

---

# SKRIV DIN LIVSHISTORIE

---

04.09.21 – 10.09.21



# ASKOV

H Ø J S K O L E

EN DEL AF  **HØJSKOLERNE**



# PROGRAM

---

**Skriv om dit liv** - når du sætter ord på dine erindringer, får du selv perspektiv og sammenhæng på dit levede liv indtil nu. Den fortælling om dit liv er samtidig en gave for dine børn og børnebørn. Alle har brug for at forstå, hvad de kommer af, hvad der har formet dem og hvorfor - og alles liv er værd at fortælle om.

På kurset får du hjælp til at komme i gang med din livshistorie. Du får redskaber til at kalde erindringer frem, som du troede, du for længst havde glemt, og du får redskaber til at skrive dem ned på en måde, så andre kan have fornøjelse af at læse dem – også selv om du måske aldrig har skrevet før.

Der er højst 25 deltagere på kurset, så alle har mulighed for at få vejledning af kursuslederne på det individuelle skriveprojekt.

Det er ikke et kursus i slægtsforskning, men har du lavet slægtsforskning, kan du bruge kursets inspiration og metoder til at fortælle historien om slægten.

## Lørdag 4. september

**15:00** Ankomst og indkvartering. Kaffe i spisesalen.

**17:00** Kort rundvisning på højskolen, så du kan finde rundt.

**18:15** Middag i spisesalen.

**19:00** Velkomst til Askov Højskole ved journalist **Mona Østerlund** og linjefagsleder på Askov Højskole **Ole H.B. Andreesen**. Hvad skal vi igennem – og hvordan gør vi det? Derefter kort præsentation af undervisere og deltagere.



## Søndag 5. september

**09:15** Hvorfor er erindringer så vigtige? Hvordan får du vakt de erindringer, du troede var væk? Oplæg ved undviserne.

**13:15** Egen-tid – til at skrive, gå tur eller hvile.

**15:00** Fortsat arbejde og tid til individuel vejledning.

**18:15** Middag i spisesalen.

**19:30** "Livshistoriens værdi for et barnebarn" – højskoleforstander **Rikke Holm** fortæller om glæden over at have fået lov til at læse sine forældres og bedsteforældres livsfortællinger.



# A PROGRAM

---

## Mandag 6. september

**09:15** Få struktur og overblik over det, du vil skrive. Oplæg ved kursuslederne. Derefter arbejder du videre med dit projekt og kan få individuel vejledning.

**13:00** Egen-tid til fortsat arbejde eller hvile, gåtur etc.

**15:00** Fortsat arbejde med at skrive og mulighed for individuel vejledning.

**18:15** Middag i spisesalen.

**19:30**



Erindringscafé: To generationer mødes, og gode fortællinger opstår... Og måske ender nogle af fortællingerne som en del af en skrevet livshistorie – under alle omstændigheder er der masser af inspiration og gode ideer at hente.

## Tirsdag 7. september

**09:15** Hvad gør du, når gerne vil tilføje fakta, du ikke kan huske? Hvor kan du finde oplysninger? Eller billeder? Oplæg ved underviserne.

**13:15** Egen-tid, til fortsat arbejde, gåtur – eller hvile.

**15:00**

**17:00**

**18:15** Middag i spisesalen.

**19:30** Som vi husker dem – sangaften med Kristian la Cour, musislærer, komponist og kursusleder på Askov Højskole.





# PROGRAM

## Onsdag 8. september

**09:15** Mens du skriver – om blandt andet ord, sprog og at holde gejsten oppe. Oplæg og derefter tid til selv at arbejde. Mulighed for vejledningstid 1:1 med underviserne.



**13:15** Egen-tid, til fortsat arbejde, gåtur – eller hvile.

**15:00** Fortsat skrive-tid – skriv løs eller få en samtale med underviserne om dit arbejde og det, du har brug for hjælp til at komme videre med.

Eventuel workshop – efter behov.

**18:15** Middag i spisesalen.

**19:30** Oplæsningsaften: Alle, der har lyst, kan læse en bid af ugens produktion op for resten af holdet – til stor inspiration for alle.



*Hvordan kommer din historie fra tanke til papir – og måske i bogform?  
Kurset 'Skriv din livshistorie' giver dig værktøjer og mulighed for at få styr på  
dine erindringer.*



# PROGRAM

---

## Torsdag 9. september

- 09:15** Sidste punktum – og hvad så? At skrive om, redigere og få andres øjne på teksten første gang. Oplæg ved underviserne og tid til at arbejde selv.
- 11:00** Din livshistorie skal vel på tryk? Få råd og tips til at komme videre.
- 13:15** Egen-tid, evt. til fortsat skrivearbejde eller individuel vejledning ved underviserne.

*I kaffepauserne bliver der udvekslet historier fra levet liv.*



- 15:00** Opsamling fra ugen – de sidste gode råd fra underviserne og udveksling af tips til at komme videre.
- 18:15** Festmiddag og kaffe.

## Fredag 10. september

- 07:45** Morgenmad og derefter afrejse.

### Faste tidspunkter hver dag

- 07:45 Morgenmad
- 08:30 Morgensamling
- 10:45 Formiddagskaffe
- 12:15 Frokost
- 14:30 Eftermiddagskaffe
- 18:15 Aftensmad
- 19:30 Aftenkaffe

*Ret til forbedringer forbeholdes og vil utvivlsomt forekomme.*

### **Kursusledere:**

**Mona Østerlund:** Freelancejournalist og forfatter. Har skrevet hundredvis af portrætter og interviews med såvel kendte som ukendte danskere. Desuden underviser og kursusleder på Askov Højskole.

**Ole H.B. Andreessen:** Journalist og linjefagsleder på Askov Højskole. Underviser blandt andet i journalistik, sprog og medier. Tidligere lektor på DMJX i Aarhus.



## FAKTA

## PRAKTISK INFO

|                      |  |
|----------------------|--|
| <b>KURSUS</b>        | Skriv din Livshistorie – september 2021  |
| <b>DATO</b>          | 04.- 10. september 2021  |
| <b>STED</b>          | Askov Højskole   |
| <b>PRIS</b>          | 4.950,- kr.<br>Prisen er inkl. ophold, undervisning, foredrag og ture, sengetøj, linned og håndklæder. Mulighed for enkelt-/dobbeltværelse med eget bad/toilet mod tillæg. |
| <b>ANTAL</b>         | Max. 24 deltagere.   |
| <b>PROGRAM</b>       | Detaljeret program findes ligeledes under "KORTE KURSER" på <a href="http://www.askov-hojskole.dk">www.askov-hojskole.dk</a>   |
| <b>Medbring</b>      | Medbring noget at skrive på: Computer, tablet – eller blok og kuglepen   |
| <b>KURSUS-LEDERE</b> | Mona Østerlund<br>Ole H.B. Andreessen  |

Du ventes til Askov Højskole lørdag 04. september mellem kl. 15-17. Alle intercitytog standser i Vejen, hvorfra der er 3 km til højskolen. Der er mulighed for at blive hentet på stationen kl. 15:00 – se tilmelding. Vi henviser i øvrigt til taxaselskabet VTS: Tlf. 74 54 28 70. Prisen for ophold, undervisning, foredrag og ture kr. 4.950 (enkeltværelse med håndvask). Ønskes der enkelt-/dobbeltværelse med eget bad og toilet tillægges prisen kr. 500. Kryds af på tilmeldingen. Vi kan ikke garantere, at ønsket bliver opfyldt.

Når der fra Askov Højskole foreligger bekræftende svar på tilmeldingen, opkræves samtidig et indmeldelses-gebyr på 500 kr., der fratrækkes den endelige kursuspris.

Indmeldelsesgebyret betales ikke tilbage ved afbud.

Ved afmelding mindre end 3 uger før kursusstart, sker der ikke tilbagebetaling.

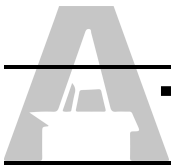
Hvis du ikke er dækket ved afbestilling gennem dit forsikrings-selskab eller lignende, kan vi tilbyde en afbestillingsforsikring gennem Europæiske Rejseforsikring.

Afbestillingsforsikringen koster 6,25% af opholdets pris og skal bestilles sammen med opholdet.

Restbeløbet betales senest 3 uger før kursusstart.

Kurset slutter fredag 10. september efter morgenmad (kl. 07.45 – 09.00).

Afgang med taxi/bus kl. 09.20 fra højskolen til Vejen Station.



# TILMELDING (Udfyldes nemt på [www.askov-hojskole.dk](http://www.askov-hojskole.dk))

KURSUS

DATO

NAVN

ADRESSE

CPR.NR.

TLF.NR

E-MAIL

KOMMUNE

Enkeltværelse med håndvask kr. 4.950,-

Enkeltværelse med bad/toilet kr. 5.450,-

Dobbeltværelse med bad/toilet kr. 5.450,-  
Ønsker at bo på dobbeltværelse med:

Vegetar

Tilmeld dig nyhedsbreve

Ønsker afbestillingsforsikring

Ønsker afhentning på stationen – Kun kl. 15:00

DATO

UNDERSKRIFT

Tilmeld dig digitalt. Det er nemt, og du sparer samtidig porto. Klik ind på:  
[www.askov-hojskole.dk/korte-kurser.dk](http://www.askov-hojskole.dk/korte-kurser.dk)

Tilmelding pr. brev sendes til: Askov Højskole – Maltvej 1, Askov – 6600 Vejen.



**ASKOV**  
H Ø J S K O L E

---

Maltvej 1, Askov – 6600 Vejen – Tlf. +45 76 96 18 00  
info@askov-hojskole.dk – [www.askov-hojskole.dk](http://www.askov-hojskole.dk)

---