

SENIORHØJSKOLERNE

2025/2026

SPOR-B



FØF
KLOGERE, SUNDERE, GLADERE

FÆLLESFOREDRAG:

3. september 2025

Portalen, Portalen 1, 2670 Greve kl. 14.00-16.00

Rummet – en kosmisk rejse

Johan Peter Uldall Fynbo

Oplev Johan Peter Uldall Fynbo, en anerkendt astrofysiker og professor, i et fascinerende foredrag om galakser, kosmiske eksplosioner og forholdet mellem tro og videnskab. Dyk ned i universets hemmeligheder og få en unik indsigt i den spændende verden af astrofysik.

I løbet af de seneste ca. 100 år er vores viden om verdensrummet undergået en sand revolution. I foredraget vil Johan foretage en tanke-rejse ud i verdensrummet fra solsystemet til de fjerneste galakser og tidligste tider i Universet. Undervejs vil han belyse nogle af de store nybrud i forståelsen af kosmos og vores plads i det forskningen har opnået - særligt i løbet af de seneste 100 år.

16. december 2025

Teaterbygningen, Bag Haverne 1, 4600 Køge kl. 14.00-16.00

Livet på Kongeskibet Dannebrog

Peter Schinkel Stamp

Mød skibets tidligere chef, kommandør og jagtkaptajn Peter Schinkel Stamp.

Få et unikt indblik om livet ombord på Kongeskibet. Hør spændende historier om besætningen og de mange opgaver der skal løses, når Hans Majestæt Kongen og den øvrige kongelige familie er ombord. Foredraget er fyldt med underholdende og personlige anekdoter samt oplevelser fra arbejdet på Dannebrog, tæt på Kong Frederik og Dronning Mary. Peter Schinkel Stamp viser desuden flotte billeder og videoklip fra skibet, så man næsten føler, at man er med til søs med kongefamilien. Jagtkaptajn Peter Schinkel Stamp har gjort tjeneste i Søværnet i 43 år og har haft en imponerende karriere, som bl.a. har omfattet internationale udsendelser, en række chefstillinger til søs og til lands- og adjutant for Hendes Majestæt Dronning Margrethe. I efteråret gik han pension, og fratrådte dermed også sin stilling som chef for Kongeskibet.

24. marts 2026

Portalen, Portalen 1, 2670 Greve kl. 14.00-16.00

Tak for kaffe

Özlem Cekic

Hvordan taler vi sammen, når vi er uenige? I dette aktuelle og tankevækkende foredrag giver Özlem Cekic konkrete redskaber til at håndtere de samtaler, vi helst undgår – derhjemme, på arbejdspladsen og i det offentlige rum.

Med udgangspunkt i sin bog "Tak for kaffe" tager Özlem publikum med ind i fem sociale arenaer, hvor konflikter ofte opstår – familiemiddagen, personalemødet, de sociale medier, skolen og forsamlinger – og viser, hvordan vi kan skabe plads til uenighed uden at splitte.

Foredraget giver inspiration, indsigt og praktiske værktøjer til at forebygge og håndtere konflikter med mere konstruktiv kommunikation.

FOREDRAG:

Et liv med film, Tv-serier og krimier

Martin Schmidt

Hvad har populære tv-serier og film som Rejseholdet, Ørnen, Nikolaj & Julie, Livvagterne, Pelle Erobreren, Åndernes Hus, Jul i Valhal og krimibøger med Ole Henriksen at gøre? Svaret er filminstruktøren Martin Schmidt.

Hør Martins utroligt underholdende og visuelle foredrag om hvordan Rejseholdet blev skabt til tv, hvordan der arbejdes med publikums følelser, og hør hvorfor det er så pokkers svært at høre hvad de siger på dansk tv.

Få relevante filmklip at se og lær forklaringen om det måske mest berygtede afsnit af Rejseholdet. Hør de mange morsomme og lærerige historier fra et liv med film, tv og bøger.

Rigsfællesskab på skrump

Flemming Ytzen

At kongeriget snart må afgive 98 procent af sit territorium – Grønland - burde ikke overraske. Danmark har været på retræte fra Nordatlanten og Østersøen gennem århundreder. Imperiebyggeriet begyndte med Kalmarunionen i 1397; i 1645 mistede vi Østersø-øerne Gotland og Øsel. Værre var tabet af Skåne, Halland, Blekinge og Bornholm i 1658 – her blev selve det danske kerneland skåret over. I 1814 sagde vi farvel til Norge, og siden fulgte opsplitningen af 'helstaten' med nederlaget til Prøjsen i 1864. Island benyttede Anden Verdenskrig til at opnå selvstændighed, om end det lå i kortene allerede i 1919, at de skulle den vej. Dette foredrag sammenligner især den islandske historie med den aktuelle, dramatiske udvikling i Grønland. Derudover forklares forløbet omkring salget af Dansk Vestindien i 1916.

Verden af i går – 1900'tallets første årti

Henning Nørhøj

Verden af i går er titlen på den østrigske forfatter Stefan Zweigs selvbiografi, hvori han skildrer et sorgløst Europa – det Europa som han oplevede i sin barndom og tidlige ungdom i Wien. Det var tid med store idealer og naiv, optimistisk tro på fremtiden som et nyt frihedens århundrede. Men så kom 1. verdenskrig! Vi ser på, hvad der rørte sig i dette første årti af 1900-tallet: kunsten (J. F. Willumsen, L.A. Ring m.fl.), Carl Nielsens musik og folkelige sange. Politik, psykologi (Freud, Jung) og teologiske tanker, der pegede fremad mod en "gylden tidsalder". Har vi igen denne optimisme – eller er der faresignaler i vores tid her og nu – ligesom dengang?

Hilma af Klint

Dina Rawat

Hilma af Klint er en af de mest fascinerende og banebrydende kunstnere i det 20. århundrede. Længe overset i kunsthistorien, men i dag anerkendt som en af abstraktionens pionerer, skabte hun værker, der forudså modernismens gennembrud med flere årtier. Inspireret af spiritualitet og esoteriske tanker udviklede hun et visuelt sprog fyldt med symboler, farver og geometriske former, der stadig taler stærkt til os i dag. I foredraget dykker vi ned i hendes liv, kunstneriske praksis og den mystik, der omgav hendes arbejde.

Taiwan – den omstridte ø

Henrik Bjørn

Henrik har gennem 10 år regelmæssigt besøgt Taiwan. Senest har han i januar-februar 2023 cyklet 1.306 km. rundt om Taiwan. Undervejs har Henrik, på kinesisk, talt med de mennesker han mødte, og fik deres syn på øen og dens relation til Kina og resten af verden.

Føler befolkningen sig som kinesisk eller taiwansk? Frygter man en invasion fra Folkerepublikken Kina? Det skal vi blive klogere på i dette foredrag.

Gioachino Rossini – en komet vender tilbage

Thomas Milholt

Gioachino Rossini (1792-1868) var en verdensberømt komponist, som på sin egen tid fik status som kunstens Napoleon. I årene 1800-50 opnåede den store mester at blive Italiens største stjerne, selv om han skrev alle sine 39 operaer og trak sig tilbage allerede inden, han var fyldt 40 år. Siden skiftede smagen, og i mange år var komponisten mest kendt for *Barberen i Sevilla* og nogle få andre af sine mange operaer. I de senere år har smagen ude i verden igen ændret sig. Rossini og hans værker er, som en komet, der vender tilbage, atter begyndt at oplyse operahimlen. Dokumenter og breve fra hele kloden har gjort det muligt at fjerne den mørke maske af gætterier, myter og anekdoter, som i mange år har dækket for portrættet af ham. Med afsæt i sin biografi *Manden bag masken – Rossini og hans operaer*, og uddrag fra fine DVD-indspilninger af en række af Rossinis morsomme operaer, fortæller Thomas Milholt historien om den italienske mesters liv og karriere.

Karen Blixen – fra kunstner til storyteller

Michelle Garnier

I dette foredrag skal vi høre om Karen Blixens liv og forfatterskab. Karen Blixen er kendt både i Danmark og internationalt, og flere af hendes fortællinger er blevet filmatiseret, senest "Ehregard" af Bille August. Michelle Garnier vil i sit foredrag dykke ned i, hvordan Blixen brugte sine unikke livserfaringer i sine værker, og fortælle om hendes tid i Afrika, hendes hjem Rungstedlund, og værker som "Den Afrikanske Farm" og "Babette's Gæstebud". Michelle Garnier har mange års erfaring fra Karen Blixens Museum i Rungsted og arbejder nu på Davids Samling.

Vejr og himmelfænomener

John Cappelen

Mulighederne for naturoplevelser er mange i Danmark. Uanset hvor du bor, er naturen tæt på, og den ligger altid inde med unikke oplevelser. Dette foredrag klæder dig på til din næste tur og giver indblik i, hvad man kan se på himlen af smukke fænomener som skyer og regnbuer blandt meget andet.

Vi kommer ind på månen, polarlys, solopgang, atmosfære, himlens farve, vind, Beaufort vindskala – nedbør, skybrud, snetyper, rimfrost, sneroulader og nisseskæg. Lyn og torden, kornmod og kuglelyn – og alt derimellem.

Banksy – da graffiti blev til verdenskunst Frederik Lindskov

Hvordan gik det til, at ulovlig graffiti blev til anerkendt verdenskunst? I dette foredrag tager Frederik Lindskov os med på en rejse gennem gadekunstens historie – fra oldtidens Rom, over Hobo-koder i 1890'ernes USA, til graffitiens opblomstring i 1970'ernes New York og frem til nutidens street art. I centrum står den gådefulde og verdensberømte kunstner Banksy. De politiske budskaber, skarpe satire og anonyme stil har gjort ham til en af vor tids mest betydningsfulde kunstnere – og en direkte arvtager til navne som Warhol, Duchamp og Manet. Vi får her et levende indblik i graffitiens kulturelle betydning og ser, hvordan Banksy har forvandlet gadens kunst til et globalt fænomen med noget på hjerte.

Scientologys uønskede børn og Mørkets hoteller Robert Dam

I dette foredrag fortæller Robert Dam historien om de hundredvis af børn der voksede op på Scientologys hoteller midt i København under kummerlige kår, fjernet fra deres forældre og afsondret fra det omgivende samfund. En historie der aldrig før er blevet fortalt og som fortjener at komme ud – vidt og bredt. Vi skal høre om, hvordan det egentlig gik til, at Scientology fik europæisk hovedkvarter i den danske hovedstad – og stadig har det i dag. Robert beretter om sine egne tyve år i organisationen, som sluttede med et brat exit i 2004

Selma Lagerlöf – Løft blikket for tilværelsens mirakel Anne Knudsen

Selma Lagerlöf skrev om Niels Holgersen, som rejser gennem Sverige på ryggen af Morten Gase. I 1909 fik hun Nobelprisen i Litteratur og hendes bøger er blevet oversat til 60 sprog. Selma Lagerlöf ville have en uddannelse. Det fik hun! Hun levede i en tid, hvor de traditionelle kønsroller kom til debat og man begyndte at tale om hetero- og homoseksualitet. Hun klippede sit hår kort og kæmpede for kvindesagen og kvinders valgret. Hun gjorde sig økonomisk uafhængig og frem til sin død i 1940 levede hun sammen med kvinder. Hun stod ved sig selv og har været med til at bane vejen for kvinders ligestilling.

Henry Heerup – et univers fyldt med kunst Michelle Garnier

I dette foredrag skal vi høre om Henry Heerup og hans kunst. Man kan kun blive glad, når man ser et kunstværk af Henry Heerup. Hans poetiske verden opløfter. Det er dyr, det er mennesker og det er kærlighed. Foredraget bringer os rundt i hans univers, og vi bliver introduceret til de forskellige materialer som han brugte til at lave de forskellige kunstværker.

Ægyptens Pyramider Rune Olsen

Oldtidens skyskrabere har altid fascineret og når man kommer tættere på, afslører de meget om det samfund, der byggede dem. Dette er en fortælling om det praktiske i byggeriet, udviklingen, organisationerne, formålet og genbrugen af Ægyptens mest ikoniske monumenter

Forstå Israel/Palæstina konflikten Anna Eckhoff

Med afsæt i egne erfaringer fra Østjerusalem, Vestbredden, Gaza og senest besøg i palæstinensiske flygtningelejre i Libanon, giver Anna Eckhoff et indblik i, hvordan konflikten har påvirket de besatte palæstinensiske områder og nabolandet Libanon. Hun opdaterer os på de nyeste begivenheder og belyser, hvorfor en løsning er så vanskelig. Derudover deler hun erfaringer fra møder med centrale mellemøstlige aktører i Washington D.C. og diskuterer USA's rolle i konflikten

Trusler under forandring Flemming Ytzen

Engang holdt samfundet øje med kommunister og yderliggående socialister, fordi man mente, at de ville undergrave samfundet. Vi lærte efterhånden at leve med de fredelige af slagsen i Danmarks Kommunistiske Parti, men blev forskrækkede over den ekstreme Blekingegadebande. I dag retter efterretningstjenesterne opmærksomheden i voksende omfang kikkerterne mod både islamister og de mest ekstreme højreorienterede aktivister. Hvordan har vores hemmelige tjenester gennem tiden løst de opgaver, de er betroet? Afvejningen består i at kontrollere og overvåge uden at tilsætte demokratiske rettigheder. Den endnu ikke afsluttede skandale omhandlende Lars Findsen beskrives også.

Hverdagsliv i Japan Asger Røjle

Seikatsu betyder hverdag på japansk, og det er samtidig titlen på en samling hverdagsklummer fra Japan, som Asger udgav som bog i efteråret 2017. Vi skal i dette foredrag høre om mange forskellige sider af hverdagslivet i Japan. Fra kunsthåndværk og klapvogne til romantik og rismarker. På en underholdende måde skildrer Asger forskellige sider af skik og brug i Japan og fremhæver særprægede, overraskende og smukke detaljer i almindelige japaneres liv. Der er mange ting at forundres over, og der er lige så mange ting at tage ved lære af. Men grundtanken er, at det hele tiden viser sig, at japanerne ikke er spor sære og mærkelige. De har fået en anden kultur ind med opdragelsen, men de er skabt af akkurat de samme arveanlæg, som vi andre er.

Billie Holiday Thomas Milholt

Billie Holiday (1915-1959) er en af historiens største jazzsangerinder. Hun indspillede plader og optrådte sammen med de mest berømte amerikanske jazzmusikere. Billie Holiday blev en myte allerede mens hun levede på grund af sin hårde opvækst, sit misbrug af stoffer og sine mange mænd. I dette foredrag skal vi høre historien om hendes liv i den turbulente periode af jazzens, som hun var med til at sætte sit præg på. Vi følger hendes liv, fra hun debuterede på plade i 1933 til de allersidste indspilninger og hører, hvorfor hun fik sin helt egen stil i forhold til andre jazzsangerinder. Foredraget er fyldt med musikseksempler og filmklip

TURE:

København-Berlin: Portalen til verden - Omvisning i Nikolaj Kunsthal

Helene Lykke Evers

Udstillingen "Portalen til verden" fokuserer på de kunstnere fra København, der efter murens fald i 1989 rejser til Berlin, hvor kunstscenen hurtigt blomstrer. Det er her, at mange danske kunstnere for alvor får gang i deres karrierer og Berlin er stadig, den dag i dag, en vigtig del af den internationale kunstscene. Udstillingen tæller bidrag fra Ulrik Møller, Tommy Støckel, Lise Harlev blandt mange andre. Kunsthistoriker Helene Lykke Evers introducerer udstillingen og udvælger enkeltstående kunstværker, som danner afsæt for samtale og en fælles undersøgelse af kunstværkernes betydning og deres kunsthistoriske sammenhæng

Mødested: Nikolaj Kunsthal, Nikolaj Plads 10, 1067 København

Besøg Mærsk tårnet og oplev kunsten i Rigets Nordfløj

Frederik Lindskov

Lige så brutal og fremmedgørende det gamle Panum Institut fremstår, lige så venlig og inviterende virker det nye Mærsk tårn, og sammen afspejler de, hvor forskelligt arkitekturens rolle betragtedes i hhv. 1970'erne og 2010'erne. Nyt og gammelt er svejset sammen af et parkområde med pladser, kunstværker, botaniske skovzoner og den gode omvej, hvor man i 2. sals højde zigzagger mellem trækroneerne. Vi besøger Mærsk tårnets panoramasal i 75 meters højde og hører om udsigten. Fra Panum går vi til Rigshospitalets nye nordfløj, der med sine blændende hvide facader løfter hele området op af den grå tristesse. Her finder vi nogle af byens bedste udsmykninger udført af bl.a. Erik A. Frandsen og Olafur Eliasson.

Mødested: Ved skulpturen 'Mod Lyset' på hjørnet mellem Tagensvej og Blegdamsvej - Slutsted: Riget Nord (få hundrede meter fra start).

Grønttorvet – en ny bydel

Frederik Lindskov

I hjertet af Valby lå i mere end et halvt århundrede Grønttorvet, der med livlig handel dagligt leverede frisk frugt og grønt til Danmark. Nu er handlen flyttet ud af byen, og området forvandlet til Københavns grønneste bydel, hvor frugtplantager og væksthuse i gårdum og på tage beretter om en helt ny måde at bo i byen på. Grønttorvsparken er nu færdiganlagt med snoede stier, stort spejl bassin og fælles-spisning flankeret af legepladser og sydvendte butiksarkader. Et stenkast derfra ligger FLSmidt's gamle fabriksområde på hele 25 ha, hvor der i knap 100 år blev bygget maskiner til cementproduktion på verdensplan. Valby Maskinfabrik er i de senere år blevet omskabt til et spektakulært boligområde, hvor nyt og gammelt, bolig og industri smelter sammen til en valbyfortælling, der går på tværs af flere århundreder.

Kom med på byvandring med Frederik Lindskov, hvor vi besøger begge bydele og taler om alt fra handel og gammel industri til visionerne for fremtidens bæredygtige bydel.

Mødested: Torveporten 2, 2500 Valby - Slutsted: Valby Maskinfabrik (250 m fra start)

Spor-B

Greve

48 976 mandage

kl. 13.00-15.45 Greve Borgerhus

48 975 onsdage

kl. 9.00-11.45 Greve Borgerhus

48 979 onsdage

kl. 12.00-14.45 Greve Borgerhus

48 980 fredage

kl. 9.00-11.45 Greve Borgerhus

Solrød

48 978 torsdage

kl. 13.00-15.40 Aktivitets-og Frivilligctr.

48 977 fredage

kl. 9.00 -11.40 Solrød Idrætscenter

Køge

48 983 mandage

kl. 12.00-14.40 Den Hvide By

48 982 torsdage

kl. 9.00-11.40 Den Hvide By

FOF forbeholder sig ret til ændringer i programmet i tilfælde af sygdom, lokale problemer, lærerønsker eller andet.

Udgifter til entré på museer og eventuelle ekskursioner er ikke inkluderet i deltagerprisen og betales derfor separat af deltagerne.



KLOGERE, SUNDERE, GLADERE