

# Tendenser i tiden for kurser og aktiviteter

## Sammen kan vi mere



LOF

*viden i bevægelse*

# Tendenser

- **Samfundsudfordringer**
  - Bæredygtighed, mental sundhed mv.
- **Fleksibilitet**
  - mødeformer og faciliteter
- **Tilgængelighed**
  - 24-7 – geografisk
- **Fællesskaber**
  - på tværs af generation – inkluderene
- **Partnerskaber – samskabelse**
- **Service**
  - Let tilgængelig - chatfunktion
- **Markedsføring**
  - De nyeste digitale muligheder
- **Det skæve og det skøre**



LOF

*viden i bevægelse*

# LOF koncepter



**SLENTRETURE**



**KUNSTRUTEN**



**BUSTURE**



**SLOTTE &  
HERREGÅRDE**

**OPLEV DANMARK**



**LOF**

*viden i bevægelse*

# LOF koncepter

## BAG OM SMAGEN

Unikke smagsoplevelser i hele landet



Temaside  
<https://bagomsmagen.dk/>



*viden i bevægelse*

# LOF koncepter



VANEBRYDERNE



# LOF koncepter

- Fokus på udvikling af unikke tilbud
- Gensidig inspiration afdelinger imellem
- Nye samarbejdsflader
- Fælles markedsføring
- Nemt for deltagerne at finde – geografisk søgefunktion
- Interessant for samarbejdspartnere





Her er en liste med forslag til emner, der kan være vigtige at sætte fokus på i forhold til bæredygtighed:

ENERGILØSNINGER I HUS OG HJEM INDEKLIMA

KLIMASIKRING – AFLEDNING AF REGNVAND

BÆREDYGTIGE MATERIALEVALG I NYBYGNING OG TILBYGNING

DET BÆREDYGTIGE SOMMERHUS OM ENERGIMÆRKNINGER

NYE GRØNNE TEKNOLOGIER BEDRE RESSOURCEUDNYTTELSE

OM MILJØVENLIGE PRODUKTER GENBRUG OG REDESIGN

EN MERE BÆREDYGTIG FORBRUGERADFÆRD

SKAB DIN EGEN BIODYNAMISKE KØKKENHAVE MED MANGE FORSKELLIGE PLANTER, GRØNTSAGER OG BLOMSTER

Temaside: <https://lof.dk/baeredygtighed/>



*viden i bevægelse*

# Madspilds aften



  
2030 Planen

Plan for madspilds-aftenen

Fællessang om madspil: Marken er mejet

**Jacob Antvorskov**  
-2030-plan og madspild

**Kim Bargsteen**  
-kan man lave madspildsaftaler med butikker

**Karina og Michael Frank Diekelmann**  
-Hvad er en madoase?  
-Hvordan laver man en i Odsherred?  
-invitation til langbords-madspildsmenu

**Deltagerne**  
-hvad er næste skridt: Hver for sig eller sammen?





## 28. sept. 2022: Bustur til affaldstårnet ARGO og DTU.

Kom med og bliv klogere på affaldssortering og nye energiformer. Vi skal på en spændende tur, hvor vi sætter fokus på affaldshåndtering i ARGOs energitårn i Roskilde og hører om Power-to-X på DTU.

Vi starter med morgenbrød og kaffe i Gadstrup Sognegård, imens vi får et oplæg af Trine Thingsgaard, der er læringskonsulent i ARGO. Trine vil fortælle om ARGO, affaldshierarkiet og cirkulær økonomi. Bagefter besøger vi Gadstrup Mo... [Se mere](#)



Planet Earth First

Bliv klogere på dig selv og på verden omkring os på din lokale aftenskole

## BÆREDYGTIGHED I AFTENSKOLEN

Fællesskaberne og de folkeoplysende aktiviteter i LOF's aftenskoler kan i høj grad inspirere mennesker til at leve mere bæredygtigt. Ikke mindst når vi arbejder sammen med andre, fx kommuner, private virksomheder, andre organisationer eller grupper af engagerede borgere i lokalsamfundet.

Vi har i generationer arbejdet sammen med lokale kræfter om at skabe nye løsninger på samtidens udfordringer. Det er det, vi er sat i verden for - og det bliver vi ved med.

**Kontakt din lokale aftenskole for et stærkt samarbejde**

LOF Vestfyn [lof.dk/veftfyn](http://lof.dk/veftfyn) | LOF Faaborg-Midtfyn [lof.dk/faaborgmidtfyn](http://lof.dk/faaborgmidtfyn)  
 LOF Østfyn [lof.dk/ostfyn](http://lof.dk/ostfyn) | LOF Nordfyn [lof.dk/nordfyn](http://lof.dk/nordfyn)  
 LOF Langeland [lof.dk/langeland](http://lof.dk/langeland) | LOF Sydfyn [lof.dk/sydfyn](http://lof.dk/sydfyn)

[lof.dk/baeredygtighed](http://lof.dk/baeredygtighed)

<https://lof.dk/baeredygtighed/materialer-til-lokale-aktiviteter/invitationer-og-opslag>



*viden i bevægelse*

# Vær nysgerrige på jeres lokalområde/region



## Guide: Kommunikation om bæredygtighed

Foto: Destination Fyn



viden i bevægelse



**Sundt liv i bevægelse og balance**



*viden i bevægelse*

Opstart d. 21. sep.  
i Slagelse

## QI GONG - ENERGI, RO & BALANCE

Qi Gong onsdag aften - med Jacob Jensen i Slagelse

Qi Gong er en gammel kinesisk sundhedsteknik, som foregår stående. Med rolige meditative bevægelser får du løsnet spændinger, balancen bliver bedre og energien opbygges.

**Holdopstart onsdag d. 21.09.22 kl. 17:00 - 18:15 i Østre Anlæg**

Alle kan være med, uanset køn og alder!

 [www.lof.dk/slagelse](http://www.lof.dk/slagelse)

 Tlf. 58 52 56 81



“

Gør noget aktivt, gør noget sammen og gør noget meningsfuldt – med 'ABC for mental sundhed'. Lad os sammen tage det første eller næste skridt, for mental sundhed er noget, vi giver til hinanden!

— Vibeke Koushede

Hvornår nyder  
du at lave noget  
sammen med  
andre?

Temaside: <https://psy.ku.dk/abc/>



viden i bevægelse



## Madlavningskurser



### Sund mad i hverdagen

- for dig med diabetes og dig, der vil undgå at få diabetes



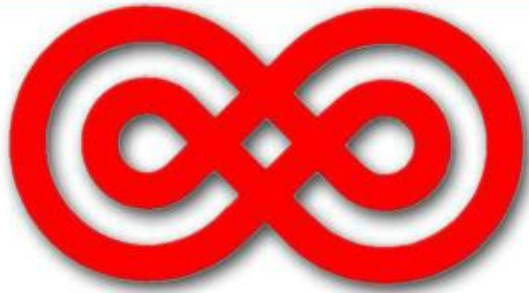
**LOF**

*viden i bevægelse*

# Højskoledage i samarbejde med patientforeninger



# Samarbejdspartnere på sundhed



Kræftens Bekæmpelse



**HJERTE  
FORENINGEN**

| **diabetes**  
foreningen |



**LOF**  
*viden i bevægelse*



# Ud i naturen



# Online højskole – Kunstruten med Peter Kær

31.10.22.: Introduktion til Zoom (valgfrit, hvis du fx har prøvet Zoom før)

07.11.22.: Holstebro Kunstmuseum

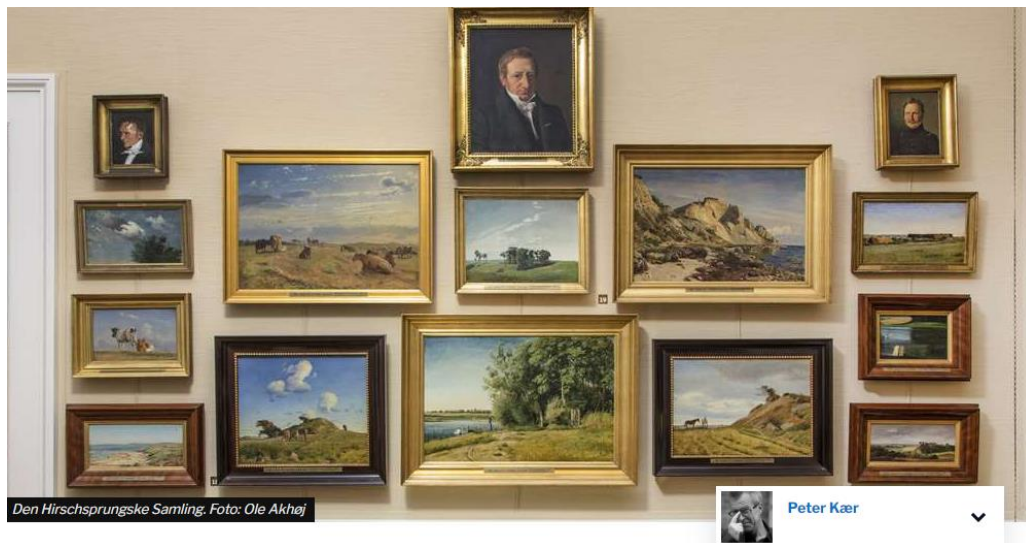
14.11.22.: Ribe Kunstmuseum

21.11.22.: Kunstmuseum Brandts, Odense

09.01.23.: AROS, Aarhus

16.01.23.: Den Hirschsprungske Samling, København

23.01.23.: ARKEN Museum for Moderne kunst, Ishøj



<https://lofkurser.dk/oplevelser-og-foredrag/hojskole-og-temaraekker/kunstruten-med-peter-kaer-online-hojskole-over-6-mandage/id/26199>



*viden i bevægelse*

# Sprogfag

## Alm. hold –intensive forløb - online



Det er super fedt!  
For ens hjerne går ikke i  
stå, når man lærer et nyt  
sprog.

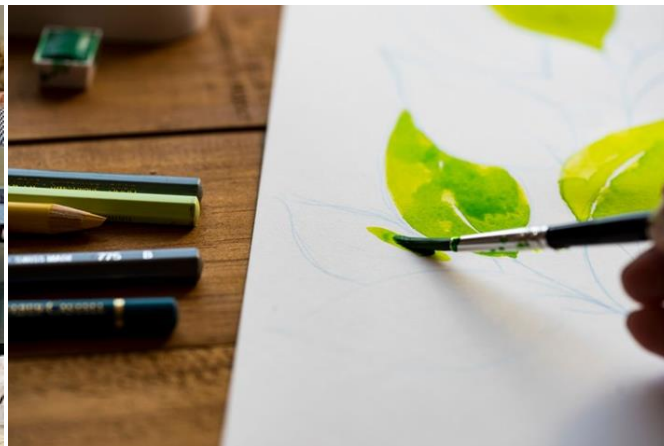
Birgitte, kursist på fransk i Hillerød



LOF

viden i bevægelse

# De kreative fag



# Kulturoplevelser



*viden i bevægelse*

# Virksomhedsbesøg kombineret med kulturoplevelser



# Foredrag- og debataktiviteter



Foredrag om Ukraine med Philip Sviatchenko

Konflikten i Ukraine – 30 års kamp for en bedre fremtid



Fra Schlüter til Støjberg med Peter Laurrup Larsen

Hvis valget er udskrevet vil det dominere aftenen.



LOF  
viden i bevægelse







# Pengene findes

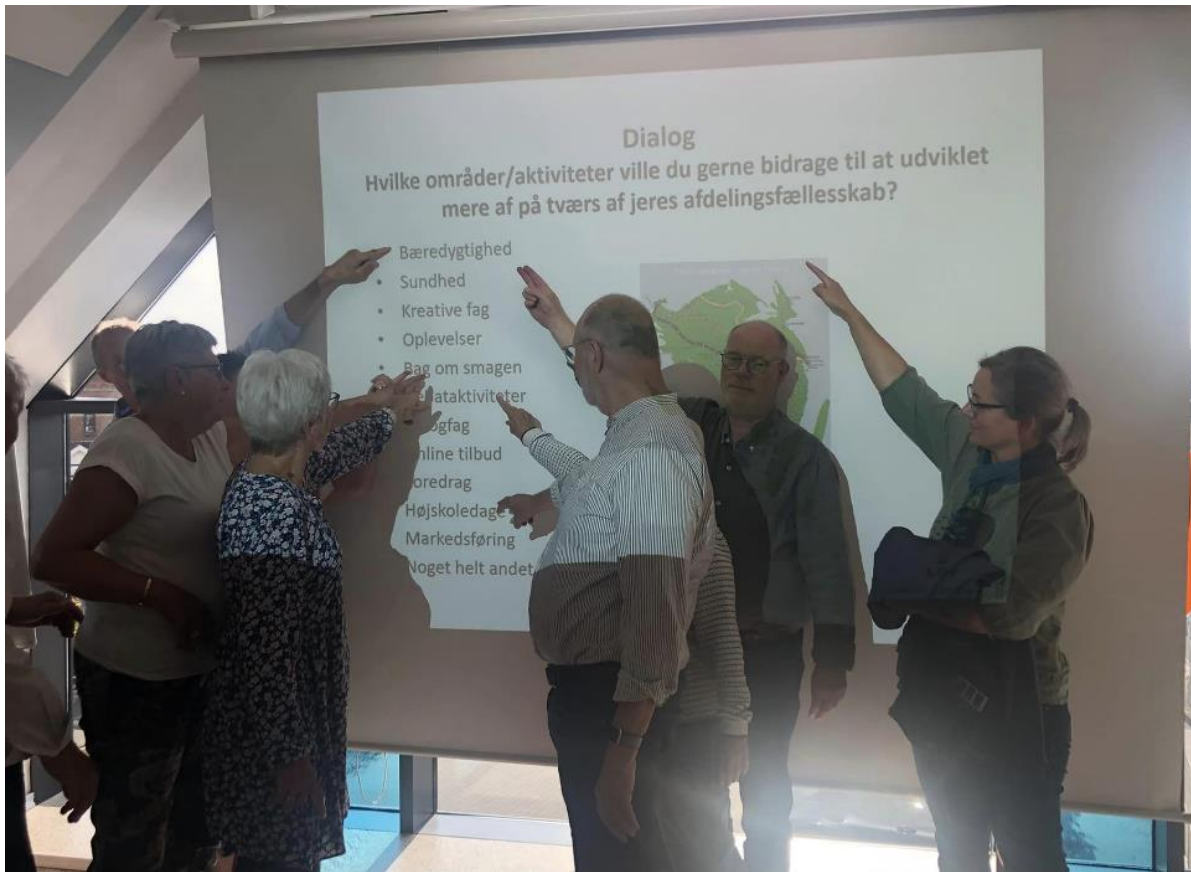
DE NYE FOLKERUM – REALDANIA  
puljemidler på 2. mio.



LOF

*viden i bevægelse*

# Involvere de gode kræfter der findes i jeres bestyrelser og i afdelingsfællesskabet



# Dialog

Hvilke områder/aktiviteter ville du gerne bidrage til at udviklet mere af i jeres lokale LOF skole og på tværs af jeres afdelingsfællesskab?

- Bæredygtighed
- Sundhed
- Kreative fag
- Oplevelser
- Bag om smagen
- Debataktiviteter
- Sprogfag
- Online tilbud
- Foredrag
- Højskoledage
- Markedsføring
- Noget helt andet.....

