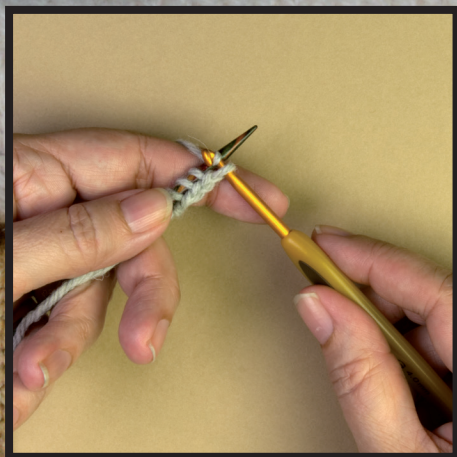


STRIK

OG HØJSKOLE

- intenst og inspirerende kursus med nye vinkler på strik, nye idéer, teknikker og masser af stalddørstips og højskole.



NØRGAARDS HØJSKOLE - WWW.NRGAARD.DK

86 68 23 00



STRIK OG HØJSKOLE PÅ NØRGAARDS HØJSKOLE

Søndag

- Kl. 16.00 - 17.15 Ankomst og indkvartering
Kl. 16.40 Afhentning af kursister på Bjerringbro Station
Kl. 17.15 - 18.15 Velkomst til Nørgaards Højskole bl.a. med fortælling om skolens historie i foredragssalen.
Herefter rundvisning på højskolen hvor fortællingen fortsætter, ved kursuslederne
Kl. 18.30 Aftensmad i spisesalen
Kl. 19.30 - 21.45 Introduktion til ugens program, udlevering af det medfølgende strikkekit, højskolesang og fortælling. Vi kikker på garn og begynder så småt at strikke
Aftenkaffe og hygge i opholdsstuen.

Mandag

- Kl. 06.00 - 07.45 Mulighed for morgensvømning
Kl. 07.30 - 09.00 Morgenbuffet i spisesalen
Kl. 09.00 - 10.00 Morgensamling ved forstander Karen Friis
Formiddagspause med kaffe / te i pejsestuen
Kl. 10.30 - 12.00 Vi afprøver strikketeknikker
Kl. 12.00 Frokost i spisesalen
Kl. 13.30 - 15.15 Vi afprøver strikketeknikker
Eftermiddagspause med kaffe / te og snack i pejsestuen
Kl. 16.00 - 17.45 Åbent værksted med tid til dit eget projekt
Kl. 18.15 Middagsbuffet i spisesalen.
Kl. 19.30 - 21.00 Højskoleaften med aktivitet/workshop/foredrag
Kaffe og hygge i opholdsstuen

Tirsdag

- Kl. 06.00 - 07.45 Mulighed for morgensvømning
Kl. 07.30 - 09.00 Morgenbuffet i spisesalen
Kl. 09.00 - 10.00 Morgensamling "Rundt i højskolesangbogen" i foredragssalen
Formiddagspause med kaffe / te i pejsestuen
Kl. 10.30 - 12.00 Vi afprøver strikketeknikker
Kl. 12.00 Frokost i spisesalen
Kl. 13.30 - 15.00 Gåtur med fortælling til Gudenåen og Åpromenaden
Eftermiddagspause med kaffe / te og snack i pejsestuen
Kl. 15.30 - 17.30 Åbent værksted med tid til dit eget projekt
Kl. 18.15 Middagsbuffet i spisesalen
Kl. 19.30 - 21.00 "Træk vejret og stræk kroppen" - højskoleaften i multisalen
Aftenkaffe og hygge i pejsestuen

Onsdag

- Kl. 07.30 - 09.00 Morgenbuffet i spisesalen
Kl. 09.00 - 10.00 Morgensamling i foredragssalen
Kl. 10.30 - 12.00 Musikalsk foredrag "Sebastian" ved musiker Karoline Budtz

PROGRAM

Kl. 12.00	Frokost i spisesalen
Kl. 13.30 - 17.30	Halvdagsudflugt- Bruunshaab GI Papfabrik og Dollerup Bakker (læs mere på side 5)
Kl. 18.00	Middagsbuffet i spisesalen
Kl. 19.30 – 21.00	Åbent værksted og/eller tilbud om adgang til Wellness og Spa i Bjerringbro Idrætspark Aftenkaffe og hygge i pejsestuen

Torsdag

Kl. 06.00 - 07.45	Mulighed for morgensvømning
Kl. 07.30 - 09.00	Morgenbuffet i spisesalen
Kl. 09.00 - 10.00	Morgensamling ved højskolelærer Jesper Trier Gissel Formiddagspause med kaffe / te i pejsestuen
Kl. 10.30 - 12.00	Vi afprøver strikketeknikker
Kl. 12.00	Frokost i spisesalen
Kl. 13.30 - 15.15	Vi afprøver strikketeknikker
Kl. 16.00 - 17.45	Åbent værksted med tid til dit eget projekt
Kl. 18.15	Middagsbuffet i spisesalen
Kl. 19.30 - 21.00	Ugens foredrag. Hele sæsonen kommer der hver torsdag ny foredragsholder, koncert, fællessang eller en aktivitet Aftenkaffe og hygge i pejsestuen

Fredag

Kl. 06.00 - 07.45	Mulighed for morgensvømning
Kl. 07.30 - 09.00	Morgenbuffet i spisesalen
Kl. 09.00 - 10.00	Morgensamling i foredragssalen Formiddagspause med kaffe / te i pejsestuen
Kl. 10.30 - 12.00	Vi afprøver strikketeknikker
Kl. 12.00	Frokost i spisesalen
Kl. 13.30 - 16.00	Åbent værksted med tid til dit eget projekt Eftermiddagspause med kaffe / te og snack i pejsestuen
Kl. 17.45	Fernisering
Kl. 18.30	Afslutningsmiddag i spisesalen
Kl. 20.00	Afslutningsaften i foredragssalen

Lørdag

Kl. 08.00 - 09.00	Morgenbuffet i spisesalen.
Kl. 09.20	Transport fra højskolen til Bjerringbro Banegård, så man kan nå tog med afgang kl. 9.40.

Hvis du har spørgsmål er du meget velkommen til at kontakte os på 86 68 23 00 eller adm@nrgaard.dk
Venlig hilsen

Lene Randorff, underviser
Nørgaards Højskole

NB. Ret til ændringer i program forbeholdes.

Strik og højskole

Har du oplevet at sidde med garn og strikkepinde og falde ind i en form for mindfulness hvor du glemmer alt om tid og sted men bare lige skal nå at strikke de næste pinde?

Eller har du lyst til at prøve det?

På denne uge på Nørugaards Højskole skal vi strikke og opleve den tilfredsstillende det er at afprøve en strikketeknik og se den smukt udført. Her er man velkommen både hvis man er begynder i strik eller en øvet strikker.

Kurserne Strik og højskole veksler i indhold, som kort er beskrevet herefter.

Strik og højskole - teknikkursus (uge 5+48)

På kurset introduceres en hel række strikketeknikker og selvfølgelig skal de afprøves. Sammen med Lene gennemgås strikketeknikkerne løbende. Det er lige fra forskellige måder at slå op på eller lukke af på, vendestrik samt hvordan syer du pænest sammen og hæfter ender. Vi skal også arbejde med montering, det som kan give den sidste flotte fines på jeres strik.

Og endelig vil Lene hjælpe jer i gang med at lave en beregning/konstruktion af en trøje der passer netop til dig ud fra dine egne mål. Undervisningen vil være differentieret alt efter niveau.



Strik og højskole - farver og teknik (uge 9+39)

I løbet af kurset vil Lene udfordre jer med at arbejde med farver. Både hvordan vi sætter dem sammen eller hvordan vi teknisk strikker med flere farver.

Lene vil gennemgå diverse strikketeknikker med farver. Det er teknikker som: Ladderback, Vævestrik, Intarsia og Jacquard. Vi kommer også til at lege med farver og høre lidt om farvelære, og hvordan vi kan bruge teorien i praksis. Undervisningen vil være differentieret alt efter niveau.



Underviser Lene Randorff

Som bare 6-årig havde Lene nogle fantastiske stjernestunder med hendes mormor. Der lærte hun at drikke kaffe, og siden i stuens sofa lærte hun at slå masker op, strikke en ret og en vrang.

Hun er hende i dag inderlig taknemlig, for stjernestunderne blev siden til hendes store passion. Uddannet håndarbejds lærer, herefter arbejdet 19 år i efterskoleverdenen.

I 2010 blev hun selvstændig med firmaet Lillestrik. Siden september 2011 har hun arbejdet fuldtids med at designe strik, udgive egne strikkebøger og holde kurser på Biblioteker, diverse strikkefestivals, strikkebutikker og Højskoler. strikkefestivals, strikkebutikker og Højskoler.

INFORMATION OM UDFLUGT M.M.

Strikkekit til alle deltagere

På kurset er der inkluderet et tørklæde strikkekit (garn og opskrift) efter eget valg ud fra Lenes kollektion. Vi vil selvfølgelig arbejde med det udliveredede strikkekit under kurset.



Åbent værksted

I værkstedsmodulerne vil Lene være inspirator og give individuel vejledning. Her er ingen lærerstyring, så der er fri leg, men mon ikke Lene også kan hjælpe til med en ide, hvis du mangler noget nyt at gå i krig med?

Det er muligt at tage eget strikkesæt/opskrift med og få hjælp hvis du mangler det. Det er muligt at tilkøbe diverse strikkekit og bøger fra Lillestrik.



Bruunshåb Gl. Papfabrik

Udflugt til Bruunshåb Gl. Papfabrik, som er en historisk perle beliggende i naturskønne omgivelser nær Viborg. Fabrikken, der blev grundlagt i 1873, er en af Danmarks ældste bevarede papfabrikker og fungerede i mange år som en central del af lokalområdets industri.

Vi skal besøge fabrikken, som i dag er omdannet til et arbejdende museum, hvor vi skal have en spændende rundvisning. Man får mulighed for at se de gamle maskiner i aktion, som stadig fungerer og fremstiller pap på samme måde som for over 100 år siden. Der bliver lagt vægt på at forklare, hvordan produktionen foregik – fra råmaterialernes ankomst til det færdige papprodukt, der blev brugt til alt fra emballage til bøger.

Efter rundvisningen er der mulighed for at gå rundt på egen hånd i museets faste udstilling inden vi skal have eftermiddagskaffe i museets forsamlingslokale. Vi anbefaler også at gå en rundtur i de naturskønne omgivelser omkring fabrikken.



KORT OM NØRGAARDS HØJSKOLE

Højskoleundervisning

Hver dag begynder med morgensamling og morgensang. Øvrige højskolefag kan være foredrag, debat, studiekreds, workshop, IT, motion, udflugt, musik og højskolesang. Som deltager på et højskolekursus forventes det, at man deltager i de programfaste aktiviteter.

Skolens faciliteter

Nørgaards Højskole råder over mange fine faciliteter, som du/I frit kan benytte under jeres ophold. Altså, hvis I kan finde tid til det....

Blandt de mange faciliteter kan nævnes:

- fitnesslokale med moderne kredsløbsmaskiner
- fri adgang til svømmehal, varmtvandsbassin (ca. 34° C) og sauna i off. åbningstid (lukket uge 28 - 29)
- hyggelige opholdsstuer med kabel-tv
- bibliotek og læsestue med diverse dagblade
- trådløst bredbånd internet på hele skolen
- multitårn til klatring, rappelling, gyngem.m.
- pejsstue med åben pejs
- multital til bevægelse, dans, musik og konference
- digital biograf med 24 sæder
- kreative værksteder: maleri, træ, keramik og metal
- foredragssal, lydstudie og filmværksted
- moderne madværksted og micro bryggeri
- aktivitetsstuer m. pool, dart, spil og bordfodbold,
- et hav af friluftsmuligheder, løb, kano & kajak, vandreture, MTB, bålpladser, lystfiskeri m.m.
- fri kaffe og te døgnet rundt i to opholdsstuer
- gratis parkering
- reception - åbent dagligt mellem 12.00 - 14.00

Skolens økologiske køkken

Nørgaards Højskoles køkken har Det Økologiske Spisemærke. At spise på Nørgaards skal nydes og huskes i lang tid fremover. Måltiderne skal være med til at give jer fornyet energi, således at I kan følge med i højskoleaktiviteterne hele dagen på fuldt blus.



Vores kostpolitik er at lave tingene fra bunden med gode råvarer og årstidens udbud. Vi laver både traditionel og moderne sund dansk kost, men holder også meget af at anvende råvarerne på nye måder, gerne inspireret af spændende retter fra hele verden.

De tre hovedmåltider serveres som buffet, så man kan selv sammensætte sit måltid. I løbet af ugen har vi både en aften med fisk og vegetar. Desuden er der mulighed for vælge vegetaret til aftenbuffet.

Spisetider i spisesalen*

Morgen	kl. 07.15 - 08.45
Frokost	kl. 12.00 - 13.00
Aften	kl. 18.30 - 19.30

* spisetider og menu varierer afhængigt af årstid og kursus
lørdag morgen serveres morgenmad først fra kl. 8.00

Formiddag, eftermiddag og aften serveres kaffe, te og vand med brød/frugt i spisesalen/pejsestuen/opholdsstue, såfremt man befinder sig på højskolen.

Køkkenpersonalet værdsætter kontakten til husets gæster. Står I og mangler noget, har spørgsmål, forslag, ros eller ris skal I bare tag fat i os.

Vi ønsker hele tiden at forbedre os og give det bedste til husets gæster, kursister og elever.



PRAKTISK INFORMATION

Tilmelding

Tilmelding til kurserne på Nørgaards Højskole kan ske online via vores hjemmeside: www.nrgaard.dk eller ved at kontakte os telefonisk på 86 68 23 00.

Da vi tit har ventelister til vores kurser, og da mange til tider finder lidt sent ud af, at de gerne vil på højskole, har vi følgende betingelser ved tilmelding og tilbagebetaling ved framelding:

- Ved tilmelding betales et depositum på 1200 kr. eller det fulde kursusbeløb.
- Ved framelding op til 4 uger før kursusstart tilbagebetales kursusgebyr minus depositum.
- Ved framelding senere end 4 uger før kursusstart betales intet tilbage.

Depositum skal være indbetalt inden 10 dage efter tilmelding. Husk at du/I skal oplyse skolen indenfor 3 dage efter tilmelding, hvis du/I ikke ønsker eller er i stand til at komme til det reserverede kursus.

Afbestilling

Det kan desværre ske, at du/I bliver nødt til at afbestille opholdet hos os. Derfor anbefaler vi, at du/I sikrer dig/jer ved at tegne en afbestillingsforsikring hos eget forsikringsselskab eller via Europæiske Rejseforsikring.

Ekspeditionsgebyr

Ved tilmelding skal der vælges, om du/I ønsker at modtage kursusmateriale, faktura, program og deltagerliste elektronisk eller med posten. Ønsker man at modtage materialet elektronisk, skal man huske at meddele det og oplyse sin e-mail adresse ved tilmelding. Såfremt man ønsker at modtage førnævnte materiale fysisk med posten tillægges et ekspeditionsgebyr på 60 kr.

Indkvartering

Indkvarteringen på Nørgaards Højskole er helt i top, og der er 210 sengepladser at vælge imellem, fordelt på fire værelsestyper. I kursusgebyret er inkluderet sengelinned og 2 håndklæder per deltager.

Værelsestillæg

Type	Beskrivelse	Pris
1	Indkvartering på dobbeltværelse, hvor der deles 1 bad og 1 toilet med et andet værelse	0
2	Enkeltværelse, hvor der deles 1 bad og 1 toilet med et andet værelse	400
3	Dobbeltværelse m. eget bad/toilet (gebyr deles af 2 pers.)	400
4	Enkeltværelse m. eget bad/toilet	600

Alle værelser indeholder seng, skrivebord, stol, bogreol, og garderobeskab.

Transport til Nørgaards Højskole

Transportforbindelserne til Nørgaards Højskole er rigtig gode. Der er både bus og togstation i Bjerringbro. Planlæg din rejse i god tid på rejseplanen.dk. Vi afhenter kursister på Bjerringbro Station typisk kl. 16. 40 på ankomstdagen og retur så man kan nå afgang kl. 9.40 på afrejsdagen. Der er cirka 15 minutters gang fra stationen til Nørgaards Højskole.

Velkommen

Følg Nørgaards Højskole på de sociale medier:



facebook.com/www.nrgaard.dk/



instagram.com/nrgaards

Uge	Kurser 2025	Dato	Pris
9	Strik og højskole	23.02 - 01.03	5.425
12	Strik og højskole	16.03 - 22.03	5.425
39	Strik og højskole	21.09 - 27.09	5.425
48	Strik og højskole	23.11 - 29.11	5.425
Øvrige kurser			
5	Japansk genbrugskunst	26.01 - 01.02	5.425
26	Vandring efter den gode fortælling og naturoplevelse	22.06 - 28.06	5.425
36	Patchwork og højskole	31.08 - 06.09	5.425

Alle kursusr priser er inkl. kost, logi, udflugter, entre, internet og undervisning. Der kan forekomme ekstra tillæg til betaling af materialer og/eller leje af udstyr. Der tages forbehold for trykfejl og udefra kommende prisstigninger og tillæg, som Nørgaards Højskole ikke har indflydelse på.

Spørgsmål og tilmelding kan ske ved at rette henvendelse til skolens sekretariat på telefonnummer 86682300 eller online på vores hjemmeside: nrgaard.dk eller din tilmelding kan sendes til vores adresse:

Nørgaards Højskole
Vestre Ringvej 9
8850 Bjerringbro

