

# 7. – 10. oktober

# Højskoledage

# 2024

Det Boligsociale Team i FFB, Lindehaven Plejecenter og Medborgercentret Nordens Plads inviterer i samarbejde med lokale frivillige til Højskoledage 2024

## **Kort om højskoledage 2024**

Fire eftermiddage, der byder på klassisk højskolestemning med sang, foredrag og fællesskab.

Der er kaffe og kage, højt til loftet og god plads i Plejecenter Lindehavens lokaler.

Glæd dig til foredrag med blandt andre naturfotograferne Helle og Uri Løvevild Golman, digteren Haidar Anzari samt filosofen og forfatteren Mads Vestergaard. Desuden får vi besøg af borgmester Michael Vindfeldt og lokale foredragsholdere fra Veteranhjem København, bydelsmødre og flere andre. Ligesom de forrige år skal vi også lytte til – og synge med på – musikalske indslag.

Følg med på

[biblioteketfrederiksberg.dk/højskoledage2024](https://biblioteketfrederiksberg.dk/højskoledage2024)

# Praktiske oplysninger

Max 75 deltagere som fordeles efter først-til-mølle-princippet.  
Pris 300,- kr. pr. deltager, som betales ved tilmelding.

## Vi åbner for tilmelding tirsdag den 3. september klokken 10:00

Højskoledage 2024 afholdes på Lindehaven Plejecenter, Betty Nansens Allé 22, 2000 Frederiksberg.

## Tilmeld dig her:

[www.biblioteketfrederiksberg.dk/højskoledage2024](http://www.biblioteketfrederiksberg.dk/højskoledage2024)

Man kan få hjælp til tilmelding hos Medborgercentret Nordens Plads.

## Prisen inkluderer:

Foredrag, musikalske indslag, kaffe/the + kage og fællesspising inkl. drikkevarer torsdag.  
Yderligere drikkevarer kan købes til rimelige priser.

## Eventuelle spørgsmål kan rettes til:

Ruben Andersen-Hoel i Medborgercentret: 28981878, ruan05@frederiksberg.dk

Karen Gram i Det Boligsociale Team i FFB: 21330959, kgr@kab-bolig.dk

Marianne Nevers i Lindehaven: 41453371, mane02@frederiksberg.dk

**Biblioteket**  
Frederiksberg



FREDERIKSBERG  
FORENEDE  
BOLIGSELSKABER

**altiden**

Højskoledage 2024 er støttet af Frederiksberg Kommune

# Program for Højskoledage 2024

## Mandag den 7. oktober

14:45–15:00	Ankomst, afkrydsning og kaffe.	nye relationer skabes blandt besøgsvenner, gåvenner og i Seniorcaféen. Oplægget kommer også til at handle om de mange muligheder, der er for at blive en del af et meningsfuldt fællesskab enten som deltager eller frivillig.
15:00	Dagens forstander byder velkommen og fortæller om dagens program, og vi synger to højskolesange.	
15:15–16:00	Foredrag ved veteran- og aktivitetsmedarbejder Allan Nissen om Veteranhjem København, som ligger på Frederiksberg. Allan tager en veteran og en frivillig med og sammen vil de fortælle om veteranhjemmet — hvordan det er at være veteran med PTSD samt hvordan det er at være frivillig. Allan vil også indvie os i planerne om borgerinddragelse i veteranhjemmets arbejde.	
16:00–16:15	Pause med mulighed for at købe drikkevarer.	16:50–17:00 Pause.
16:15–16:50	Røde Kors Hovedstaden kommer og fortæller om deres aktiviteter for seniorer, hvor de gennem frivillighed og medmenneskelighed skaber aktive, meningsfulde fællesskaber. Hør blandt andet om fælles ture med Turtjenesten eller Herreklubben og hvordan	17:00.18:00 Foredrag ved digter Haidar Ansari, der er vokset op i Urbanplanen på Amager. I 2022 debuterede han med den anmelderroste digtsamling Institutionaliseret, der er skrevet og udgivet på Gyldendal, mens han afsonede en fængselsdom på fem år for forsøg på manddrab. Siden udgivelsen har Haidar Ansari været en aktiv debattør og meget brugt foredragsholder, ligesom han har taget initiativ til skriveworkshops målrettet socialt udsatte unge. På Højskoledage fortæller Haidar Ansari om sit liv før og efter udgivelsen af sin digtsamling.
		18:05 Vi synger en højskolesang og siger tak for i dag.

## Tirsdag den 8. oktober

- 14.45–15.00 Ankomst, afkrydsning og kaffe.
- 15.00 Dagens forstander byder velkommen og fortæller om dagens program, og vi synger to højskolesange.
- 15.15–16.45 Foredrag ved filosof og forfatter Mads Vestergaard om fake news og misinformation i den digitale tidsalder. Sammen med Vincent F. Hendricks skrev Mads Vestergaard bogen Fake News — når virkeligheden taber, og har siden fortsat sin undersøgelse af, hvad der sker når den nye medievirkelighed oversvømmes af populistiske fortællinger og konspirationsteorier. På Højskoledage giver Mads Vestergaard et sammenhængende billede af, hvordan jagten på opmærksomhed, nye digitale teknologier og menneskets psykologi tilsammen kan trække i retning af et postfaktuelt samfund. Der vil være en lille pause ca. midt i foredraget.
- 16.45–17:00 Pause med mulighed for at købe drikkevarer.

- 17.00–17.05 Vi synger en højskolesang.
- 17:05–18:00 Oplæg om områdets nye samlingssted Ved Betty Nansens Plads, der netop er åbnet. Jeanette Koustrup Duus, daglig leder af JunkFood, fortæller sammen med Michael Stian Hansen, direktør for Kaffe Karma, om de to organisationer, der begge er flyttet ind i stueetagen på Betty I. Til stede er også Ditlev Jørgensen fra det boligsociale team i Søndermarken, der har ansvaret for aktiviteter på stedet.
- 18:05 Vi synger en højskolesang og siger tak for i dag.

## Onsdag den 9. oktober

14.45–15.00 Ankomst, afkrydsning og kaffe.

15.00 Dagens forstander byder velkommen og fortæller om dagens program, og vi synger to højskolesange.

15.15–16.45 Foredrag med naturfotograferne Helle og Uri Løvevild Golman, der fortæller om Vores Vilde Verden og deres arbejde med at stifte WILD Fonden.

Det er historien om, hvordan projekt WILD opstod og hvordan man arbejder med naturbeskyttelse på en nytænkende måde. Fortællingen om deres kærlighed til naturen, og hvordan troen på det umulige ledte dem på fantastiske eventyr. På et potpourri af korte historier fra nogle af deres 25 ekspeditioner til verdens sidste vilde steder tager de os på en helt særlig rejse ind i naturen. De fortæller om smukke og til tider skøre møder med små såvel som store dyr. Om at arbejde for National Geographic og sidde i bittesmå fotoskjul i en uendelighed for at få det rigtige billede. Til slut

får du indblik i den mest udfordrende ekspedition af dem alle: At overleve et mordforsøg og forsøget på at genfinde sig selv. Der vil være en lille pause ca. midt i foredraget.

16.45–17:00 Pause med mulighed for at købe drikkevarer.

17:00–17.05 Vi synger en højskolesang.

17:05–18:00 Foredrag ved Shazia Mughal, som deler sine oplevelser fra sin tid som nytillkommen i Danmark, der var meget anderledes end det Pakistan, hun voksede op i. Alt det nye kan være stressende, fordi det er ukendt og fremmed, hvilket skaber bekymringer og frygt. Shazia har dog gennem livet valgt at møde udfordringerne med et åbent sind, selvom det ofte har været svært. Siden 2009 har hun været bydelsmor på Frederiksberg, hvor hun er engageret i at støtte kvinder, der lever isoleret og har begrænset bekendtskab til det samfund, de lever i.

18:05 Højskolesang og tak for i dag.

## Torsdag den 10. oktober

14.45–15.00	Ankomst, afkrydsning og kaffe.	motionstilbud, grønne områder og meget mere.
15.00	Dagens forstander byder velkommen og fortæller om dagens program, og vi synger to højskolesange.	17:15–18:00 Fællesspisning med mad fra JunkFood. Drikkevarer inklusive.
15.15–16.15	Foredraget "Hvad vil du huskes for?" ved pædagog og forfatter Marlene Torm Gertsen, som igennem sit arbejde i et specialpædagogisk tilbud har arbejdet med livshistorier og derfra har erfaring med at folde mennesker ud. Hendes bog, "Hvad skal der stå på din gravsten?", samler citater og videoklip fra kendte danskere, der reflekterer over livet. Foredraget er relevant for alle, der søger inspiration til livet.	18.00–19:00 Koncert og fællessang med Christoffer Brodersen, som er opvokset i Gråsten og uddannet sanger/performer fra musicalakademiet i Fredericia i 2003. Siden da har han blandt meget andet turneret syv år i Europa, Asien og USA med den nu opløste vokalgruppe Basix, ligesom han har spillet store roller i musicals, fx Judas i Jesus Christ Superstar, Enjolras i Les Misérables og ikke mindst Freddie Mercury i Queen-musicalen We Will Rock You. Som afslutning på Højskoledage 2024 tager Christoffer Brodersen guitaren med og underholder med danske sange og inviterer til fællessang.
16:15–16:30	Pause med salg af drikkevarer.	19:05 Farvel og tak for i år.
16:30–17:15	Frederiksbergs Borgmester Michael Vindfeldt indleder med at fortælle lidt om sin baggrund og ikke mindst om sit virke som borgmester. Herefter tager han os med på en rundtur i kulturen på Frederiksberg, hvor han kommer omkring museer, teatre, foreningsliv,	

*Der tages forbehold for ændringer i programmet.*