

NØRGAARDS HØJSKOLE

86 68 23 00 - WWW.NRGAARD.DK

JAPANSK HÅNDVÆRK & HØJSKOLE

Program

Søndag	
16.00 - 17.00	Ankomst og indkvartering
	Vi byder på en kop kaffe i pejsestuen
17.00 - 18.30	Velkomst i foredragssalen med fællessang og fortælling om højskolens historie
	Herefter rundvisning på højskolen med fortællings om bl.a. skolens kunst
18.30	Aftensmad i spisesalen
19.45 - 20.45	Højskoleaften med icebreaker
21.00	Introduktion til ugens program efterfulgt af kaffe og hygge i opholdsstuen
Mandag	
06.00 - 07.30	Fri morgensvømning i svømmehallen
07.15 - 08.25	Morgenbuffet i spisesalen
08.30 - 09.30	Morgensamling og morgensang
	Formiddagspause, hvor der serveres kaffe/te/vand
09.45 - 11.45	Arbejde i værkstedet: Sashiko
12.00	Frokost i spisesalen
13.30 - 15.30	Arbejde i værkstedet: Sashiko
15.30 - 16.00	Kaffepause
16.00 - 17.30	Yoga for alle i multisalen
18.30	Middagsbuffet i spisesalen
19.30 - 21.15	Højskoleaften med aktivitet/workshop/foredrag
	Aftenkaffe og hygge i opholdsstuen
Tirsdag	
06.00 - 07.30	Fri morgensvømning i svømmehallen
07.15 - 08.25	Morgenbuffet i spisesalen
08.30 - 09.30	Morgensamling: "Rundt i højskolesangbogen" i foredragssalen
	Formiddagspause, hvor der serveres kaffe/te/vand
09.45 - 11.45	Arbejde i værkstedet: Gyotaku
12.00	Frokost i spisesalen
13.30 - 15.30	Arbejde i værkstedet: Kurinuk
15.30 - 16.00	Kaffepause
16.00 - 17.30	Gåtur til Gudenåen og Åpromenaden med fortælling
18.30	Middagsbuffet i spisesalen
19.30 - 21.15	Højskoleaften med aktivitet/workshop/foredrag
	Aftenkaffe og hygge i opholdsstuen
Onsdag	
07.45 - 08.55	Morgenmad i spisesalen
09.00 - 10.00	Morgensamling i foredragssalen
10.00	Formiddagspause, hvor der serveres kaffe/te/vand
10.30 - 12.00	Foredrag i foredragssalen

12.00	Frokostbuffet i spisesalen
13.00 - 17.30	Halvdagsudflugt til det det helt nye museum Wibergis og Viborg Domkirke, hvor vi skal opleve både byens historie, kunst og kulturarv.
18.30	Middagsbuffet i spisesalen
19.30 - 21.30	Højskoleaften med aktivitet/workshop/foredrag Aftenkaffe og hygge i opholdsstuen

Torsdag

06.00 - 07.30	Fri morgensvømning i svømmehallen
07.15 - 08.25	Morgenbuffet i spisesalen
08.30 - 09.30	Morgensamling og morgensang Formiddagspause, hvor der serveres kaffe/te/vand
09.45 - 11.45	Arbejde i værkstedet: Kokedama
12.00	Frokost
13.30 - 15.30	Arbejde i værkstedet: Shibori
15.30 - 16.00	Kaffepause
16.00 - 17.30	Åbent værksted: Shibori
18.30	Middagsbuffet i spisesalen
19.30 - 21.30	Ugens foredrag. Hele sæsonen kommer der hver torsdag ny foredragsholder eller højskoleaftenaktivitet Kaffe og hygge i opholdsstuen

Fredag

06.00 - 07.30	Fri morgensvømning i svømmehallen
07.15 - 08.25	Morgenbuffet i spisesalen
08.30 - 09.30	Morgensamling og morgensang Formiddagspause, hvor der serveres kaffe/te/vand
09.45 - 11.45	Vi brænder Raku i gården
12.00	Frokost
13.30 - 15.30	Arbejde i værkstedet - færdiggørelse af projekter og rengøring
15.30 - 16.00	Kaffepause
16.00 - 17.00	Klargøring af udstilling og evaluering
17.30	Fernisering
18.30	Afslutningsmiddag i spisesalen Hygge, samvær og underholdende indslag i opholdsstuen

Lørdag

07.45 - 08.45	Morgenmad i spisesalen
08.45 - 09.00	Kort samling og farvel til medkursister
09.05	Busafgang til tog, så man kan nå togafgang ca. kl. 9.30 fra Bjerringbro station

Velkommen til et oplevelsesrigt kursus på Nørgaards Højskole med højskoleliv, sang, inspiration og hyggeligt samvær.

Med venlig hilsen
Nørgaards Højskole

Ret til ændringer i programmet forbeholdes

JAPANSK HÅNDVÆRK

På dette kursus bliver du introduceret til fem former for håndarbejde, som alle er oppe i tiden: Shibori, Kurinuki, Kokedama, Gyotaku og Sashiko.

Japan har altid haft en lang og stærk tradition for kunsthåndværk, som er kendetegnet ved høj kvalitet og godt håndværk. Selv i dag er japansk design, håndværk og æstetik eftertragtet verden over, og det er derfor ikke så underligt, at mange bliver draget mod kulturen.

På Nørgaards højskole går vi på opdagelse i det japanske håndværk. Vi arbejder med eksisterende materialer, tekstiler og genstande og giver dem nyt liv. Det er moderne og helt nødvendigt at genbruge og forlænge levetiden på de ting, vi omgiver os med. Her får du mulighed for at afprøve fem forskellige teknikker. Du bliver ikke ekspert, men du får lejlighed til at snuse til teknikkerne.

KURINUKI er en særlig teknik, som i Japan har været anvendt i århundreder inden for keramik og skulptur. Ordet betyder "at grave ud" og det beskriver teknikken, hvor et emne formes ved at fjerne materiale fra en klump af ler. I Japan har kurinuki-teknikken været anvendt til at skabe alt fra te-skåle og vaser til skulpturer og figurer. I dag er teknikken udbredt i mange lande og er fortsat en populær teknik blandt keramikere og skulptører.



SHIBORI er en japansk indfarvningsteknik, som har været kendt i Japan i mere end 800 år og blandt andet har været brugt til kimonoer. Det er en form for vikle-batik, hvor man ved hjælp af forskellige teknikker, binder, folder, syr eller vikler stoffet med snor, inden det dyppes i farvebade. På den måde reserveres bestemte områder af stoffet hvidt, mens andre modtager farven og derved dannes mønstrene.

KOKEDAMA er en japansk plantekunst, hvor plantens rødder pakkes ind i en kugle af jord, som dækkes med levende mos og holdes sammen med snor eller ståltråd. Teknikken stammer fra 1600-tallets Japan og har rødder i bonsai-traditionen, men den er enklere og mere organisk i udtryk og pleje.



GYOTAKU er den traditionelle japanske metode til trykning af fisk, en praksis, der går tilbage til midten af 1800-tallet. Denne form for naturtryk blev brugt af fiskere til at registrere deres fangster, men er også blevet en egen kunstform.

SASHIKO betyder små sting på japansk og er det samme som almindelige forsting, altså den mest enkle form for op og ned håndsyning. Oprindeligt blev teknikken brugt til at reparere tøj ved at sy små lapper på de hullede steder, eller ved at sy flere lag stoffer sammen til et kraftigere materiale.
Traditionel sashiko er syet med hvid bomuldstråd på indigofarvet blå bomuld, og mønstrene er ofte geometriske. Historien om sashiko og de japanske bønder er, at de reparerede deres kimonoer så mange gange, at der til sidst ikke var forskel på stof og lapper.

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 programfastsatte 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, yogastue og sauna
- fri adgang til svømmehal med 25 mtr. bassin og varmtvandsbassin (ca. 34^0 C) i off. åbningstid (lukket uge 28-30)
- hyggelige opholdsstuer med kabel-tv
- bibliotek og læsestue med diverse dagblade
- trådløst internet på hele skolen
- multitårn til klatring, rappelling, gynge m.m.
- pejsestue med åben pejs
- multisal til bevægelse, dans, musik og konference
- digital biograf med 24 sæder
- kreative værksteder: maleri, keramik og metal
- foredragssal, lydstudie
- grønne områder med bænke og borde til hygge
- 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
- 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 vegataret 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/opholdstue, 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.

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.

VELKOMMEN

Nørgaards Højskole



Følg Nørgaards Højskole på de sociale medier:

facebook.com/www.nrgaard.dk/

instagram.com/nrgaards

Titel	Tidspunkt	Uge	Pris
Japansk håndværk	07.02 - 13.02	6	5.795
Japansk håndværk	14.03 - 20.03	11	5.795
Japansk håndværk	27.06 - 03.07	26	5.795
Japansk håndværk	19.09 - 25.09	38	5.795
Japansk håndværk	21.11 - 27.11	47	5.795
Øvrige kurser på NH			
Keramik og højskol	08.08 - 14.08	32	5.950
Patchwork og højskole	05.09 - 11.09	36	5.795
Wellness og højskole	26.09 - 02.10	39	5.895

Alle kursuspriser 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