

Sommerens korte kurser:

I juli måned har vi fire uger med korte kurser.

Vi afholder to ugekurser, hvor højskolen er fyldt med familier og børn mellem 4 og 10 år. Vores familiekurser hedder **Flow og fordybelse** – ved skov, sø og å. Her er børn og voksne – og ofte både to og tre generationer – sammen om alle aktiviteter.

I andre to uger gennemfører vi korte versioner af vores livsstils- og trivselskurser: 14 dage med fokus på **veje til varigt vægttab**. Og parallelt hermed to ugekurser med fokus på generel **sundhed og balance**.



Højskolen Skærgården
Skærgårdvej 23
7400 Herning
Tlf: 97 12 43 90
kontoret@familiehojskolen.dk



Skolekredsen

Højskolen Skærgården



Velkommen til skolekredsen

Har du lyst til at være en del af Højskolen Skærgårdens bagland og støtte højskolens arbejde, kan du melde dig ind i vores skolekreds. På den måde er du med til at præge og styrke skolens liv og give den åndelig opbakning.

Der er ingen forpligtelser knyttet til medlemskabet, heller ikke økonomiske, udover kontingentet på 100 kr. som går til at afholde generalforsamling.

Som medlem af skolekredsen får du:

- Information om højskoleaftner og andre arrangementer på højskolen
- Rabat på alle højskolens arrangementer, typisk 35%
- E-mail med nyhedsbrev 6-8 gange årligt
- Stemmeret og valgret til højskolens bestyrelse
- Adgang til årsmødet i september

Hvem kan være medlem af skolekredsen?

Alle, som - efter endt højskoleophold - har interesse i at støtte højskolebevægelsen og Skærgården - både som højskole og lokalt kultur- og samlingssted.

Medlemsskab

Et medlemskab koster 100 kr. Du kan blive medlem på www.skærgården.dk eller ved at indbetale kontingent kontant, på 7604 - 1303215 eller via mobile pay til 30 36 43 90.

Husk navn på betalingen. Indmeldelse og betaling i 1. halvår gælder for kalenderåret. Indmeldelse efter årsmødet gælder for det følgende kalenderår.



Årsmødet

Der afholdes årsmøde med generalforsamling og frokost hvert år i september måned.

Om Højskolen Skærgården

Højskolen Skærgården laver lange kurser det meste af året. Kurserne er bygget op af seks- (eller syv-) ugers moduler, således at der er nyt optag ca. hver sytten uge. Det betyder, at foråret byder på ophold à syv, 13, 19 eller 25 ugers varighed og efteråret på seks, 13 eller 19 ugers varighed. I juli er der fire uger med sommerkurser.

Højskolen har som mål at skabe optimale rammer og læringsvilkår for forandringsprocesser. Der findes ikke én universalløsning, som passer til alle, og derfor tager al undervisning på Skærgården udgangspunkt i det enkelte menneske, og vi arbejder med alle aspekter af menneskelivet.

Vores mission er at styrke det enkelte menneske til selv at skabe forandringer i livet - både i løbet af højskoleopholdet og efter hjemkomsten.

Vi har en trivselslinje og en livsstilslinje, og de fleste elever kombinerer fag fra begge linjer. Fælles for alle på højskolen er et ønske om at skabe forandring i livet. Ofte handler det om at leve sundt, være social, komme på afstand af dagligdagen, finde sig selv, engagere sig og finde mening i tilværelsen. Med andre ord handler det altså generelt om at komme til at trives bedre.

Mange oplever højskoleopholdet som en oase, hvor man kan finde eller genfinde fornyet livsgnist, energi, glæde og vitalitet. Og højskolens unikke beliggenhed er en vigtig medspiller i forandringsprocessen: Sø og skov er både med til at klare tanker og få kroppen i gang. Her er på alle måder højt til loftet og plads til nye tanker.

