

VELKOMMEN TIL EVENTYRØEN OLYMPEN 2026



KOM MED PÅ ET EVENTYRLIGT FAMILIEKURSUS PÅ MORS

Tag hele familien med til en uge fyldt med oplevelser, fællesskab og fantasi på Højskolen Mors. I år dykker vi ned i græsk mytologi, hvor ugens workshops, aktiviteter og måltider er græsk inspireret. Naturen omkring højskolen danner rammen om kreative værksteder, leg, fordybelse og hyggelige aftener sammen.

På de næste sider finder I en oversigt over ugens workshops og aktiviteter.

Vi ses på Højskolen Mors!

HVAD KAN JEG FORVENTE?

På kursets første dag vælger I én workshop, som I følger hver formiddag hele ugen.
I kan vælge mellem: teater, musik, kunst, keramik og ud i naturen.

Hver morgen inden morgenmaden kan I vælge mellem morgenyoga eller en svømmetur i vores varmtvandsbassin.

Eftermiddagene byder på leg og fællesskab med skattejagter, dans, badning, konkurrencer og hyggelige aktiviteter. I år kan du bl.a. glæde dig til smuglerleg fra Hades til Olympen, OL-games, escaperoom og varulv for teens, lasertag, lege for alle aldre og eventyrbar for både børn og voksne.

Efter aftensmaden er der oplæg, fællessang og debat for de voksne, mens børnene deltager i aldersopdelte aktiviteter. Ugen afsluttes med en festlig dag, hvor vi deler det, vi har skabt.
Den sidste aften afslutter vi ugen med en brag af en fest.

Kursusledere:

Mette Damiri, Forstander på Højskolen Mors
Nikolai Seidelin, Forstander på Højskolen Mors

Undervisere:

Karoline Banke - udd. på Kunstakademiet i Hamborg
Anna Andersen aka Ler Kontoret: Keramiker og underviser
Joao Silva - Skuespiller, instruktør, musiker
Andrea Mark Jepsen / Marie Møgeltoft Mehl - Limfjordsteateatrets talentskole
Maja Ingemann: Udelivs underviser på Højskolen Mors
Anna Marie Madsen: Anna Marie er yogalærer og indehaver af ROOM YOGA

Samt en stor gruppe tidl. elever som hjælper hele ugen.



Kort beskrivelse af de 5 gennemgående workshops

UD I NATUREN

Vil du med ud og være aktiv i den storslåede - og temmelig eventyrlige - natur vi har omkring Højskolen Mors? Vi skal lave øvelser i, hvordan vi kan (over)leve i det fri, primitivt, men behageligt. Vi bygger, samler, samarbejder, konkurrerer, tænder bål, bader. Vi er på stranden, i skoven, på højen, i vandet, på marken, i træerne og påplænen - alt imens vi lærer om alt det, vi sammen kan gøre i naturen.



TEATER

På teaterholdet skal vi overskride grænser, finde vores indre barn, klæde os ud, improvisere, imponere, grine og ikke mindst inspirere hinanden til at slippe fantasien, tøjlerne og turde sige ja til alt det, der opstår.

Temaet for ugen er eventyr, så det bliver den røde tråd gennem øvelserne. Vi kommer bl.a. til at arbejde med improvisationsøvelser, teatersport og teaterlege.

Vi vil hver dag arbejde med små scener, som vi i fællesskab udvikler i løbet af ugen og som vil kulminere i et brag af en premiere for de andre kursister i slutningen af ugen.

KUNST

Kom med på vores eventyrfabrik!

Her producerer vi alt fra vilde kostumer, fantastiske masker, hjemmelavede eventyrfigurer af dimser og dutter og alt andet mellem himmel og jord! Underviserne, Thomas og Cecilie har baggrund i teatret og med fantasien som kompas stævner vi ud på en eventyrlig færd med kreativiteten som motor.

Thomas er illustratør og billedkunstner og Cecilie elsker Punch Needle. Så hvis man også er til at udtrykke sig med pensel, blyant eller nål, vil der være mulighed for dette. Sidst på ugen udstiller vi vores værker store som små! Vi glæder os!



KERAMIK

Har du tænkt over hvad ler er for noget og hvor det kommer fra? På keramikværkstedet skal vi arbejde med processer og undersøge, hvad leret kan. Vi skal bl.a. prøve kræfter med genbrugsler af tørt ler og male med vådt ler. Her lærer du at bruge forskelligt værktøj, men også at forme leret med hænderne.

Der er nye opgaver hver dag, og du får brug for din fantasi, når vi skal skabe nye fantastiske værker med ler.

Nogle opgaver skal vi løse i fællesskab, og andre opgaver er helt dine egne. Til slut laver vi en udstilling, så de andre kursisdeltagere kan se, hvad vi har arbejdet med.

MUSIK

Om du er ung eller gammel, nystartet musikentusiast eller kampgod på en kontrabas, ja, så er der plads til netop dig i musiklokalet. Her spiller alder ingen rolle, for musik har nemlig en helt særlig evne til at bringe os sammen på kryds og tværs. Vi skal spille i band, synge kor, lege med rytmer, prøve kræfter med sangskrivning, grine, lave fejl og føle os hammer seje, når musikken går op i en højere enhed.



KOST OG LOGI

Kursusprisen dækker kost, logi og alle aktiviteter. Vi serverer lækker buffet morgen, middag og aften samt eftermiddagsboller. Til alle måltider vil I få alt det bedste fra vores fantastiske køkken, men også udvide den gastronomiske horisont en smule med grønne og smagfulde retter. Vi har erfaring med, at selv de mest kræse børn drager hjem med en ustyrlig lyst til "blomkålsnuggets".

SPECIALKOST

Der vil altid være mulighed for en vegetarisk ret til alle måltider. Har du behov for andre hensyn såsom gluten- eller laktosefri kost, så kan vi sagtens imødekomme dette! Det er muligt at købe øl, vin og sodavand i vores bar.



VÆRELSENE

I bliver indlogeret på værelserne i vores elevhuse, hvor der er gode senge/boxmadrasser (børnene sover på vores luftmadrasser), der er lækre nyrenoverede badeværelser og tekøkken.



GENNEMGÅENDE AKTIVITETER



MORGEN-YOGA

Et tilbud til de morgenfriske om en dejlig start på dagen for både krop og sjæl. Yoga er godt for alle, både børn og voksne, de smidige og de stivbenede.

MORGENSAMLING

Morgensamling med sang og fortælling er en vigtig del af højskoleoplevelsen. Vi lægger vægt på, at alle får en god begyndelse på dagen. Hver dag møder I en dedikeret fortæller, der sørger for livsbekræftende fællessange og eventyrlige fortællinger, der kan vække genklang hos - og begejstre - både børn og voksne.

SJOV OG LEG FOR BØRN OG TEENS

Udover alle underviserne, vil der være en håndfuld frivillige tidligere elever, som kan hjælpe med alt af praktisk karakter. De tidligere elever vil tage initiativ til sociale aktiviteter for børn og unge. Det vil være lege, boldspil, brætspil, film i vores biograf og sjove konkurrencer.



TID	SØNDAG 26. JULI	MANDAG 27. JULI	TIRSDAG 28. JULI	ONSDAG 29. JULI	TORSDAG 30. JULI	FREDAG 31. JULI	LØRDAG 1. AUGUST
7.30-8.00		Yoga	Yoga	Yoga	Yoga	Yoga	
8.00-9.00		Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad
9.00-9.20		Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling
9.30-12.00		WORKSHOP Musik Kunst Teater Ud i naturen Keramik	WORKSHOP Musik Kunst Teater Ud i naturen Keramik	På tur til Fur	WORKSHOP Musik Kunst Teater Ud i naturen Keramik	WORKSHOP Musik Kunst Teater Ud i naturen Keramik	Hjemrejse
12.00-13.00		Frokost	Frokost	Frokost	Frokost	Frokost	
14.00-15.00	14.00 Ankomst - indkvartering	14.00 Folkedans	14.00-16.00 Olympiske lege	14.30 Lasertag	13.30 Workshop - vælg mellem: * Pileflet * Cirkus * Keramik * TikTok dans	14.00 Præsentation af workshops	
15.00	Eftermiddags- kaffe	15.30 Vandretur til Hanklit		16.00 Fri leg		16.00 Forberedelse til festen	
17.00	Introduktion til ugens program og valg af workshops	15.00-18.00 Varmtvands- basinnet er åbent	16.00-18.00 Varmtvands- basinnet er åbent	15.00-18.00 Varmtvands- basinnet er åbent	15.00-18.00 Varmtvands- basinnet er åbent		
18.00-19.00	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Grillaften	Aftensmad	Festmiddag	
Aften- program	Sjov og leg for børn og teenagere	19.00 Film i bio- grafen for de mindste	19.00 Film i bio- grafen for de mindste	19.00 Film i biografen +7 år	19.30 Fra Hades til Olympen - Smuglerleg for alle!	Fest og Børnediso	
		19.00-21.00 Varmtvands- basinnet er åbent	19.00-21.00 Varmtvands- basinnet er åbent	19.00-21.00 Varmtvands- basinnet er åbent	19.00-21.00 Varmtvands- basinnet er åbent		
		20.00 Varulv +10 år	Escape Room +10 år	20.00 Varulv +10 år	20.30 Fri leg		
		20.00 Samtalesalon for voksne	20.00 Højskolesang m. Nikolai Seidelin				