

Sommerkursus (dagkursus) den 11.-15. juli 2022

Sociale fællesskaber

Livsnødvendige og besværlige

Lejre Højskole indbyder til en højskoleuge, hvor vi bliver klogere på sociale fællesskaber. Alle vil gerne være en del af stærke fællesskaber. Og samtidig oplever vi, at det kan være svært at få fællesskaber til at fungere.

I løbet af ugen ser vi på fællesskaber i arbejdslivet, i familielivet og i de frivillige fællesskaber. Vi ser ind de særlige fællesskaber, der opstår når mennesker vælger at bo sammen. Og vi ser på udfordringen i fællesskaber, som giver plads til mennesker, der er udfordrede i forhold til at skabe og indgå i fællesskaber.

I løbet af ugen får du inspiration fra forskellige oplægsholderes perspektiv på, hvordan man udvikler og skaber et stærkt socialt fællesskab. Du kommer til at udforske de fællesskaber, du selv er en del af. Du vil både få øje på dine egne ressourcer i fællesskabet og du vil få ideer til, hvordan du kan bidrage til at styrke dine fællesskaber.

Vi afslutter ugen med i fællesskab at skabe et måltid og en aftenfejring som afslutning på en skøn højskoleuge, hvor der selvfølgelig bliver høj sol, gode samtaler og masser af inspiration til, hvordan vi styrker vores fællesskaber.

Målgruppe

Alle er velkomne til at deltage.

Dagens forløb – fire ens dage og en særlig dag (se program på side 2 og undervisere side 3)

Alle dage er der fælles morgenmad, morgensamling med sang fra højskolesangbogen og et foredrag, som dagsordensætter dagens tema.

Hver dag før frokost er der en fysisk øvelse, hvor vi får arbejdet med dagens tema.

Vi spiser frokost sammen, og så er der mulighed for at gå en lille tur eller bare være i naturen omkring højskolen.

Dagen afrundes med kaffe/te, lidt sødt og en sang fra højskolesangbogen.

Fredag er en særlig dag, hvor vi afrunder ugens forløb med et fælles aftensmåltid, som vi tilbereder sammen, og synger fra højskolesangbogen til vi ikke orker mere.

Vi bygger en højskole og er undervejs...

Lejre Højskole er under opbygning, så det er ikke alting, der vil være lige kønt at se på. Vi håber, I vil bære over med os og være med til at bygge skønne tanker og glæde ind i den nye højskole

Praktik og penge

Læs om det på side 4.

Program for højskoleuge "Sociale fællesskaber" den 11. - 15. juli 2022

Mandag den 11. juli kl. 08.30 – 16.00: Fællesskab på arbejdspladsen

- ◆ Højskolesang, præsentation og velkomst.
- ◆ Det moderne menneskes fællesskaber – introduktion til ugen og motivation af ugens forskellige temaer.
- ◆ Arbejdspladsen som fællesskab – fælles mening, udfordringer og potentialer v/arbejds miljøkonsulent Lise Bache.
- ◆ Fælles udforskning af kroppens sprog i fællesskabet v/Leah.
- ◆ Rammesætning af øvelse, hvor du arbejder med dig selv og fællesskabet på din arbejdsplads v/Birgitte.
- ◆ Dagen afsluttes med fælles refleksion, kaffe/te og lidt sødt og en højskolesang.

Tirsdag den 12. juli kl. 08.30 – 16.00: Familie som fællesskab

- ◆ Højskolesang og rammesætning af dagens tema: Familien som fællesskab.
- ◆ Hvad er det, der udfordrer og udvikler familier i dag? v/familierådgiver.
- ◆ Fælles udforskning af kroppens sprog i fællesskabet v/Leah.
- ◆ Rammesætning af øvelse, hvor du arbejder med din rolle i familien, hvordan du ser på din familie, og hvordan du gerne vil udvikle dit familieliv v/Birgitte.
- ◆ Dagen afsluttes med fælles refleksion, kaffe/te og lidt sødt og en højskolesang.

Onsdag den 13. juli kl. 08.30 – 16.00: Frivillige fællesskaber

- ◆ Højskolesang og rammesætning af dagens tema: Hvordan giver det mening at være frivillig? Og har vi en særlig frivillighedskultur i Danmark? v/Heidi.
- ◆ Frivillige fællesskaber – Hvorfor er de vigtige? Hvad gør de ved os? Og hvad er udfordringerne? Oplæg v/Jonas Hedegaard, organisationskonsulent og erhvervsforsker.
- ◆ Fælles udforskning af kroppens sprog i fællesskabet v/Leah.
- ◆ Rammesætning af øvelse, hvor du arbejder med refleksion over de frivillige fællesskaber, du indgår i eller ønsker at være en del af v/Birgitte.
- ◆ Dagen afsluttes med fælles refleksion, kaffe/te og lidt sødt og en højskolesang.

Torsdag den 14. juli kl. 08.30 – 16.00: Rummelighed i sociale fællesskaber

- ◆ Højskolesang og rammesætning af dagens tema: Hvorfor er det så svært at være rummelig i praksis? v/Heidi
- ◆ Hvordan kan man opbygge et socialt meningsfyldt og givende fællesskab for dem, som ikke selv formår at skabe eller opretholde et fællesskab? v/Carsten Hansen, forstander for Østagergård i Jystrup.
- ◆ Fælles udforskning af kroppens sprog i fællesskabet v/Leah.
- ◆ Rammesætning af øvelse, hvor du arbejder med dig selv og din egen rummelighed v/Birgitte.
- ◆ Dagen afsluttes med fælles refleksion, kaffe/te og lidt sødt og en højskolesang.

Fredag den 15. juli kl. 08.30 – 20.00 (?): Fællesskab når vi bor sammen

- ◆ Højskolesang og rammesætning af dagens tema: Landsbyfællesskab som vision og som udfordring v/Heidi.
- ◆ Landsbyfællesskabets udfordringer og muligheder i praksis, konflikter og hvordan vi løser dem v/Mette Højby Germansen, Frikøbing i Hvalsø.
- ◆ Fælles udforskning af kroppens sprog i fællesskabet v/Leah
- ◆ Rammesætning af øvelse, hvor du arbejder med dig selv og dine egne tætte fællesskaber (naboer, opgangen, landsbyen...) v/Birgitte.
- ◆ 16.00 – 18.00: Fælles arbejde med at udfolde aftensmåltid og aftenfejring.
- ◆ 18.00 – 20? Vi spiser sammen og synger fra højskolesangbogen til vi ikke orker mere.

Dem vi er: Læs om undervisere og dem du møder



Heidi Hansen er uddannet cand. merc. og samtaleterapeut. Heidi har i mange år arbejdet som voksenunderviser og terapeut for mennesker i alle aldre, med at rådgive om det sociale liv på arbejdspladser, i familier og i interessefællesskaber.

Heidi er til daglig projektleder for Lejre Højskole, som bliver en højskole med fokus på natur, kultur og fællesskab.

Heidi leder sommerkurset og bidrager hver dag til at sætte en ramme for dagens tema.



Birgitte Ravn Olesen er uddannet cand. comm. og phd i kommunikation, og arbejder som lektor på Institut for Kommunikation og Humanistisk Videnskab på RUC. Birgitte er leder af RUCs masteruddannelse "Master i Professionel Kommunikation og har derfra en meget bred indsigt i mange typer af fællesskaber.

Birgitte har også en uddannelse som konfliktmægler og arbejder frivilligt i Center for Konfliktløsning (www.konfliktloesning.dk) og har derigennem og via sin livserfaring indsigt i, hvad det er for nogle udfordringer, der opstår i sociale fællesskaber.

Birgitte står hver dag for at perspektivere dagens tema sammen med deltagerne. Her tager vi gennem forskellige øvelser fat i vores egne erfaringer, ønsker og håb for fællesskaber.



Leah Tranholm er uddannet sygeplejerske og har derudover også en uddannelse som Rudolf Steiner-lærer.

Leah har i mange år arbejdet som selvstændig med supervision og undervisning i konfliktløsning og voldsforebyggelse i plejesektoren, på bosteder og i uddannelsessektoren.

Leah står hver dag for en udforskning af kroppens sprog i fællesskabet, hvor vi arbejder med at gribe dagens tema i samtalerne mellem vores kroppe.

Praktik og penge og mulighed for at overnatte lokalt

Pris

Det koster 3000 kroner at deltage i sommerhøjskolen.

Overskud fra sommerkurset går til at finansiere højskolen i etableringsfasen. Flere arbejder gratis helt eller delvist for at bidrage.

Tilmelding og betaling

Når du tilmelder dig, bliver du bedt om at indbetale kr. 3000 til højskolen. Tilmelding foregår via tilmeldingsmodul på hjemmesiden: [Tilmelding Korte kurser - Lejre Højskole \(lejrehojskole.dk\)](https://lejrehojskole.dk)

Din tilmelding er bindende.

Hvad nu med corona?

Hvis Lejre Højskole må aflyse kurset pga corona-restriktioner, så får du dine penge refunderet.

Afbestillingsforsikring

Det er muligt at tegne en afbestillingsforsikring hos dit forsikringssselskab, sådan at du kan få pengene tilbage, hvis du må afbestille at deltage.

Overnatning

Det er desværre ikke muligt for Lejre Højskole at tilbyde overnatning. Hvis du har brug for overnatning, kan du finde eksempler på billig overnatning tæt på højskolen her:

[Overnatning – Lejre Højskole \(lejrehojskole.dk\)](https://lejrehojskole.dk)

Mere information

Ring gerne og spørg løs på telefon 5140 1525 – eller skriv til os på kontakt@lejrehojskole.dk.