje arbejde for ligestilling i lyset af bøndernes og arbejdernes kamp for demokratisk indflydelse. Det er en historie fuld af personligheder: viljestærke hattedamer og arbejderkvinder, farverige bonde- og arbejderledere, feministiske mænd og videbegærlige kvinder. På forskellig vis banede de vejen for, at danskerne forandrede sig fra at være den enevældige konges undersåtter til at blive politiske borgere.

Kvindernes kampdag torsdag den 08. marts 2018

Sted: Skælskør Bibliotek Mødesal

Pris: kr. 100,00 Billetter bestilles på mail kk@events.dk, betaling netbank

www.koksh.dk

WORKSHOP

Fair Isle Strik (fler farvet strik) 2018



Underviser: Lise Kamstrup www.knitvonkampstrup.com

Fair Isle strik er en af mange betegnelser for to farvet strik med dominans, det kan også hedde jacquardstrik eller norwegian knit. Den dækker over en striketechnik, hvor man strikker med to farver, og hvor man undgår de lange tråde på bagsiden også selvom mønsteret går over mange masker. Dette gøres ved at man hæfter den passive tråd fast på bagsiden undervejs.

Der er mange fordele ved denne teknik. For det første undgår man de lange tråde på bagsiden af arbejdet, og derved får man ikke fingre, knapper og meget andet viklet ind, med udtrukne tråde til følge. Og for det andet gør det strikningen meget sjovere, da det er langt nemmere at styre tråd spændingen på den passive tråd.

Der medbringes to farver uldgarn, med stor kontrast, til pind nr. 3-3,5. Der medbringes lille rundpind. Og vil du være forberedt, slår du nok masker op på rundpinden til, at maskerne glider let, og strikker nogle omgange med den ene af farverne.

Dato: Onsdag den 14. marts kl. 18.30 - kl. 21.30

Sted: Skælskør Bibliotek - Mødesal

Pris: kr. 350,00 incl. kompendium - Max 12 deltagere.

Tilmelding til Skoleleder Tine Sass mobil 51357780 eller mail kk@events.dk



Strikke foredrag Vivian Høxbro 2018

Bogen udgives i september på Turbine Forlag.

Strik Stjernetrøjer - med 200 mønstre - mest fra Lolland-Falster. Om de fine "nattrøjer", som kvinderne strikkede og brugte i 1800-tallet.

Jeg fortæller om:

- Strikningens historie i Europa og Danmark,
- arbejdet med bogen,
- de gamle trøjer
- de mange mønstre

Desuden spinder jeg nogle ender om 1800-tallet, og strikningen m.m.

Jeg har selvfølgelig en masse billeder med og naturligvis også trøjer, stikkeprøver og bøger.

Sted: Skælskør Bibliotek - Mødesal - Onsdag den 11. april 2018 - Pris. Kr. 150,00

Tilmelding til Skoleleder Tine Sass mobil 51357780 eller mail kk@events.dk

www.koksh.dk

Skælskør og Flakkebjerg

Madlavning for mænd - Skælskør skole

Underviser: Mikael Klintskov

Vi fortsætter fra sidste sæson med nye og spændende retter - også fra andre lande. Vi er selv med til at bestemme menuen fra gang til gang. Dog vælger Mikael Klintskov menuen til den første gang. Velkommen igen!

Materialeforbrug ca. kr. 100,00 pr. gang. Afregnes med læreren den første gang.

Drikkevarer medbringes selv.

Sted: Skælskør Skole - Gammelgade 10 - 4230 Skælskør - Hjemkundskab

Start: Onsdag den 27. september 2017 Kl. 18.00- 21.45 - hveranden onsdag

Slut: Onsdag den 06. december 2017

Pris: 6 gange 24 undervisningslektioner kr. 650,00 - Min. 12 deltagere.

Tilmelding til holdet senest d. 11. september 2017

Forår 2018

Start: Onsdag den 07. februar 2018 kl. 18.00 - kl. 21.45 (hveranden onsdag)

Slut: Onsdag den 04. april 2018

Pris: 5 gange 20 undervisningslektioner kr. 550,00 Min. 12 deltagere

Materialeforbrug ca. 100,00 kr. pr. gang. Afregnes med læreren den første gang.

Drikkevarer medbringes selv. Tilmelding til holdet senest d. 01. februar 2018.

Finere madlavning for mænd - Flakkebjerg skole

Underviser: Kok Kristian Lassen, Hovmester i SAS Skælskør, www.hovmester.dk

Kurset er for deltagere, som har gået til madlavning i flere år. Menuen består af forret, hovedret eller hovedret og dessert. Medbring en mappe til opskrifter.

Dette kursus er arrangeret i samarbejde med Hashøj Jægerklub.

Materialeforbrug ca. kr. 100,00 pr. gang, som afregnes med Kristian den første gang.

Drikkevarer medbringes selv.

Sted: Flakkebjerg Skole - Flakkebjerg Hovedgade 34, 4200 Slagelse

Start: Onsdag den 27. september 2017 Kl. 18.00- 21.45 - hveranden onsdag

Slut: Onsdag den 06. december 2017

Pris: 6 gange 24 undervisningslektioner kr. 625,00 Min 12 deltagere.

Tilmelding til holdet senest den 11. september 2017

Forår 2018

Dette kursus er en forlængelse af efterårsholdet. Der er mulighed for at få endnu mere inspiration indenfor gastronomien. Der vil være temadage, hvor vi arbejder med spændende nye råvarer.

Sted: Flakkebjerg Skole, Flakkebjerg Hovedgade 34, 4200 Slagelse

Start: Onsdag den 07. februar 2018 kl. 18.00 - kl. 21.45 Hveranden onsdag

Slut: Onsdag den 21. marts 2018

Pris: 4 gange 16 undervisningslektioner kr. 450,00 - Materialeforbrug ca. kr. 100,00 afregnes med Kristian den første gang. Drikkevarer medbringes. Min. 12 deltagere.

Tilmelding til holdet senest den 01. februar 2018

Tilmelding til: Skoleleder Tine Sass, mobil 51 35 77 80 eller mail: kk@events.dk

Tur til Ragnarock Roskilde

En enestående mulighed for at opleve dette fantastiske museum på 3500 kvadratmeter fordelt på 3 etager. Selve bygningen er opført med en guldnittet facade bestående af 2654 guldfarvede pyramider, som afspejles indendørs i foyeren der er beklædt med 773 røde pyramider.

RAGNAROCK – museet for pop, rock og ungdomskultur er et nyt nationalt, kulturhistorisk samtidsmuseum med fokus på musik og ungdomskultur. Museet formidler ungdomskulturens udvikling - fortalt gennem rockens og poppens lyd, billeder og symboler. Det handler om, hvordan unge med musikken har flyttet grænser og påvirket samfundet gennem fx nye danseformer, forbrug, politiske holdninger, stiludtryk, brug af musikafspillere og nye tekno-logier, og meget mere. Det handler om os, når vi lytter til musik, danser, kæmper, skaber og dyrker idoler.

Ungdommen har siden 1950'erne udtrykt sig gennem rock- og popmusikken i dens mange afskygninger. Musikken er en af de stærkeste kulturelle bevægelser i det 20. og 21. århundrede, og det er den bevægelse, RAGNAROCK formidler og dokumenterer. Museet er en kalejdoskopisk rejse gennem temaer, som engagerer, aktiverer og giver sved på panden.

Fredag den 22. september 2017

- Rundvisning I time
- I time på egen hånd
- Kaffe/te og kage i Cafeen

Busafgang fra Havnen Skælskør kl. 12.00

Busafgang fra Atkærcenteret - Dalmose kl. ca. 12.15

Pris: Kr. 400,00



Hensynstagende undervisning

Mal i fred og ro

Underviser: *Kunstner Susanne Thea, Korsør - Læs mere på www.susannethea.com*

Vi maler på små rolige og hyggelige hold, i et dejligt lyst og varmt lokale med udsigt og udgang til haven, så der også er mulighed for at arbejde ude i "naturen".

Der tages individuelle hensyn til hver deltagers behov og der er mulighed for at få sit " eget rum" i lokalet. Jeg tager udgangspunkt i dig som deltager. Vi taler om hvor du er i maleriet og finder frem til dine egne ønsker.

Måske har du aldrig malet før og vil gerne igang, måske har du malet i mange år og trænger til nye ideer.

Jeg underviser dig i at blande alle farver. Jeg viser og gennemgår forskellige metoder, komposition, perspektiv, flader og teknikker som at male med pensel, svamp, klud og spartel.

Du kan lære at opbygge dit eget maleri.

Acryl maling kan bestilles 14 dage før kursus start, kontakt Susanne Thea mobil 21228251.

Medbring: rengørings svampe, engangshandsker, klude, pensler, maler tusser Posca især sort, farverne kan købes i boghandel Korsør.

Medbring selv lærred og pensler. Materialer kan købes og afregnes med Susanne Thea.

Vær varmt påklædt, godt og lunt fodtøj og tøj som kan tåle maling.

Madpakke/kaffe/drikke. Jeg serverer te.

Undervisningen foregår Sandvejsbanken 2, 4220 Korsør

Start: Lørdag den 26. august, Lørdag den 16. september, Lørdag den 07. oktober, Lørdag den 28. oktober og Lørdag den 11. november 2017. Alle Lørdage fra kl. 10.00 til kl. 16.00.

Pris: 5 Lørdage 40 undervisningslektioner incl. lokaleleje kr. 900,00 tilskud 100,00 brugerbetaling kr. 800,00. Max 7 deltagere.

*Kontakt: For yderligere oplysninger Susanne Thea, mail@susannethea.com mobil: 21228251
Tilmeldning til Skoleleder Tine Sass, mobil: 51357780 eller mail: kk@events.dk.*

Forår 2018

Datoer for denne sæson aftales med Susanne Thea.

Pris: 5 Lørdage 40 undervisningslektioner incl. lokaleleje kr. 900,00 tilskud kr. 100,00 brugerbetaling kr. 800,00

*Kontakt: For yderligere oplysninger Susanne Thea, mail@susannethea.com mobil: 21228251
Tilmeldning til Skoleleder Tine Sass, mobil: 51357780 eller mail: kk@events.dk.*

Grafisk kursus i fred og ro

Underviser: *Kunstner Susanne Thea, Korsør - Læs mere på www.susannethea.com*

Holdet er tilegnet dig, som har brug for mindre hold og gerne vil udfolde dig kreativt i et sjovt og hyggeligt miljø.

Vi arbejder med grafiske teknikker monotypi og ske-tryk billeder vi laver på en plexiglasplade limoliums tryk og træsnit. Vi tegner fra fotokopier, egne billeder, fri fantasi og hvis du har lyst efter dine egne skitser. Vi arbejder også med chincole, det betyder at vi tilføjer det grafiske billede udsklip m.m..



*Undervisningen foregår på Sandvejsbanken 2, 4220 Korsør
Start: Lørdag den 19. august, Lørdag den 23. september,
Lørdag den 14. oktober, Lørdag den 18. november og
Lørdag den 09. december 2017 Alle Lørdage fra kl. 10.00
til kl. 16.00,*

*Pris: 5 Lørdage 40 undervisningslektioner incl. lokaleleje
kr. 900,00 tilskud kr. 100,00*

brugerbetaling kr. 800,00. Max 7 deltagere.

Vær varmt påklædt, godt og lunt fodtøj og tøj som kan tåle tryksværte.

Kontakt: For yderligere oplysninger Susanne Thea om materialer som du skal medbringe mail@susannethea.com - mobil: 21228251

Tilmeldning til Skoleleder Tine Sass, mobil: 51357780 eller mail: kk@events.dk.

Forår 2018

Datoer for denne sæson, aftales med Susanne Thea.

*Pris 5 Lørdage 40 undervisningslektioner incl. lokaleleje
kr. 900,00 tilskud kr. 100,00*

brugerbetaling kr. 800,00.

Kontakt: For yderligere oplysninger kontakt Susanne Thea om materialer, som du skal medbringe mail@susannethea.com - mobil: 21228251.

Tilmeldning til Skoleleder Tine Sass, mobil: 51357780 eller mail: kk@events.dk.

UDSTILLING SKÆLSKØR BIBLIOTEK

Lørdag den 02. september 2017

i forbindelse med Skælskør år 2000

Fra kl. 10.00 til kl. 13.00 - Mødesalen

4 - 6 deltagere fra forårskurserne "Mail i fred og ro" og "Mor/barn maler i fred og ro" og Grafik i fred og ro", maler og udstiler deres færdige billeder.

Underviser og billedkunstner Susanne Thea Korsør fortæller om de forskellige kurser og der er mulighed for, at tilmelde sig, til efterårs sæsonen 2017.

Vi glæder os til at se rigtig mange denne dag.

Tegnekursus

Underviser: Billedkunstner Anne Thorseth - Skælskør. Læs mere på www.annethorseth.dk
At tegne er at holde det iagttagne fast med bevidstheden i en pendulfart mellem papir og motiv. Det er et levende samspil mellem de øjne der ser og verden omkring. Et rum af nær-

vær og intensitet der giver oplevelsen af at genopdage det sete. Menneskets evne til iagttagelse er en grundlæggende del af det at eksistere, og når vi sanser og fokuserer vores øjne på verden omkring os, beskriver proportionerne, rumligheden, mellemrum og gråtoner, da fordyber vi os i livet, som det åbenbarer sig her og nu.

Portrættegning kræver stor præcision og opmærksomhed, idet de små forskelle og detaljer ændrer udtrykket og portrætligheden drastisk.

På kurset er opmærksomheden koncentreret om portrættets forskellige udtryksformer og teknikkerne bag de mange fine linjer.

Deltagerne bør medtage et spejl af passende størrelse, en loddesnor samt blyanter, papir og viskelæder.



Undervisningen er individuel, så både nybegyndere og øvede kan få udbytte af kurset.

Start:

Lørdag den 30. september 2017 kl. 11.00 til kl. 16.00

Lørdag den 28. oktober 2017 kl. 11.00 til kl. 16.00

Lørdag den 25. november 2017 kl. 11.00 til kl. 16.00

Sted: Bruuns Hjørne - Gammeltorv 2 4230 Skælskør - Anne Thorseth Værksted

Pris: 18 undervisningslektioner kr. 1.000,00 inkl. lokaleleje. Max 6 - 7 deltagere

Tilmelding til Skoleleder Tine Sass, mobil: 51357780 eller mail: kk@events.dk

Syng med Specialundervisning

Underviser: Musiker Knud Rasmussen - Slagelse

Knud er 56 år gammel og har det meste af sit liv været både festmusiker og kirkeorganist. På kurset spiller han på harmonika eller klaver og synger for.

Vi synger mange forskellige genrer; f.eks.: Højskolesangbogen, Benny Andersen og andre danske viser. Beatles, Elvis, Kim Larsen, Shubidua, John Mogensen, gamle danske evergreens, filmmelodier, sømandssange og meget andet.

Deltagerne er velkommen til at komme med forslag til, hvad vi skal synges: der er "højt til loftet", så Knud er med på hvad som helst, hvis han ellers ka' finde ud af at spille det.

Undervisning foregår: Flakkebjerg Skole - Musiklokalet.

Start: Torsdag den 21. sep. 2017 kl. 15.30 - kl. 17.00 - Slut: Torsdag den 14. dec. 2017

Ingen undervisning i uge 42, efterårsferie

Pris: 12 gange - 24 undervisningslektioner kr. 600,00 tilskud kr. 100,00 brugerbetaling kr. 500,00

Max 7 deltagere

Forår 2018

Start: Torsdag den 04. januar 2018 kl. 15.30 - kl. 17.00 - Slut: Torsdag den 12. april 2018

Ingen undervisning i uge 2,3,7 og 15

Pris: 13 gange - 26 undervisningslektioner kr. 650,00 tilskud kr. 100,00 brugerbetaling kr. 550,00

Max 7 deltagere

Tilmelding til Skoleleder Tine Sass, mobil: 51357780 eller mail: kk@events.dk

Fra "Avenue til Solitudevej"

Musiker Knud Rasmussen - Slagelse

Knud er 56 år gammel og har det meste af sit liv været både festmusiker og kirkeorganist. På kurset spiller han på harmonika eller klaver og synger for.

Vi synger mange forskellige genrer; f.eks.: Højskolesangbogen, "Lystige Viser", gamle danske evergreens, filmmelodier, sømandssange og meget andet. Man er velkommen med forslag til, hvad vi skal synges; der er "højt til loftet"; Knud er med på hvad som helst, hvis han ellers ka' finde ud af at spille det. Ka' han ikke melodien, ka' han den måske næste gang.

Undervisningen foregår på Atkærcentret, Dalmose

Start: Tirsdag d. 19. september 2017 kl. 13.30 - kl. 15.00 hveranden tirsdag.

Slut: Tirsdag d. 12. december 2017

Ingen undervisning i uge 42, efterårsferie.

Pris: 6 gange - 12 undervisningslektioner kr. 350,00. Min. 10 deltagere

Forår 2018

Start: Tirsdag den 23. januar 2018 kl. 13.30 til kl. 15.00. Hveranden tirsdag

Slut: Tirsdag den 03. april 2018

Pris: 6 gange 12 undervisningslektioner kr. 350,00. Min. 10 deltagere

Tilmelding til Skoleleder Tine Sass, mobil: 51357780 eller mail: kk@events.dk

Blæseinstrument

Underviser: Musiklærer Tanja Dræberg - Bisserup

"Hej jeg hedder Tanja Dræberg og arbejder som musiker og musiklærer. Jeg underviser i tværføjte, klarinet, obo, saxofon. Jeg har spillet musik siden jeg var lille og har medvirket i et utal af musicals og koncert i Danmark. Bla. Folketeatret, Nyborg voldspil, Maribo Teater, Borreby Teater, Slagelse Teater, osv.

Undervisning aftaler vi indbyrdes hvilke dage og tidspunkt der passer os begge og jeg har muligheden for at komme hjem til dig.
Hvis det vil gøre det lettere. "Tanja Dræberg, mobil 31798306



Start: September 2017 - Slut December 2017

Pris: 14 gange - 22,5 minutter kr. 1.260,00 - Ingen undervisning i uge 42, efterårsferie.

Forår 2018

Start: Januar 2018 - Slut: Maj 2018

Pris: 15 gange - 22,5 minutter kr. 1.350,00.

Ingen undervisning i uge 7 vinterferie og uge 13 påskeferie.

Tilmelding til Skoleleder Tine Sass, mobil: 51357780 eller mail: kk@events.dk.

Vindebro - Klaver

Underviser: Musiklærer Lene Martinsen

Kurset henvender sig til begyndere og letøvede deltagere. Med udgangspunkt i netop dit niveau, lærer du at spille små klassiske eller rytmiske musikstykker helt fra bunden, eller du kan komme videre med de stykker og teknikker du har lært tidligere. Nodelære og musikteori vil blive præsenteret efter behov.
Du kan starte uden musikalsk baggrund. En lektion varer 22,5 minutter (solo).



Undervisningen foregår på Skælskør Skole

Start: Tirsdag den 05. september 2017 Tidspunkt aftales med Lene.

Slut: Tirsdag den 28. november 2017

Pris: 12 gange 22,5 minutter Solo kr. 1.080,00

Ingen undervisning i uge 42

Yderligere oplysninger om klaver undervisning til Lene Martinsen tlf. 28 49 38 38

Tilmelding til klaver, Skoleleder Tine Sass, mobil 51 35 77 80 eller mail: kk@events.dk

Forår 2018

Start: Tirsdag den 09. januar 2018 - Tidspunkt aftales med Lene.

Slut: Tirsdag den 20. marts 2018 -

Pris: 10 gange 22,5 minutter Solo kr. 900,00

Ingen undervisning i uge 7 - Vinterferie.

Yderligere oplysninger om klaver undervisning hos Lene Martinsen tlf. 28 49 38 38

Betaling: Der bliver sendt girokort til deltagerne.

Tilmelding til klaver, Skoleleder Tine Sass, mobil: 51357780 eller mail: kk@events.dk

Vindebro - Harmonika DALMOSE

Underviser: Musiklærer Lissi Rasmussen - Slagelse

Lissi Rasmussen er uddannet på Det Kongelige Danske Musikkonservatorium med accordeon som hovedfag. Underviser i accordeon, harmonika, ensemble, teori, musikhistorie og forskole. Underviser daglig på Slagelse Musikskole.

Jeg underviser på alle niveauer i alle genre både på piano- og knapharmonika med og uden melodibas. Undervisningen er solotimer, hvortil du medbringer dit eget instrument. Hvis der er flere deltagere på samme niveau, kan vi ind imellem sammenlægge timerne og bruge dem til sammenspil, teori med mere.

Undervisningen foregår på Atkærcenteret. Atkærvænget 27 A, Dalmose

Start: Tirsdag den 26. september 2017 kl. 19.00 - ? Slut: Tirsdag den 05. december 2017

Ingen undervisning i uge 42, efterårsferie.

Pris: 10 gange 22,5 minutter Solo kr. 900,00

Yderligere oplysninger om kurset til Lissi Rasmussen Mobil 24856550



Forår 2018

Undervisningen foregår på Atkærcenteret, Atkærvænget 27 A, Dalmose

Start og slut aftales med Lissi Rasmussen Pris: 10 gange 22,5 minutter Solo kr. 900,00

Ingen undervisning i uge 7, vinterferie

Tilmelding til holdene: Skoleleder Tine Sass, mobil: 51357780 eller mail: kk@events.dk

Vindebro - Violin



Underviser: Violinist Niels Peter Gudbergesen - Skælskør

Undervisningen foregår i Vestergade 28, 4230 Skælskør, dag og tidspunkt efter aftale.

Violin er et meget brugt instrument især i klassisk musik og lidt inden for folkemusik og Jazz. Violinundervisningen på KOK tager udgangspunkt i elevens niveau, og at det aldrig er for sent at begynde at spille violin.

Violinundervisningens formål er at skabe grundlag for musikalsk udfoldelse på et strygeinstrument. For at få glæde af at spille selv og sammen med andre, er det vigtigt, at man lærer sit instrument godt at kende.

Undervisningen foregår privat. Tlf. 27 26 91 65 mail: npg@wienertrioen.dk

Start: Onsdag den 06. september eller fredag den 08. september 2017.

Slut: Onsdag den 13. december eller fredag den 15. december 2017.

Pris: 14 gange - 22,5 minutter kr. 1.260,00 - Ingen undervisning i uge 42, efterårsferie.

Forår 2018

Start: Onsdag den 10. januar eller fredag den 12. januar 2018.

Slut: Onsdag den 02. maj eller fredag den 04. maj 2018.

Pris: 15 gange - 22,5 minutter kr. 1.350,00.

Ingen undervisning i uge 7 vinterferie og uge 13 påskeferie.

Tilmelding til Skoleleder Tine Sass, mobil: 51357780 eller mail: kk@events.dk.

Undervisningen/Foredrag foregår på Atkærcentret Dalmose

Yoga for mor/far og barn 5-9 år

Underviser; Gitte Nurup, yogalærer - Skælskør

Med udgangspunkt i og inspiration fra Hatha Yogaen skal vi arbejde med kroppen, balancen og den indre ro. Gennem bevægelse og leg, fantasirejser og åndedrætsøvelser vil vi opbygge kropsbevidsthed, styrke og mental ro både hos børn og forældre.

Det vigtigste for mig er at skabe et rum for nærvær, og hvor vi har det sjovt og rart sammen.

Kom i løstsiddende tøj og medbring et liggeunderlag til jer hver samt et tyndt tæppe.

Dette kursus er et samarbejde mellem AOF, FOF, LOF og KOK

Dalmose Atkærcentret, Atkærvænget 27 A, Dalmose, motionsrum

Start: Tirsdag den 26. september 2017 kl. 15.00-16.00 - Slut: Tirsdag den 28. november 2017

Ingen undervisning i uge 42 - efterårsferie.

Pris: Kr. 575 / 9 gange

(Prisen gælder for 1 voksen og 1 barn)

Tilmelding til Skoleleder Tine Sass, mobil: 51357780 eller mail: kk@events.dk.



Foredrag Lene Sonne om sensitive børn

Idag lever Lene af at holde foredrag, undervise og have samtaler med forældre, børn, unge og voksne. Lene betegner sig selv som særligt sensitiv.

Du kan læse mere om Lene på hendes hjemmeside:

www.lenesonne.com

Nyere forskning viser, at ca. 20 % af befolkningen har det personlighedstræk, der hedder at være 'særligt sensitiv'. Det er et normalt personlighedstræk, og det har altid eksisteret, men har ikke været beskrevet så udførligt tidligere. I foredraget vil det blive belyst, hvad det vil sige at være særligt sensitiv, og der vil være beskrivelser af såvel udfordringer som fordele ved at have personlighedstrækket. For at gøre foredraget så levende som muligt, vil der være en række eksempler på, hvordan sensitive børn oplever verden. Eksemplerne er hentet fra foredragsholderens bøger om emnet og fra hendes rådgivningspraksis. Det vil også blive beskrevet, hvilke betingelser der skal være til stede, for at disse børn trives bedst muligt. Foredraget er rettet mod alle de voksne, der omgiver sensitive børn, det vil sige, forældre, øvrig familie og fagpersoner.

Dalmose Atkærcentret, Atkærvænget 27 A, Dalmose

Mandag d. 18. september 2017 kl. 19.00 – 21.00.

Pris: Kr. 100,0

Tilmelding til Skoleleder Tine Sass, mobil: 51357780 eller mail: kk@events.dk.

Betaling: Netbank Nordea reg.nr. 0343 - kontonr. 6264638354.

Kvittering fra banken gælder som billetter.

www.koksh.dk

Foredrag Lissi Rasmussen - Slagelse



Igennem mange år har Armenien stået på min ønske liste over kommende rejsemål.

I oktober 2016 oprandt dagen, hvor mit ønske blev til virkelighed.

Armenien er det første land i verden, som indførte kristendommen som statsreligion helt tilbage til begyndelsen af 300-tallet. Landet bugner af gamle kirker og klostre.

Jeg vil fortælle om mine oplevelser i landet, spille lidt musik og vise billeder.

Måske kan det inspirere dig til at vælge Armenien som et muligt rejsemål.

Dalmose Atkærcentret, Atkærvænget 27 A, Dalmose

Tid: Søndag den 08. oktober kl. 15.00 til kl. 17.00.

Pris: Kr. 100,00 incl. kaffe/te og kage.

Tilmelding til Skoleleder Tine Sass, mobil: 51357780 eller mail: kk@events.dk.

Betaling: Netbank Nordea reg.nr. 0343 - kontonr. 6264638354.

Kvittering fra banken gælder som billetter.

Foredrag/fællessang Om højskolesangbogen

Mit navn er Birgitte Hansen og jeg har en baggrund som højskolelærer og -forstander, hvor jeg har formidlet højskolesange i ord og toner.

Jeg spiller selv til fællessangen.

Har I lyst til en hyggelig eftermiddag, hvor jeg kommer fortæller om højskolesangbogen i en slags causeri over digtere, komponister og den tid, sangene refererer til, - og hvor vi synger udvalgte gamle og nye sange.

Dalmose Atkærcentret, Atkærvænget 27 A, Dalmose

Søndag den 04. marts 2018 kl. 15.00

Programmet varer 2 x 45 min.

Der vil blive budt på kaffe/te og kage.

Pris: Kr. 100,00

Tilmelding til Skoleleder Tine Sass, mobil 51357780 eller mail: kk@events.dk

Der vil være mulighed for, at betale ved indgangen.



www.koksh.dk



**Mandag
den 09. oktober
kl. 19,00
Dalmose Hallen
Pris kr. 150,00**

”Kurs mod fjerne kyster”

Det blev noget med at sejle...

I dette underholdende og eksotiske foredrag fortæller Emil om de mange oplevelser og erfaringer, som han har gjort sig undervejs på rejserne med Havana. Han fortæller autentisk og energisk om livet som skipper, det at rejse jorden rundt, når man kun er i starten af 20'erne og det ansvar der følger med. Emil tager deltagerne med på en rejse ud i den store verden, og beretter også om, hvordan det har været at medvirke i “Kurs mod fjerne kyster”, og samtidig have hele Danmark med sig på eventyr.