



Kulturhøjskolen 2025/2026

Praktiske oplysninger:

Start: tirsdag den 23. september 2025 – tirsdag den 17. marts 2026

Pris: kr. 1.990,-/ *1.630,- (*for pensionister og efterlønnere i Herning Kommune)

Tid: formiddagshold: Kl. 10.00 – 12.00 inkl. kaffepause

eftermiddagshold: Kl. 13.30 – 15.30 inkl. kaffepause

Sted: Aulaen, "Huset No7", Nørregade 7, 7400 Herning og
Festsalen, Herning Gymnasium, H.P. Hansens Vej 8, 7400 Herning

Arrangør: Kirsten Bjørn-Thygesen, forstander FOF

FOF Herning - Torvet 12-14 - 7400 Herning
Tlf. 97224744 - info@fof herning.dk - www.fof herning.dk

Tirsdag d. 23. september: "Hernings fremtid i omskiftelige tider"

v/ Fremtidsforsker Jesper Bo Jensen - Bemærk: Herning Gymnasium kl. 13:30 – 15:30

Der er mange udfordringer i fremtiden for en by og kommune som Herning, der har klaret sig godt i mange år. De mange virksomheder i Kommunen står foran en ekstra udfordrende tid, hvor vi går fra globalisering til en regionaliseret verden. Byen vil jo også gerne vokse, og hvor skal Herning få sine tilflyttere fra i fremtiden? Hvordan bliver fremtiden i kommunen med mange ældre og større plejebehov? Er der mulighed for at trække flere uddannelser i Herning og holde på de unge i højere grad end hidtil. Hvordan skal et byråd håndtere disse udfordringer i en omskiftelig fremtid?

Tirsdag d. 30. september: "På job i verdens brændpunkter"

v/ journalist Simi Jan

Simi Jan tager jer med bag kameraerne og giver et unikt og underholdende indblik i livet på frontlinjen. Gennem sprudlende energi og humor deler hun ærligt anekdoter og historier fra den store verden, hvor krig og kærlighed går hånd i hånd. Hun har mærket en grænseløs gæstfrihed midt i verdens brændpunkter – og mødet med det ukendte har givet hende vigtige livsindsigter om livet, døden og alt det midt imellem. Simi Jan deler generøst ud af sine personlige valg, fravalg og dilemmaer – om hvordan hun fx stod midt i historieskrivningen, da Kabul faldt i 2021, mens hendes søn fejrede fødselsdagsfest i Danmark. Simi Jan er et festfyrværkeri af hard core information, små og store historier vævet sammen på den mest tryllebindende måde. Og fortalt med humor, kærlighed og selvironi.

Tirsdag d. 7. oktober: "Teorien om ingenting"

v/ Jonas Rathe og Holger Bech Nielsen - Bemærk: Herning Gymnasium kl. 13:30 – 15:30

Tag med på en forunderlig rejse gennem kosmos' mysterier, når de to herrer udforsker det uforklarlige: det tomrum, der fylder det meste af universet, og vores begrænsede forståelse af det. De to herrer udforsker det dunkle, mørke stof og universets konstante udvidelse og stiller spørgsmål ved vores opfattelse af tid og rum. Sammen med Holger Bech Nielsen og Jonas Kuld Rathje vil du til dette foredrag spekulere og reflektere over de tidlige stadier af universets eksistens - hvad eksisterede inden Big Bang, og hvordan påvirker det vores bevidsthed. Holger Bech Nielsen er teoretisk fysiker og professor emeritus i teoretisk højenergifysik ved Niels Bohr Institutet ved Københavns Universitet. Jonas Kuld Rathje er ansat ved Teknologiens Mediehus, og er tidligere chefredaktør på Illustreret Videnskab. Sammen har de skrevet bøgerne Teorien om alt (2019) og den nylige fortsættelse Teorien om ingenting (2023).

Tirsdag d. 21. oktober: "Jeg tror også på et liv før døden"

v/ Radiovært Søren Dahl

En reflekterende livsfortælling hvor Søren Dahl tager os på en rejse der fører os gennem mere end 20 år som samtalens mester, og mødet med personer der både har inspireret og påvirket hans livsopfattelse, ikke mindst mødet med en senere biskop en mørk novemberaften i en sognegård på Mors. Et nærværende, reflekterende, underholdende og musikalsk foredrag. Søren Dahl fortæller: Jeg har rod i en barndom fyldt med kærlighed, få penge og det guldbroderede skilt der hang i stuen, med teksten: Gud ser alt. Søren Dahl er kendt som vært på Danmarks mest lyttede radioprogram, Café Hack, Talkshowet Dahl i Rødovre, forfatter til flere bøger og julekalendere på DR.

Tirsdag d. 28. oktober: "Magt, mod og Merz - Tyskland i front for Europas fremtid"

v/ Journalist Michael Reiter

Verden er i voldsom forandring, og i Europa er der kolossale forventninger til ét land: Tyskland skal gå forrest og sikre freden, friheden og velstanden for resten af kontinentet. Men kan kansler Merz lede europæerne, når han samtidig skal genrejse sit lands vingeskudte økonomi - og reparere et polariseret tysk samfund med politiske fjender overalt?

Tirsdag d. 4. november: "Tro, håb og kærlighed"

v/ Komponist og jazz-bassist Chris Minh Doky

Chris Minh Doky fortæller om sin tro, baseret på en opvækst med en dansk mor og en vietnamesisk far. Han fortæller også om et liv, hvor musikken er i centrum. Med en baggrund i en multikulturel opvækst og erfaringer som internationalt anerkendt musiker, viser Chris, hvordan tro, håb og kærlighed kan være kraftfulde drivkræfter – uanset om man er religiøs eller ej. Foredraget udforsker universelle principper i at finde balance, skabe mening og opbygge stærke relationer både i privatlivet og arbejdslivet. Gennem personlige anekdoter og refleksioner inviteres deltagerne til at undersøge, hvordan vi alle kan finde dybere mening og forbindelse med os selv og andre, samt hvorfor det at finde et formål med livet er essentielt for at leve et meningsfuldt liv – med eller uden en specifik religiøs overbevisning.

Tirsdag d. 11. november: "Harare – når gode mennesker handler ondt"

v/ Antropolog Dennis Nørmark, Bemærk: Herning Gymnasium kl. 13:30 – 15:30

I debutromanen "Harare" undersøger Dennis Nørmark den forråelse der kan følge med hos mennesker, som egentlig tror de gør det gode. Historien foregår i bistandsmiljøet hos en dansk NGO i Zimbabwe, og undersøger hvad der sker når idealer møder virkeligheden, og bliver til kynisme og desillusion. I foredraget fortæller Dennis Nørmark om kritikken af hele udviklingsbistandens væsen, som romanen undersøger, og de menneskeskæbner som den nogle gange uforvarende knuser i godhedens navn. Foredraget handler også om processen omkring at skrive en spændingsroman med et budskab og hvor meget af bogen der handler om virkeligheden og hvor meget der er fiktion.

Tirsdag d. 18. november: "Kan man tænke sig rask?"

v/ Journalist Thomas Breinholt

Kan man tænke sig rask? Og kan man – omvendt – tænke sig syg? Kan man ved at ændre sin bevidsthed lindre og måske endda helbrede sygdomme og lidelser? Og hvis ja, hvordan aktiverer man så sine selvhelbredende kræfter? Thomas Breinholt har brugt år på at udforske disse spørgsmål og har bl.a. interviewet mere end 40 fremtrædende forskere i hele verden indenfor forskningen i sammenhængen mellem vores sind og vores krop. Hvad sker der egentlig, når folk får en placebopille og pludselig ikke længere har ondt i ryggen? Hvad er årsagen til, at vores hjerte-kar-system tager skade af at have konfliktfyldte ægteskaber? Hvorfor er ensomhed dræbende? Hvor meget betyder barndomstraumer eller vores plads i arbejds- og samfundshierarkiet for udvikling af sygdom? Dette er blot nogle af de spørgsmål, Thomas Breinholt giver svar på. Derudover kan I glæde jer til at få forskningsbaserede bud på, hvad vi selv kan gøre for at aktivere de selvhelbredende kræfter inden i os.

Tirsdag d. 25. november: "Smith & Asmussen"

v/ Juraprofessor Eva Smith og Teaterdirektør Michael Asmussen

En livlig samtale om jura, kunst, familien, politik og meget mere. Eva Smith er datter af tidligere justits- og indenrigsminister Hans Hækkerup, men allerede som ung besluttede Danmarks første kvindelige juraprofessor sig for, at hun ville kendes som sig selv, og ikke som ministerdatter. Hendes søn Michael Asmussen ville også kendes som sig selv, da han i sin tid blev uddannet skuespiller. Eva Smith har ofte sagt om sit arbejdsliv; "Jeg håber, jeg har gjort en forskel" hvortil Michael Asmussen svarer; "Jeg håber, jeg gør en forskel". Sammen taler mor og søn os gennem deres liv – også det de har levet hver for sig både professionelt og privat, i en uhøjtidelige og selvironisk tone, der altid har præget dem begge.

Tirsdag d. 2. december: "A Storm Foretold"

v/ Filminstruktør Christoffer Guldbrandsen

Dokumentarfilmen 'A Storm Foretold' handler om Donald Trumps tidligere rådgiver Roger Stone. Filmen kommer bag kulisserne af magtspil og løgne i et splittet USA. I over fire år følger filminstruktør Christoffer Guldbrandsen Trump-bevægelsen. Han er med helt frem til angrebet på Capitol 6. januar og gennem det kaos og opgør, der følger. Efterfølgende er han blevet kontaktet af FBI og stævnet af den amerikanske Kongres for at vidne om sine oplevelser. Med afsæt i sine personlige erfaringer og optagelserne til dokumentaren 'A Storm Foretold' tegner Guldbrandsen et skarpt portræt af USA og stiller de svære spørgsmål, som amerikanernes valg af præsident har rejst – ikke kun for dem selv, men for resten af verden. Hvordan er det kommet så vidt i USA? Er Roger Stone stadig tæt på Trump?

Tirsdag d. 9. december: "FOF Julekoncert"

v/ Trompetist Per Nielsen og Pianist Carl Ulrik Munk-Andersen

"Julen har trompetlyd" – i hvert fald, når trompetisten Per Nielsen kommer på besøg i FOF. Danmarks førende trompetist Per Nielsen sikrer den rette julestemning akkompagneret af pianist Carl Ulrik Munk-Andersen.

Tirsdag d. 6. januar: "Min søn Daniel var taget som gidsel i 398 dage"

v/ Mor Susanne Rye

Jeg vil fortælle om min hverdag i de 398 dage min søn Daniel var gidsel. En hverdag i løgn, angst, uvished og frygt for fremtiden. Vi skulle leve vores liv helt normalt, gå på arbejde, gå til sport, gå til fester. Vi skulle lyve for vores familie, naboer, venner og kollegaer samt alle Daniels venner i 10 mdr. Dertil kom kampen med at få ham hjem. Puk Damsgård har skrevet om vores historie og bogen hedder "Ser du månen Daniel". Bogen er filmatiseret og har samme navn.

Tirsdag d. 13. januar: "Frederik X - brug af og brud med historien"

v/ Kongehushistoriker Line Bjerre

Det danske monarki nyder stor opbakning, bl.a. pga. dets stærke historiske forbindelser. Hør om historiens rolle i monarkiets udvikling under de senere generationer. Temperaturen tages på kong Frederik X's regeringstid, og hvordan Kongen både bryder med historien og bruger den til at forme sin regering. Foredraget har altid et aktuelt udgangspunkt.

Tirsdag d. 20. januar: "AUGUST OG MARIE - dansk videnskabs glemte stjerner"

v/ Forfatter Hanne Sindbæk

Da August og Marie Krogh gik i land fra Amerikadamperen, Hellig Olav, den 12. december 1922, havde de noget i kufferten, der skulle ændre Danmarkshistorien. Det var opskriften på insulin og eneretten til at producere den i Skandinavien. Det blev starten på landets mest værdifulde virksomhed, og det blev starten på et nyt liv, ja garantien for et liv overhovedet, for tusindvis af mennesker med diabetes. Men August og Marie Krogh var meget mere end det. Hun blev Danmarks kun fjerde kvindelige dr. med. i 1914, året før kvinder fik stemmeret. Han fik Nobelprisen i 1920. Sammen gik de op imod den etablerede videnskab og løste lungernes gåde. Parret var for dansk videnskab, hvad Pierre og Marie Curie var for den franske. Historien om August og Marie Krogh er et stykke danmarkshistorie, og det er en fortælling om to helt særlige mennesker, der med ydmyghed og stoisk ro tog livets tildragelser på sig under mottoet: Kærligheden til mennesker og kærligheden til sandheden er livets hovedhjørnesten.

Tirsdag d. 27. januar: "De fortabte sønner"

v/ Andreas og Sune Gylling Æbelø

Andreas og Sune Gylling Æbelø fortæller i et rørende og underholdende foredrag om kristendom og homoseksualitet – om skam og fortabelsesangst – og om at lande i tilværelsen og forsone sig med både sin tro og sin seksualitet. Med afsæt i deres anmelderroste og debatskabende bog "De fortabte sønner" har brødrene Sune og Andreas Gylling Æbelø skabt et både livsbekræftende og tankevækkende foredrag. De præsenterer en varieret og levende blanding af korte indlæg, oplæsning fra bogen og samtaler mellem dem selv og publikum.

Tirsdag d. 17. februar: "Viking - Ran, ild og sværd"

v/ Museumsinspektør Jeanette Varberg

Vikingetiden er en af de helt centrale perioder i danmarkshistorien, og den er mere populær og fascinerende end det meste andet historie. "VIKING" er Jeanette Varbergs brede fortælling om vikingetiden – den tager fat, hvor Fortidens Slagmarker slap, men er i øvrigt sin helt egen fortælling. Hun sætter vikingetogterne i centrum og skriver om de vikinger, der kom til at sætte deres spor i hele datidens Europa. Fra Irland til Rusland, fra Grønland til Middelhavet blev vikingerne en del af historien, og de træder frem i arkæologien og kilderne. Nordens krigere satte sejl i en jagt på guld, ære og i sidste ende land. Plyndringer, slagmarker og magtkampe, politiske magtspil, rænkespil og landvindinger er alle facetter af fortællingen om vikingerne ude i Skandinavien og Europa. Samtidig så tiden en stærk udvikling af de skandinaviske kongedømmer, store konger samlede magten og grundlagde det Danmark, vi kender. Heri spillede også kvinderne en afgørende rolle om end ofte i skyggen af deres mænd.

Tirsdag d. 24. februar: "Uldjydens triumf – en rejse gennem Midtjyllands tekstilhistorie"

v/ Museumsdirektør Kristine Holm-Jensen

Velkommen til et foredrag, der udforsker historien om, hvordan Midtjylland gik fra strikkende hedeboender i 1600-tallet til nutidens pulserende erhvervsliv med Jyske Bank Boxen, FC Midtjylland og Bestseller. Foredraget tager udgangspunkt i bogen "Uldjydens triumf" fra serien 100 Danmarks historier. Bogen, der udkom i 2024, beskriver, hvordan midtjyderne allerede i 1600-tallet blandede blod med tekstilerne. Dette formede grundlaget for det industrielle mirakel, der transformerede regionen fra landbrugsland til industriområde i anden halvdel af 1900-tallet. Med et mix af historiske kilder, skønlitteratur, populærkultur og personlige anekdoter viser forfatteren i foredraget, hvordan fortidens begivenheder former nutiden og fremtiden. Og måske kan vi sammen findes ud af, om den ultimative uldgyde, Mads Skjern, ville have følt skjorteskam?

Tirsdag d. 3. marts: "Derfor skaber du dit eget liv – med baggrund i kvantefysikken"

v/ Civilingeniør og Enterprise arkitekt har Henning R. Jensen

Civilingeniør Henning R. Jensen forklarer i et enkelt sprog og med eksempler fra eget liv, hvordan vi er skabere af vores eget liv via vores tanker, følelser og overbevisninger, fordi de skaber og udsender energi, som påvirker os selv og vores omgivelser. Kvantefysikken har vist os, at enhver tanke udsender energi i form af elektromagnetiske bølger fra hjernen, og tilsvarende udsender hjertet elektromagnetiske bølger for enhver følelse. Frekvensen af disse bølger afhænger af, hvad vi tænker og føler. Når du tænker positivt, er taknemmelig, føler kærlighed etc. så er frekvensen af bølgerne målbart højere, end når du er desperat, stresset eller i sorg. Dette har en afgørende betydning for dit helbred, dit energiniveau og din evne til at lykkes. Disse bølger med information om hvad vi tænker og føler og hvordan vi har det, afsættes som en unik vibration i det energifelt alting er opbygget af.

Tirsdag d. 10. marts: "Hold håbet op" – Fællessang og fortællinger med"

v/ Komponist og Højskolelærer og Musiker Marianne Søgaard

Marianne Søgaard er en prisbelønnet dansk sangskriver og komponist med et enkelt, melodisk og iørefaldende tonesprog, der samler folk på tværs af generationer i fællessang. Hun er blandt andet repræsenteret med syv melodier og en tekst i Højskolesangbogens 19. udgave og i flere andre sangbøger. Denne dag skal vi synge sammen fra Højskolesangbogens 19. udgave. Vi skal synge om at være et lille land i en stor og urolig verden, om menneskets forhold til naturen, om livsmod og håb, sorg og kærlighed, afmagt og tro. Vi skal synge om at "hugge håbet ind i en sten", om at "alle de mennesker jeg har elsket" stadig bor i mig, og om at "holde håbet op".

Tirsdag d. 17. marts: "Tove Ditlevsen i sang og toner"

v/ forfatter Jens Andersen og pianist Kristian La Cour

Sæt dig til rette og mød én af de største - Tove Ditlevsen. Nye digte, nye tekster og nye breve. Du får det hele og mere til, når forfatter Jens Andersen deler sin viden og fascination med salen. Når ordene ikke rækker, rækker vi ud mod musikken, hvor pianist Kristian La Cour sidder klar med to buketter af Tove Ditlevsen sange fra en særproduceret Tove Ditlevsen-sangbog. Med udgangspunkt i sin nye, anmelderroste biografi tegner Jens Andersen et hudflettende ærligt portræt, der viser Ditlevsen, som hun faktisk var, og ikke som skiftende tider har ønsket at se og forstå hende.