

# Solbjerg Aftenskole



Program for vinteren 2011

# Velkommen til Solbjerg Aftenskole

Det er mig en fornøjelse af præsentere skolens 2011 vinter- og forårsprogram. I år har aftenskolen valgt at reducere priserne på kurserne og fastholde et bredt sortiment af kurser, så udbuddet er repræsentativt for byens borgere. Der vil endvidere være anført, såvel den ordinære pris samt prisen for pensionister. Der tilbydes kurser med forskelligt sigte og i forhold til forskellige aldersgrupper og interesser. Vi fastholder, at tilbyde kurser indenfor 5 overordnede rammer, krop & livsstil, hobby & mad, sprog og kultur, samfund og børn & forældre.

Det er mit klare mål, at et aftenskolekursus skal bibringe deltagerne noget væsentligt. Derfor må man gerne være ambitiøs i udbuddet. Jeg håber I vil tage godt imod skolens tilbud og være med til at sikre Solbjerg Aftenskolens fortsatte eksistens.

Tilmelding til kurserne skal ske senest 14 dage før anført kursusstart, men jeg vil gerne opfordre til, at det sker hurtigere, hvis det er jer muligt. Jeg vil i den forbindelse fremhæve, at man har mulighed for tilmelde sig via hjemmesiden. **WWW.SOLBJERGAFTEMSKOLE.DK**. Da kurserne har et minimums deltagerantal, er det vigtigt for at gennemføre kurset, at vi hurtigt kan få et overblik over, hvilke kurser der gennemføres. Man vil endvidere kunne tilmelde med blanket eller via telefon.

**NB. Husk at angive eller oplyse navn og telefonnummer ved tilmelding.**

God fornøjelse med læsningen af programmet og på gensyn.

**Aftenskoleleder Leif Rye Hauerslev**  
**E-mail: Solbjergaftenskole@gmail.com**  
**Tlf: 2577 9284**

# Udbud vinter 2011

<b>A: Krop &amp; Livsstil</b>	<b>B: Hobby &amp; Mad</b>	<b>C: Sprog &amp; Kultur</b>
<p>1: Yoga Start: 10/1 Tid: 9.15-10.45</p> <p>2: Yoga Start: 10/1 Tid: 11.00-12.30</p> <p>3: Morgen gymnastik Start: 28/1 Kl. 7-8</p>	<p>1: Glasfusing Start: 25/1 Kl. 18.30-21.00</p> <p>2: Tur til Dronningens Have Start: 15/4 Kl. 12.50-17</p> <p>3: Byvandring Århus Start: 13/5 Kl. 12.50-17</p> <p>4: Gl. Estrup Herregård Start: 17/6 Kl. 10-17</p>	<p>1: Engelsk kultur og sprog Start: 9/2 Kl. 10-12</p> <p>4: Italiensk kultur og sprog Start: 4/2 Kl. 10-12</p> <p>5: Tysk kultur og sprog Start: 3/2 Kl. 10-12</p> <p>6: Litteraturkreds Start: 16/2 Kl. 14-16</p>
<b>D: Samfund &amp; Økonomi</b>	<b>E: Børn &amp; Forældre</b>	
<p>1: Filosofi Verdens store tænkere Start: 9/2 Kl. 17-19</p> <p>2: Historie Italien Start: 10/1 Kl. 9.00-11.30</p> <p>3: Psykologi Sundhed og sygdom Start: 1/2 Kl. 14-16</p>	<p>1: Mit barns sociale, sproglige og motoriske udvikling 0-6 år. Start: 17/3 Kl. 19-21</p>	

## Krop & Livsstil

### Yoga 1 (A1)

Kom i form med yoga og åndedrætsøvelser. Yoga giver balance i krop og sjæl, øger kropsbevidsthed, smidighed og styrke. Forbedrer åndedrættet og koncentrationsevnen. Medbring måtte til underlag og tæppe til afslapning.

Kurset er på 26 timer.

Yoga 1 mandage kl. 9.15-10.45

Sted: Solbjerg Fritidscenter. Lokale 2

Start: 10/1-2011 - Pris: 750 / 550

Underviser: Birgitte E. Schmidt. 8629 8402

### Yoga 2 (A2)

Kom i form med yoga og åndedrætsøvelser. Yoga giver balance i krop og sjæl, øger kropsbevidsthed, smidighed og styrke. Forbedrer åndedrættet og koncentrationsevnen. Medbring måtte til underlag og tæppe til afslapning.

Kurset er på 26 timer

Yoga 2 mandage 1100-1230

Sted: Solbjerg Fritidscenter. Lokale 2

Start: 10/1-2011 - Pris: 750 / 550

Underviser: Birgitte E. Schmidt. 8629 8402

### Morgen motion (A3)

Første halvdel af timen vil bestå af pilates øvelser hvor kroppen varmes op, strækkes igennem og holdningskorrigeres. Anden halvdel af timen vil være Zumba, hvor fedtforbrændingen sættes igang og hjertekredsløb trænes. Zumba delen vil være Zumba for begyndere, så alle kan være med, om trinene er korrekte er ikke det vigtigste, det vigtigste er at følge rytmen i musikken og glæden ved at bevæge kroppen.

Kurset er på 15 timer - Sted: Gymnastiksalen Solbjerg skolen

Start: 28/1-2011

Pris: 450 / 350

Underviser: Pilates underviser og certificeret Zumba Instruktør Kamma Schmidt  
[www.junibakken7.dk](http://www.junibakken7.dk)

Underviser: Sundhedskonsulent Kamma Schmidt 2829 5320

## Hobby og fritid

### Glasfusing - ovnformet glas (B1)

Udfold din kreativitet indenfor koldglas...en udtømmelig kilde til kunstnerisk udfordring! Alle kan være med, både nybegyndere og dem, der tidligere har arbejdet med glas. Du får hurtigt lært håndtering af glas, værktøj og forskellige

teknikker, gennem enkle skæreøvelser - og kan allerede ved første mødegang nå at fremstille egen unik glaskunst! Som hjemmeopgave før kursusstart, vil jeg foreslå interesserede at gå på nettet og browse lidt rundt for at søge inspiration og idéer. Udgifter til materialer må påregnes.

Kurset er på 30 timer

Start: 25/1-2011 kl. 18.30-21.00. + følgende tirsdage. Pris 1250.

NB. Kun plads til 8 deltager.

Sted: Baghusateljéret, Skanderborgvej 166, 8260 Viby J

Underviser Rebekka Kofoed [www.baghusateljéret.dk](http://www.baghusateljéret.dk)

### **Guided tur til Dronningens Have Marselisborg Slot (B2)**

15. april Besøg dronningens have på Marselisborg Slot og få indblik i de udstillede skulpturer. Vi tager bus 202 kl. 12.52 og er tilbage i Solbjerg kl. 17.

Pris: 150 (Transport mm. er for egen regning)

Guide: Lic.Phil. Maja Høeg

### **Guided byvandring i Århus og besøg på kvindemuseet (B3)**

13. maj Kvindernes og Hack Kampmanns Århus omkring år 1900. Byvandring og besøg på Kvindemuseet.

Vi tager bus 202 kl. 12.52 og er tilbage i Solbjerg kl. 17. Pris: 150 kr.

(Transport m.m. er for egen regning) Guide: Lic.Phil. Maja Høeg

### **Guided tur til Gammel Estrup (B4)**

17. juni Heldagsudflugt til Gl. Estrup på Djursland: Landbrugsmuseet, landbrugsbotanisk have og Herregårdsmuseet.

Bus fra Solbjerg Fritidcenter kl. 10. Retur kl. 17.00.

Pris: 400 incl. transport

## **Sprog & kultur**

### **Engelsk kultur og sprog til kufferten (C1)**

Kurset er for dig, der gerne vil kunne begå dig på engelsk, når du rejser ud i verden. Kurset vil ligeledes have fokus på engelske traditioner og kultur. Du vil således kunne begå dig såvel i engelsktalende lande med indsigt i eks. amerikansk, australsk eller engelske traditioner, kulturer og seværdigheder, ligesom du vil være klædt godt på til ferierejsen uanset, hvor den går hen.

Pak kufferten og bliv rejseklar.

Kurset er på 20 timer

Start: 9/2-2011 kl. 10-12 + følgende onsdage

Sted: Solbjerg Fritidscenter. Lokale 2

Pris: 600 / 450

Underviser: Lic.Phil. Maja Høgh. Telefon 8692 7671

### **Tysk kultur og sprog til kufferten (C2)"**

Pak din sproglige kuffert til næste rejse til Østrig, Tyskland eller Schweiz. Vi ser bl.a. på spisekort, kulturelle forskelle og hører om Asta Nielsens Berlin. Hvis du planlægger en tur, og mangler det fornødne minimale ordforråd, er du rigtig på dette mini-kursus.

"Kurset er på 20 timer - Start: 3/2-2011 kl. 10-12 og følgende torsdage

Sted: Solbjerg Fritidscenter. Lokale 2 - Pris: 600 /450

Underviser: Lic.Phil. Maja Høgh. Telefon 8692 7671

### **Italiensk kultur og sprog til kufferten (C3)**

Er du interesseret i italiensk sprog og kultur? Så er dette kursus lige noget for dig! Kurset introducerer begyndere til det italienske sprog og den italienske kultur på et niveau, hvor alle kan være med, og du vil efterfølgende være klædt på til at kunne klare de mest almindelige ting på din rejse til Italien.

Kurset er på 20 timer.

Start: 4/2-2011 kl. 10-12 og følgende fredage

Sted: Solbjerg Fritidscenter lokale 2 - Pris: 600 / 450

Underviser: Giorgia Gualdi, telefon: 5039 6618

### **Litteraturkreds (C4)**

Karen Christense Blixen ( f. Dinesen) 1885 - 1962. Forfatterinden Karen Blixen er vel mest kendt for sin filmatiserede roman "Den afrikanske farm" ( 1937 )

Men som historiefortæller har hun skrevet et utal af spændende "eventyr", og det er nogle af disse, vi vil beskæftige os med i foråret. Hun fik aldrig "Nobelprisen", hvilket hun efter mange litteraters og forfatterkollegaers mening skulle have haft.

Kurset er på 12 timer - Start: 16/2 kl. 14-16 og følgende onsdage

Sted Solbjerg Fritidscenter lokale 2 - Pris: 450 /350

Underviser: Lillian Hartmann

## **Samfund & økonomi**

### **Verdens store tænkere (D1)**

Hvem var Sokrates? Hvad tænkte Friedrich Nietzsche? Hvordan har filosofien udviklet sig op til vore dage? Målet med kurset er at give deltagerne mulighed for at stifte bekendtskab med en række af de store tænkere i den vestlige verden - fra Antikken op til moderne tid. Vi vil veksle mellem læsning og diskussion af tekstuddrag og mere traditionel undervisning.

Kurset er på 16 timer - Start: 9/2-2011 kl. 17-19 + følgende 8 mandage.

Sted: Solbjerg fritidscenter. Lokale 2. Pris: 550 / 500.

Underviser: Cand.mag. Idéhistorie og samfundsfag, Niels Baj Rye. 2838 4804

## **Psykologi, Sundhed og Sygdom (D2)**

Fokus er at øge livskvaliteten. Du bliver udfordret til at aflede psykologiske og praktiske strategier i forbindelse med sundhed og sygdom. Vi diskuterer bl.a. bivirkninger, behandlingsmetoder og afhængighed. Der sættes ord på angst og depression. Alvorlige sygdomme som cancer, diabetes og alzheimer beskrives i korte oplæg. Du kan deltage, hvis du er ældre eller pårørende. Kurset er på 24 timer - Start: 1/2-2011 kl. 14-16 + følgende tirsdage.

Sted: Solbjerg fritidscenter - Pris: 750 / 550.

Underviser Lic.phil. Maja Høgh, Telefon: 8692 7671

## **Italien fra Dante til Berlusconi (D3)**

Italien er en ældgammel kulturnation. Dante Alighieri skrev med sin "Guddommelige Komedie" det første større digterværk på italiensk omkring 1300. Mange af de lokale herskere i renæssancens Italien støttede store kunstnere som Botticelli, Rafael, Leonardo da Vinci og Michelangelo.

Modreformationen gjorde det af med den kulturelle tolerance, og det ramte banebrydende forskere som Giordano Bruno og Galilei. Garibaldi forenede endeligt Italien i 1861. Efter 1. verdenskrig tog fascistene Benito Mussolini magten og førte Italien ind i 2. verdenskrig på Hitlers side. I efterkrigstiden blev Italien en industriel og kulturel sværvægter. Imens infiltrerede mafiaen det politiske liv. Silvio Berlusconi er sidste skud på stammen, som nu forsøger at gøre Italien til sit eget reality-show.

Kurset er på 25 timer - Start: 10/1-2011 kl. 9.00-11.30 + følgende mandage

Sted: Sportscafeen ved Solbjerg svømmehal - Pris: 700 / 500 Underviser:

Cand.mag. Kai Otto v. Barner. 31333913

## **Børn & forældre**

### **Hvordan støtter jeg mit barns sociale, sproglige og motoriske udvikling Børn 0-6 år (E1)3**

Overskrifter, som alle børn vil være afhængige af, i forsøget på at skabe relationer. Hvad gør vi i børnehaven og vuggestuen for at styrke børnene Socialt, sprogligt og motorisk. Og hvad er det lige der gør, at lige netop disse overskrifter er vigtige for børnenes fremtidige evner til at skabe relationer. Jeg vil gerne give mit bud på vigtigheden af, at forældre og institution lægger vægt på de samme værdier og støtter hinanden i den fælles opgave. Overordnet vil jeg prøve at give mit bud på, hvordan vi i fællesskab kan løse opgaven og ikke mindst hvordan.

Kurset er på 6 timer

Start: 17/3 + følgende 2 torsdage

Sted: Den integrerede institution Spiren, Solbjerg. Kl. 19-21 - Pris: 200

Underviser: Daginstitutionsleder Jimmy Pedersen

# Solbjerg Aftenskole er Solbjergegnens egen aftenskole

Skolen er oprettet den 1. april 1970 af Solbjerg Fællesråd, og drives således af egnens beboere i fællesskab.

Den daglige drift varetages af aftenskolelederen i samråd med aftenskolens bestyrelse.

Alle kurser er oprettet i henhold til Folkeoplysningsloven.

## Solbjerg Aftenskole

byder både nye og gamle elever velkommen til vinter-sæsonen 2011 med både nye og mere prøvede fag. Vi håber, at der blandt tilbuddene er ét, der vil tiltale netop dig.

Brug din medindflydelse, hvis du har en god idé til et nyt kursus, et foredrag, eller du har forslag til ændringer.

Brug din medindflydelse, hvis du kan et fag/har viden om nogle teoretiske, praktiske, kreative, sproglige eller musiske færdigheder, som andre kan få glæde af at lære, og du selv har lyst til at undervise.

Aftenskolen vil gerne i kontakt med nye undervisere.

**Formand for aftenskolen:**

**Finn Krogslund Jensen, tlf. 86 92 75 31**

**E-mail: krogslund@jensen.mail.dk**

## Tilskud

Der ydes tilskud til arbejdsledige, pensionister, efterlønsmodtagere, handicappede og øvrige (60-65 årige uden arbejds-indtægt) studerende og lærlinge.

**OBS! Der ydes kun tilskud til deltagere, der er bosat i Århus Kommune.**

Ved tilmelding skal arbejdsledige aflevere en gul blanket, attesteret af Arbejdsformidlingen inden for den sidste måned. Blanketten fås på Arbejdsformidlingen.

Pensionister og efterlønsmodtagere skal som dokumentation fremvise sidste udbetalingsstalon.

Studerende skal fremvise gyldigt studie kort og lærlinge medbringer lærlingebrev.

Prisen bag stregen er for pensionister, efterlønsmodtagere, ledige, studerende og lærlinge. Dokumentation skal fremvises.

Eks. 600/400 kr.

## Tilmelding til aftenskolen

Tilmelding kan ske på følgende måder:

1. På [www.solbjergaftenskole.dk](http://www.solbjergaftenskole.dk)
2. Indsend nedstående tilmeldingblanket i kuvert nu.
- 3: Tilmeld dig aftenskolen hos aftenskoleleder Leif Rye Hauerslev.  
E-mail: [Solbjergaftenskole@gmail.com](mailto:Solbjergaftenskole@gmail.com)  
Tlf: 2577 9284

På grund af tilskudsordningen skal cpr.-nummer oplyses af deltagere, som IKKE er bosat i Århus Kommune. Deltagere bosat i Århus Kommune oplyser fødselsdato.

Tilmeld dig venligst inden kursusstart, af hensyn til underviserens kursusplanlægning.

**HUSK: Betaling for kurserne sker den første mødeaften til aftenskolelederen**

## Tilmeldingsblanket (blanketten sendes i kuvert)

**Jeg tilmelder mig herved SOLBJERG AFTENSKOLE**

**Aftenskoleleder Leif Rye Hauerslev, Solbjerg Hedevej 109 - 8355 Solbjerg**

i fag: \_\_\_\_\_ Hold nr. \_\_\_\_\_

i fag: \_\_\_\_\_ Hold nr. \_\_\_\_\_

Cpr.-nr./fødselsdato: \_\_\_\_\_

Navn: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Mail: \_\_\_\_\_

Post-nr. og by \_\_\_\_\_

Tlf. nr. \_\_\_\_\_