

# Velkommen i LOF Nordfyn til sæson 2024-25

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

**Optagelse** på kursus og deltagelse på ture og til foredrag sker efter princippet "først til mølle".  
Betaling: **FORUD** ved overførsel til bankkonto **bankkonto 6863 1001846**,  
**mobile pay 20866653** eller - efter aftale - ved kursusstart.  
De fleste kurser fortsætter efter nytår.  
Materialer. Eventuelle udgifter til kursusmateriale afholdes af kursisten.

**Tilmelding:** telefonisk eller pr. e-mail til  
LOF skoleleder, Aase Lundsgaard, Tlf.: 20 86 66 53, mail: nordfyn@lof.dk



## 310 Madame Butterfly

**Lørdag 26. oktober kl 16.00**  
**Odense Koncerthus**  
**Den Jyske Opera.**  
**Pris: kr. 470,-**

**Madame Butterfly** er en sand klassiker og en af verdens mest elskede operaer. Puccinis operaer har alt, hvad man kan ønske sig: perfekt dramatisk timing, store følelser, gribende konflikter, lidenskabelige elskende og ikke mindst uforglemmelige melodier.

Påstigning: Særslev, Sønder sø og Morud fra omkring kl. 14.00.  
Prisen inkluderer bus og opera.  
Tilmelding senest 1/9, tlf 20866653 eller nordfyn@lof.dk

## 311 Verdens bedste koncert m Phillip Faber

**Lørdag 9. november kl 15.00**  
**Odense koncerthus**  
**Pris: kr. 410,-**

**Phillip Faber** har sammensat en koncert med "den smukkeste musik, der findes."

Den kommer til at bestå af alt fra de sarteste, mest enkle til de mest komplekse og storstøede øjeblikke fra musikhistorien. Symfoniske udpluk, ture ud i verden og store strøg hen over de epoker, der har formet musikken og symfoniorkestrets lyd.

Påstigning: Særslev, Sønder sø og Morud fra omkring kl. 13.00

Prisen inkluderer bus og koncert  
Tilmelding senest 20/9, tlf 20866653  
eller nordfyn@lof.dk





## 312 Tornerose

**Søndag 26. januar kl. 15.00**  
**Kgl Teater OPERAEN**  
**Pris: kr. 1090,-**

### **Ballet med musik af Peter Tjajkovsky**

De fleste kender fortællingen om Tornerose: kongedatteren, der af de gode feer loves lykke og skønhed, men som af den onde fe forhekkes til 100 års søvn på slottet. Og den uigennemtrængelige tjørnehæk, der gror op omkring hende, men som prinsen alligevel kan gennemtrænge. Prisen inkluderer bus, forestilling og en sandwich på hjemturen.

Påstigning i Særslev, Søndersø og Morud fra omkring kl 11.00  
 Tilmelding senest 20. november, tlf 20866653 eller nordfyn@lof.dk

## 313 Den Glade Enke

**Lørdag 12. april kl 15.00**  
**Kgl Teater OPERAEN**  
**Pris: kr. 1130,-**

Lehar's legendariske **operette** fyldt med udødelige hits i en spritny, moderne og satirisk gendigtning af Adam Price og iscenesat af Kasper Holten. Påstigning i Særslev, Søndersø og Morud fra omkring kl 11.00.

Prisen inkluderer bus, forestilling og en sandwich på hjemturen.  
 Tilmelding: senest 10. februar tlf 20866653 eller nordfyn@lof.dk

## 314 Fredagshøjskole

**Fredag 20 September kl. 9.30 - 16.00**  
**Borgerhuset i Søndersø**  
**Pris: kr. 350,-** inkl morgenkaffe, frokost og eftermiddagskaffe

### **Torben Heuer:** **Den Transsibirske Jernbane** **Folk og kulturer langs sporet.**

Torben Heuer giver i foredraget en beskrivelse af de forskellige folkeslag og den mangfoldighed af kulturer, man kan møde undervejs på den 8000 km lange togrejse fra Moskva via Bajkal-søen i Sibirien og Mongoliets græsstepper til Beijing.

### **Jens Peter Madsen** **Fortælleren og troubaduren**

Et foredrag med glade viser, kendte sange og fortællinger med poesi, genkendelse og humor. Vi inviteres på en erindringsrejse i barndom, ungdom og voksenliv. Vi oplever genkendelsens glæde, befriende grin og lyst til at synge med. Tilmelding senest 13. sept, tlf 20866653 eller nordfyn@lof.dk. Arrangeres i samarbejde med FO Nordfyn.



## 315 Fredagshøjskole

**Fredag 28. marts 2025 kl. 9.30 – 16.00**

**Borgerhuset i Sønderød**

**Pris: kr. 350** - inkl morgenkaffe, frokost og eftermiddagskaffe

### **Camilla Kornerup: Skotland efter Brexit**

Ved brexitafstemningen i 2016 stemte et flertal af Storbritanniens borgere ja til at forlade EU – bare ikke i Skotland. 62% af skotterne stemte for at fortsætte samarbejdet med de øvrige lande om et forenet fremtidens Europa. Dette har rejst spørgsmålet om en ny afstemning om landets selvstændighed. Skotlands fremtid er uvis og yderst interessant...

### **Bodil Heister: Vi synger foråret ind**

Komponisten og musikeren Bodil Heister vil præsentere forårets sange fra Højskolesangbogen, krydret med musikeksempler og fornøjelige historier. Bodil fortæller levende og underholdende om personerne bag den danske sangskat og om sine egne kompositioner, og hun akkompagnerer til fællessangen på klaver. De fleste kender hende nok bedst som komponist til den populære julekalender Jul på Slottet.

Tilmelding senest 21. marts, tlf 20866653 eller nordfyn@lof.dk

Arrangeres i samarbejde med FO Nordfyn



## 316 Kristen Kærlighed og tørre Tæsk



**Mandag 7 oktober kl. 14.30**

**Borgerhuset i Sønderød**

**v/ Henning Frandsen**

**kr. 120**, - inkl kaffe

### **Dansk børneforsorg fra Middelalderen og frem til at nye, bedre tider slog igennem i løbet af 1900-tallet.**

Chr. IV ville det godt med sit børnehus. Børn skulle have god og rigelig mad, opdrages til at blive gode, kristne medborgere og lære et håndværk. Virkeligheden blev en ganske anden. Samme sørgelige historie kan siges om mange børnehjem og opdragelsesanstalter, der i anden halvdel af 1800-tallet i stort tal blev opført af især filantroper og missionske selskaber og foreninger.

Rapporter om overgreb på børn er dukket op helt frem til nyere tid...

Der er dog også gode historier, der viser, at nye indgreb og nye forstandere har kunnet ændre radikalt på forholdene.

Arrangeres i samarbejde med Ældresagen

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

## 317 Stærke Kvinder fra Kleopatra til Victoria

**Mandag 18 november kl. 14.30**

**v/Rasmus Wichmann**

**Pris: kr. 120**, - inkl kaffe

Levede vore forfædre i patriarkalske samfund? Måske, men det forhindrede ikke prominente dronninger i at komme til magten. Vi rejser gennem tiden; hele vejen fra oldtidens Ægypten, hvor ikke mindre end 7 dronninger bar navnet Kleopatra, til Middelalderens Italien og frem til "kvindernes rædselsherredømme" i 1600-tallets England.



Endelig er der dronningen, der fik en hel tidsalder opkaldt efter sig: England, dronning Victoria, kejserinde af Indien. Foredraget stiller spørgsmål ved, om vi overhovedet har brug for stærke ledere.

Og har vi nogensinde reelt oplevet kvindeligt lederskab?

Arrangeres i samarbejde med Ældresagen.

Tilmelding senest 11/11, tlf 20866653 eller nordfyn@lof.dk

## 318 – 319 Mindfulness

**Skovhytten, Himmelstrupvej 44, 5462 Morud**

*Underviser Mariann Keis*

**Hold 318: Mandag 16. september 17.00 – 19.30**

**Hold 319: Mandag 20. januar kl. 17.00 - 19.30**

**Pris: kr. 290,- pr gang**

Tilmelding senest en uge før, tlf 20866653 eller nordfyn@lof.dk

I denne workshop får du kendskab til, hvad mindfulness er og kan hjælpe dig med til.

Vi laver forskellige meditations- og yogaøvelser og kommer omkring, hvad forskningen siger på området – f.eks at træning med mindfulness kan øge mental robusthed, skabe indre ro og harmoni. I sin essens træner vi opmærksomheden til bedre at kunne håndtere stress, angst og negative følelser.



## 320 – 321 Fyraftenssang

**Borgerhuset, Dallundvej 20, 5471 Søndersø**

*leder: Lars Nicolajsen*

**Onsdage kl. 16.30 – 17.30**

**8 gange fra 25. september**

**Pris: kr. 250,-**

Det er godt at synge, - det er godt at synge sammen.

Derfor mødes vi til fyraftenssang; en god afslutning på dagen eller en lige så god start på aftenen.

Vi synger et varieret repertoire – nyt og gammelt og midt imellem.

Lars Nicolajsen, som står for den musikalske ledelse, vil også fortælle lidt om komponister og tekstforfattere.

Alle kan være med; det er ikke kor- men fællessang.

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

**321 fra 15. januar. Pris kr. 250,-**



## 322 - 323 Pilates - for begynder og øvede



### Borgerhuset i Sønderlø

Underviser: Stine Nancke

**10 tirsdage fra 24. september**

**Pris: kr. 580,-**

**Hold 322: kl 10.00 - 11.10**

**Hold 323: kl 16.00 - 17.10**

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

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

**Hold 324 og 325 fra 14. januar. Pris kr. 580,-**

## 324 - 325 Maling



Underviser: Bella Husted

**Søndersøskolen**

**Onsdage kl. 16.00 - 19.00**

**8 gange fra 2. oktober**

**Pris: kr. 880,-**

Har du lyst til at male og udfolde dine kreative evner, som nybegynder eller som øvet, så er dette malehold en god ide. Med god inspiration og undervisning samt individuel vejledning og sparring kommer du godt i gang med maleriet eller videre med dine kreative ideer. Du medbringer egne materialer, f.eks olie, akryl, akvarel eller tegneredskaber. Kontakt evt Bella Husted på 40 98 58 09 før kursusstart vedr. materialer. Der er staffelier samt en projektor til overførsel af motiv.

Tilmelding senest 8 dage før kursusstart tlf 2086 6653 eller nordfyn@lof.dk

**Hold 325: 8 gange fra 15. januar Pris kr. 880,**

## 326- 327 Maling - tegning - akvarel

**Borgerhuset, Dallundvej 20, 5471 Sønderlø**

Underviser: Finn Frederiksen

**Fredage kl. 09.30 - 12.00**

**Hold 326 8 gange fra 27. september**

**Pris: kr. 750,-**

Få inspiration og individuel undervisning i farvelære og teknikker. Der males med olie, akryl, akvarel, tegnes med kul og blyant. Find dit eget motiv evt fra foto. Læreren medbringer også lidt kunstbilleder til inspiration. For begyndere opbygger vi dit billede i fællesskab. Du skal selv medbringe materialer til dit kunstværk. (Kursister er velkommen til at kontakte læreren, tlf. 28 83 37 12 derom.

Holdet er for både begyndere og øvede; vi maler i hyggeligt samvær.

Tilmelding senest 8 dage før kursusstart.

Tlf.: 20866653 eller nordfyn@lof.dk

**Hold 327: 8 gange fra januar 2025.**

**Pris. Kr. 750,-**

## 328 Tegning - for børn

**Veflinge Skole**

Underviser Jimmy Rosenlund

**Tirsdage kl. 17.00 - 18.30**

**Hold 328: 8 gange fra 24. september**

**Pris: kr. 200,-**

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

Jimmy kan kontaktes for yderligere info, 26242412.

Tilmelding senest 8 dage før kursusstart tlf. 2086 6653

eller nordfyn@lof.dk. Kommunens udvalg for Kultur & Fritid har bevilget tilskud til dette kursus, så det kan tilbydes til denne reducerede pris.

**Hold 329: 8 gange fra 14. januar.**

**Pris: kr. 200,-**

### 330 Lav din egen fotobog digitalt

**Borgerhuset i Sønderlø**

*Underviser Morten Søelberg*

**onsdage kl. 18.00 – 20.00**

**4 gange fra 2. oktober**

**Pris: kr. 320,-**

Har du også en masse billeder liggende på computeren, som ingen ser? Så deltag i dette kursus, hvor du kan komme i gang med at skabe fotobøger i høj kvalitet og som er en fornøjelse at bladere igennem.

På kurset introduceres du til fotobogsprogrammet Pixum, som du skal downloade på din computer. Vi hjælper dig med installationen, så husk at medbringe din egen bærbare computer. Vi gennemgår, hvordan du organiserer dine billeder til brug i Pixum, samt hvordan du nemt kan beskære og redigere dem efter behov.

Kom og lær at lave smukke fotobøger, der bevarer dine minder på den bedste måde.

Tilmelding senest 25/9 på tlf 20866653 eller nordfyn@lof.dk



### 334– 338 Beklædningssyning



**Sønderløskolen**

*Underviser: Mitzi Nielsen*

**Hold 334 Hveranden torsdag kl. 18.00 – 21.40  
7 gange fra 12. september**

**Pris: kr. 920,-**

**Hold 336: Søndag 6. oktober kl 9.00 – 16.20**

**Hold 337: Søndag 10. november kl 9.00 – 16.20**

**Hold 338: Søndag 9. februar kl 9.00 – 16.20**

**Hold 339: Søndag 23. marts kl 9.00 – 16.20**

**Pris pr gang: kr. 300,-**

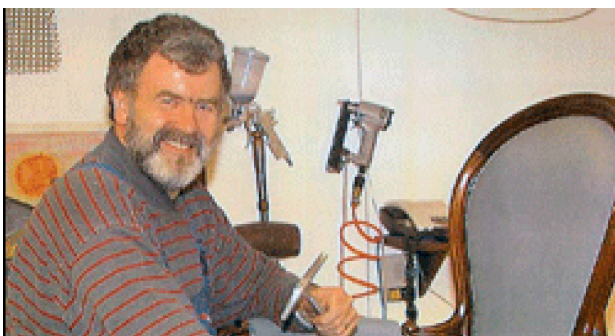
Tilmelding senest 8 dage før kursusstart, tlf 2086 6653 eller nordfyn@lof.dk

Har du fået lyst til at få mere gang i symaskinen og sætte dit helt eget personlige præg på garderoben, eller savner du inspiration og vejledning, så kom med og nyd nogle hyggelige timer sammen med andre syglade.

Kurset er for alle, da undervisningen er individuel, så om du er begynder eller øvet, har ingen betydning. Du skal bare have lyst til at sy.

**Hold 335: Hveranden torsdag 18.00 – 21.40  
7 gange fra 9. januar. Pris: kr. 920,-**

## 340- 341 Møbelpolstring



**Hårslev Skole, Vejruphuse 2, 5471 Søndersø**

*Underviser: Per Bondesen*

**Weekendkursus, lørdag-søndag**

**kl. 9.00 – 16.00**

**Hold 340 2. - 3. november og**

**16. - 17. november**

**Pris: kr. 980,-**

Nyt betræk på skammel, stol eller sofa?  
Lær at gøre det professionelt. Værktøj og materialer kan bestilles forud hos læreren, tlf 2343 6038  
Find yderligere info og inspiration på [www.perbondesen.dk](http://www.perbondesen.dk)

Tilmelding senest 8 dage før kursusstart, tlf 20866653 eller [nordfyn@lof.dk](mailto:nordfyn@lof.dk)

**Hold 341 18 - 19. januar og 1. -2. februar.**

**Pris: kr. 980,-**

## 342- 345 Pilefletning



**Hårslev Skole, Vejruphuse 2, 5471 Søndersø**

*Underviser Jane Enemark*

**Mandage kl. 18.15 -21.30**

**Hold 342: 6 gange fra 21. oktober**

**Pris: kr. 790,- (+ til materialer 100,- kr pr gang)**

**Hold 344 lørdag 23. november 2024**

**kl. 9.30 – 16.40**

**Pris: kr. 290,- (+ materialer kr. 175,-)**

Kan du lide at arbejde med hænderne?  
Er du vild med naturmaterialer? Vil du gerne udfordres?  
Så er et kursus i pileflet lige noget for dig.  
Vi skal lave kurve, fuglefoderhuse, bakker, hjerter, stjerner og mange andre ting.

Kurset er for både nybegyndere og øvede.

Medbring en beskærersaks.

Tilmelding senest 8 dage før kursusstart, tlf 20866653

eller [nordfyn@lof.dk](mailto:nordfyn@lof.dk)

**Hold 343: 6 gange fra 20. januar**

**Pris: kr. 790,- (+ til materialer kr 100,- pr gang)**

**Hold 345: lørdag 25. januar kl. 9.30 – 16.40**

**Pris: kr. 290,- (+ materialer kr 175,-)**

## 346 Patchwork – strik - hækling



**Borgerhuset, Dallundvej 20, Søndersø**

*Underviser: Else Madsen*

**Lørdage kl. 9.00 – 13.00**

**Hold 346: 21/09, 5/10, 19/10, 02/11 og 16/11.**

**Pris: 5 gange: kr. 750,- (pr gang : kr. 190,- )**

**Et kombi-hold til kreative hænder –  
for begyndere og øvede**

Patchwork: undervisning i hånd- og maskinsyning samt quiltning. Medbring alm syting og symaskine. Materialer kan købes på kurset.

Strikning og hækling: Der tilbydes hjælp og vejledning – f.eks med montering, opskrifter og garntyper.

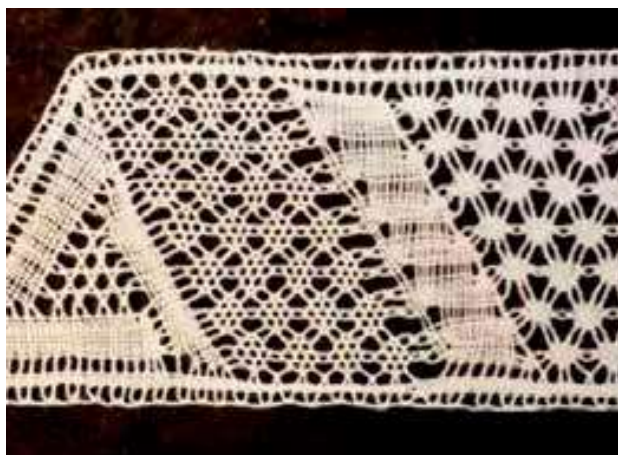
For spørgsmål vedr. undervisningen kan Else Madsen kontaktes på tlf 41428366

Tilmelding: senest 18//09 tlf. 2086 6653 eller [nordfyn@lof.dk](mailto:nordfyn@lof.dk)

**Hold 347 fra januar 2025.**

(Datoer offentliggøres senere på [www.lof.dk/nordfyn](http://www.lof.dk/nordfyn))

## 348 - 349 Knipling



**Borgerhuset, Dallundvej 20, Søndersø**

Lærer: *Else Marie Bjerregaard*

**Onsdage kl. 14.15 – 17.00 i lige uger**

**Hold 348: 7 gange fra 18. september**

**Pris: kr. 700,-**

Gammelt håndværk, moderne håndarbejde, unge piger, voksne piger, pensionistpiger.

Alle er kniplepiger. Det er sjovt og afslappende at kniple – alt efter temperament.

Der er uanede muligheder i en tråd; kun fantasien sætter grænser, og den har vi meget af, når først vi kommer i gang. Teknikken skal læres, men vi begynder med enkle mønstre og kan fortsætte i den retning, hvor interesse og behov ligger.

Materialer kan købes på kurset. En flamingoplade beklædt med spejdertæppe + stof kan bruges.

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

**Hold 349: 7 gange fra 8. januar. Pris: kr. 700,-**

## 350 – 355 Engelsk



**Borgerhuset, Dallundvej 20, 5471 Søndersø**

Underviser *Aase Lundsgaard*

Engelsk konversation. Kurserne er for dig, der har lært engelsk før, men gerne vil lære mere eller genopfriske tidligere undervisning. Vi læser en god bog og indimellem enkle nyhedsartikler.

Vi samtaler om teksten, og på baggrund heraf udbygges ordforråd og udtryksfærdighed. Info om niveau og undervisningen tlf 20866653

Tilmelding senest 10 dage før kursusstart på tlf 2086 6653 eller nordfyn@lof.dk

**Hold 350**

**Tirsdays 9.30 – 11.30**

**Fra 24. september**

Hold 351 fra 7. januar

**Hold 352**

**Tirsdays 12.00 – 14.00**

**Fra 24. september**

Hold 353 fra 7. januar

**Hold 354 Torsdays 9.30 – 11.30**

**Fra 17. september**

Hold 355 fra 9. januar

Alle hold 10 gange.

**Pris: kr. 730,-**

## 356- 359 Italiensk

**Sletten Skole, Skolegade Otterup**

Lærer: *Jørgen Andkær*.

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

**Hold 356: Begyndere/Lidt øvede**

**Tirsdays kl. 18.00 – 20.00**

**10 gange fra 01. oktober**

**Pris: kr. 740,-**

Vi læser efter bogen Passaparola I, og er nået til lektion 10. Begyndere kan også være med.

Jørgen Andkær kan kontaktes, tlf 20 41 11 54, for spørgsmål om niveau og baggrund.

Tilmelding: senest 24/9 på tlf. 2086 6653 eller nordfyn@lof.dk

**Hold 357 fra januar 2024. Pris kr 740,-**

**Hold 358: Øvede**

**Tirsdays kl. 16.00 – 18.00**

**10 gange fra 01. oktober**

**Pris: kr. 740,-**

Vi læser lettere italienske tekster.

Vi er i gang med "Una Storia Semplice" af Lenardo Sciascia. Jørgen Andkær kan kontaktes, tlf 20 41 11 54, for spørgsmål om niveau og baggrund. Tilmelding: senest 24/9 på

tlf. 2086 6653 eller nordfyn@lof.dk

**Hold 359 fra januar 2025. Pris kr 740**