



Naturoplevelser

Keramikhøjskole 5 intensive dage.

Man. 20. jul. til man. 3. aug. 2020 5 kursusdage kl. 10-14

Underviser: Clara Gewecke. Du får mulighed for at prøve kræfter med flere typer stentøjsler, porcelæn og forskellige teknikker. Kurset tager udgangspunkt i dine ideer med kyndig vejledning fra underviseren. 20.7 - 23.7 og 3.8. Hold: 264178.
Pris: 1295 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Sommerhøjskole den 10.8 - 14.8.20.

Man. 10. til fre. 14. aug. 2020 5 kursusdage kl. 09.30-14

Underviser: Jette Hjulmand. Sommerhøjskole den 10.8 - 14.8.20 med Jette Hjulmand og Troels Rimi Andersen. Sund, stærk, sjov og sanselig uge. 5 dage med yoga og gotvedgymnastik.
Pris: 1595 kr.

Sted: Mantziusgården, Johan Mantziusvej 7, Birkerød.

Københavns nye Bymuseum.

Tor. 13. aug. 2020 kl. 17-17.45

Underviser: Intern rundviser. Oplev Københavns nye Museum med guiden Lars Hermann. Københavns nye Museum genåbnede i februar efter en længere flytteperiode fra Vesterbrogade til Stormgade.
Pris: 195 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

Intensivt akryl- olieportræt august.

Man. 17. til fre. 28. aug. 2020 10 kursusdage kl. 10-14

Underviser: Mable Rose. Lær kunsten at skabe udtryksfulde og personlige portrætter. Du bliver fortrolig med både de grundlæggende klassiske- og moderne olieteknikker, som knytter sig til de stilistiske traditioner.
Pris: 3995 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Københavns historie fra søsiden.

Ons. 26. aug. 2020 kl. 17-19

Underviser: Allan Mylius Thomsen. Allan guider os i en af kanalrundfartens både gennem de mange års byudvikling set fra vandsiden.
Pris: 195 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

Pigerne på Sprogø.

Ons. 26. aug. 2020 kl. 19.30-21.30

Underviser: Carsten Egø Nielsen. Historiker Carsten Egø Nielsen fortæller den virkelige historie om kvindehjemmet på Sprogø og nogle af skæbnerne på hjemmet. Anstalten blev oprettet i 1923 som internat for åndsvage og seksuelt løstgængende kvinder.
Pris: 100 kr.

Sted: Konventum Conferencecenter, Erling Jensens Vej 1, Helsingør.

Pisserenden.

Fre. 28. aug. 2020 kl. 17-20

Underviser: Allan Mylius Thomsen. Inde midt i det gamle København ligger det såkaldte Pisserende-kvarter. Det var gennem århundreder et ydmygt kvarter for hæderlige arbejdsfolk, der boede i de fattige boliger op til byvolden.
Pris: 295 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

Fæstningen der blev til haver.

Lør. 29. aug. 2020 kl. 11-14

Underviser: Allan Mylius Thomsen. Byhistorikeren og forfatteren Allan Mylius Thomsen fører os igennem de grønne parker, fortæller om voldenes historie, og om baggrunden for deres nuværende udseende. Inkl. frokost.
Pris: 295 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

Synagogen i København.

Tir. 1. sep. 2020 kl. 17-18.30

Underviser: Lars Hermann. Ordet synagoge er græsk og betyder forsamlingshus. Synagogen er såvel en religiøs som en social institution og har gudstjeneste tre gange om dagen.
Pris: 165 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

Lær fuglene at kende.

Tir. 1. sep. til tir. 24. nov. 2020 10 kursusdage kl. 19-20.50

Underviser: Bjarne Bo Jensen. Efteråret byder på spændende fugleoplevelser. Det er højsæsonen for det spektakulære efterårstræk, hvor specielt rovfuglene kan give opvisninger i imponerende antal.
Pris: 1165 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

Spansk A1-3.

Tir. 1. sep. til tir. 15. dec. 2020 15 kursusdage kl. 10-11.40

Underviser: Albena Radeva. Dette kursus er startet i efteråret 2018 som kursus for nybegyndere. Vi arbejder med bogen "Aula internacional 1- nueva edición" (niveau A1) ISBN: 978-84-15640-09-7 og er nået midt i bogen.
Pris: 1415 kr.

Sted: Satellitten, Bymidten 46, Værløse.

Spansk A1-2.

Tir. 1. sep. til tir. 15. dec. 2020 15 kursusdage kl. 11.50-13.30

Underviser: Albena Radeva. Du er ikke helt begynder, men har haft spansk på begynder niveau i 1 sæson. Vi øver udtale, gloser og sætningsopbygning. Der må forventes udgifter til materialer. Kontakt gerne underviseren for mere information.
Pris: 1415 kr.

Sted: Satellitten, Bymidten 46, Værløse.



Naturoplevelser

Spansk A1-1.

Tir. 1. sep. til tir. 15. dec. 2020 15 kursusdage kl. 19.30-21.10

Underviser: Alben Radeva. Spansk for absolut begyndere. Vi øver udtale, gloser og sætningsopbygning. Der må forventes udgifter til materialer. Kontakt gerne underviseren for mere information. Hold: 255102.

Pris: 1415 kr.

Sted: Satellitten, Bymidten 46, Værløse.

Grafik.

Tir. 1. sep. 2020 til tir. 12. jan. 2021 18 kursusdage kl. 09.30-15

Underviser: Charlotte Grangaard Jensen. Nye deltagere bedes kontakte AOF eller underviseren inden tilmelding. Du får en grundig introduktion til håndværket på et professionelt udstyret værksted. Kurset er for både begyndere og øvede. Få ledige pladser.

Pris: 5495 kr.

Sted: Grafisk Værksted, Havarthigården, Havarthivej 6, Holte.

Bevægelses og afspænding.

Tir. 1. sep. 2020 til tir. 19. jan. 2021 19 kursusdage kl. 09.15-10.45

Underviser: Bettina Østerby. Bliv glad, styrket, udspændt og afspændt! Vi arbejder forebyggende og fokuserer på opmærksomhed i bevægelsen.

Undervisningen giver dig sved på panden og øger din kropsbevidsthed.

Pris: 1740 kr.

Sted: Farum Kulturhus, Stavsholtvej 3, Farum.

Ballet og bevægelse - øvede.

Tir. 1. sep. 2020 til tir. 19. jan. 2021 19 kursusdage kl. 19-20.30

Underviser: Nana Karapetyan. Har du altid drømt om at danse ballet? Drømt om de lange, feminine og smidige muskler og den flotte, ranke kropsholdning, som man får af denne yndefulde dans? Nu har du chancen.

Pris: 2085 kr.

Sted: AOF i Nærum, Nærumvænge 2, Nærum.

Italiensk A1-2.

Tir. 1. sep. 2020 til tir. 9. mar. 2021 25 kursusdage kl. 09.15-10.55

Underviser: Fabrizia Forieri. Dukan klare dig i nogle hverdagsituationer og kender til italiensk basisgrammatik. Nu får du et mere aktivt ordforråd, som du kan bruge på dine rejser sydpå.

Pris: 2205 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Italiensk A2-1.

Tir. 1. sep. 2020 til tir. 9. mar. 2021 25 kursusdage kl. 11.10-12.50

Underviser: Fabrizia Forieri. Du har haft Passaparola 1, eller tilsvarende materiale, og kan tale i nutid og førnutid med et aktivt ordforråd, hvor du også kan tale om dagligdagsemner.

Pris: 2205 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Akryl- og oliemaling for øvede.

Tir. 1. sep. 2020 til tir. 4. maj 2021 32 kursusdage kl. 10-13.45

Underviser: Mable Rose. Du bliver undervist i akryl- og oliemaling, farvelære, komposition og billedrum.

Pris: 5895 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Afstress yoga.

Ons. 2. sep. til ons. 28. okt. 2020 8 kursusdage kl. 17-18.15

Underviser: Helle Sanie Nielsen. Hold: 276901.

Pris: 755 kr.

Sted: Studie yoga, M.D. Madsensvej 14-16, Allerød.

Grafik.

Ons. 2. sep. 2020 til ons. 13. jan. 2021 18 kursusdage kl. 18.30-21.05

Underviser: Charlotte Grangaard Jensen. Nye deltagere bedes kontakte AOF eller underviseren inden tilmelding. Du får en grundig introduktion til håndværket på et professionelt udstyret værksted. Kurset er for både begyndere og øvede. Få ledige pladser.

Pris: 2600 kr.

Sted: Grafisk Værksted, Havarthigården, Havarthivej 6, Holte.

Akryl- og oliemaling for øvede.

Ons. 2. sep. 2020 til ons. 5. maj 2021 32 kursusdage kl. 09-12.45

Underviser: Mable Rose. Du bliver undervist i akryl- og oliemaling, farvelære, komposition og billedrum.

Pris: 5895 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Akryl- og oliemaling for øvede.

Ons. 2. sep. 2020 til ons. 5. maj 2021 32 kursusdage kl. 13-16.45

Underviser: Mable Rose. Du bliver undervist i akryl- og oliemaling, farvelære, komposition og billedrum.

Pris: 5895 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Keramik.

Tor. 3. sep. 2020 til tor. 7. jan. 2021 16 kursusdage kl. 17.50-21

Underviser: Clara Gewecke. Målet er at give deltagerne håndværkmæssig forståelse, så de formår at styrke deres individuelle udtryk.

Pris: 2740 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.



Naturoplevelser

4Joy.

Tor. 3. sep. 2020 til tor. 14. jan. 2021 17 kursusdage kl. 19.15-21.45

Underviser: Ulrich Spahn Klausen. Inden betaling bedes du kontakte Pina tlf. 21621686 for aftale om start. For nye sangere er de 2 første gange på prøve. Prisen reguleres i forhold til antal mødegange.

Pris: 995 kr.

Sted: Mantziusgården, Johan Mantziusvej 7, Birkerød.

Grafik.

Tor. 3. sep. 2020 til tor. 21. jan. 2021 18 kursusdage kl. 10-15.30

Underviser: Charlotte Grangaard Jensen. Nye deltagere bedes kontakte AOF eller underviseren inden tilmelding. Du får en grundig introduktion til håndværket på et professionelt udstyret værksted. Kurset er for både begyndere og øvede. Få ledige pladser.

Pris: 5495 kr.

Sted: Grafisk Værksted, Havarthigården, Havarthivej 6, Holte.

Ballet og bevægelse - meget øvede.

Tor. 3. sep. 2020 til tor. 28. jan. 2021 19 kursusdage kl. 18.40-20.20

Underviser: Nana Karapetyan. Har du altid drømt om at danse ballet? Drømt om de lange, feminine og smidige muskler og den flotte, ranke kropsholdning, som man får af denne yndefulde dans? Nu har du chancen.

Pris: 2085 kr.

Sted: AOF i Nærum, Nærumvænge 2, Nærum.

Italiensk A1-1.

Tor. 3. sep. 2020 til tor. 18. mar. 2021 25 kursusdage kl. 09.15-10.55

Underviser: Fabrizia Forieri. Frisk på at klare dig på ferie i Italien? Med lidt kendskab til det italienske sprog går det lettere. Du har aldrig haft italiensk før.

Pris: 2205 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Motion for senior M/K.

Tor. 3. sep. 2020 til tor. 18. mar. 2021 25 kursusdage kl. 09.55-10.40

Underviser: Birgit Eriksen. Motion for kvinder. Med fokus på kropsbevidsthed og effektiv træningslære. Der kræves ingen forudsætninger for at kunne deltage. Alle kan få glæde af undervisningen, som for en stor del foregår til musikledsagelse.

Pris: 1205 kr.

Sted: Lillerødhallerne, Banevang 7, Allerød.

Italiensk B1-1.

Tor. 3. sep. 2020 til tor. 18. mar. 2021 25 kursusdage kl. 11.10-12.50

Underviser: Fabrizia Forieri. Vi vil arbejde med litteratur og sammen læse Ilmare color del vino af Leonardo Sciascia, en samling af noveller.

Pris: 2205 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Motion for kvinder.

Tor. 3. sep. 2020 til tor. 29. apr. 2021 30 kursusdage kl. 09-09.50

Underviser: Birgit Eriksen. Motion for kvinder. Med fokus på kropsbevidsthed og effektiv træningslære. Der kræves ingen forudsætninger for at kunne deltage. Alle kan få glæde af undervisningen, som for en stor del foregår til musikledsagelse.

Pris: 1415 kr.

Sted: Lillerødhallerne, Banevang 7, Allerød.

Samsø med smag.

Fre. 4. sep. 2020 kl. 06.45-21

Underviser: Lisa Elsbøll. Samsø - øen med de mange solskinstimer og en fortælling om et samfund, der er skabt på mangeårige historiske traditioner - og som i dag har en helt unik historie at fortælle.

Pris: 995 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

Akryl og farveforståelse.

Fre. 4. sep. 2020 til fre. 15. jan. 2021 17 kursusdage kl. 10-14.15

Underviser: Carla Westphal. Lær at skabe dit indre billede og omsæt det til et udtrykfuldt maleri.

Pris: 3505 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Svampetur.

Lør. 5. sep. 2020 kl. 10-15

Underviser: Jørn Kofod. Interesserer du dig for svampe - så er muligheden her. Målet med svampeturen i skoven er at finde og lære de almindeligste svampearter at kende.

Pris: 230 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

Roskilde Kloster.

Lør. 5. sep. 2020 kl. 12-13.30

Underviser: Intern rundviser. Kom med på rundtur i det historiske kloster. Se Riddersalen, Den Røde Stue, Brahestuen og Klosterkirken.

Pris: 145 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

Roskilde Kloster.

Lør. 5. sep. 2020 kl. 12-13.30

Underviser: Intern rundviser. Kom med på rundtur i det historiske kloster. Se Riddersalen, Den Røde Stue, Brahestuen og Klosterkirken.

Pris: 145 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

AOF Seniorhøjskole mandage.

Man. 7. til man. 14. sep. 2020 2 kursusdage kl. 10-12

Underviser: Ida Riegels. 07.09 Historien om "Værløse Tårnet" og hvordan det hele startede. Mogens Houman. Mogens Houman fortæller og viser billeder om Værløse Tårnet og flyvekontrol i Danmark og Europa.

Sted: Farum Kulturhus, Stavsholtvej 3, Farum.



Naturoplevelser

AOF Seniorhøjskole mandage.

Man. 7. til man. 14. sep. 2020 2 kursusdage kl. 12.30-14.30

Underviser: Mogens Houman. 07.09 Historien om "Værløse Tårnet" og hvordan det hele startede. Mogens Houman. Mogens Houman fortæller og viser billeder om Værløse Tårnet og flyvekontrol i Danmark og Europa. Sted: Farum Kulturhus, Stavsholtvej 3, Farum.

Naturvandring.

Man. 7. sep. til man. 19. okt. 2020 6 kursusdage kl. 19-21.30

Underviser: Christian Rørdam. På naturvandringerne får du kendskab til blandt andet økologi og landskabshistorie.

Pris: 695 kr.

Sted: Mantziusgården, Johan Mantziusvej 7, Birkerød.

Guitar og folkeinstrumenter.

Man. 7. sep. til man. 16. nov. 2020 10 kursusdage kl. 10-14

Underviser: Kåre Duhn. I folkemusik bruges en bred vifte af instrumenter, og på dette hold kan vi tilbyde undervisning i: guitar/ukulele, mandolin/violin, bratsch/tenorbanjo. Lær akkorder og melodispil helt fra bunden.

Pris: 1435 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Klaver.

Man. 7. sep. til man. 16. nov. 2020 10 kursusdage kl. 10-14

Underviser: Kåre Duhn.

Pris: 1435 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Tværfløjte.

Man. 7. sep. til man. 16. nov. 2020 10 kursusdage kl. 15.30-21

Underviser: Mariane Bitran. Tværfløjten er et smukt instrument med rige muligheder både indenfor den klassiske og rytmiske musik samt folkemusikken.

Pris: 1435 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Klarinet.

Man. 7. sep. til man. 16. nov. 2020 10 kursusdage kl. 16-21

Underviser: Alice Busk. Lær at spille fra bunden. Vi begynder med enkle øvelser og melodier, lærer toner, noder og grundelementer i et roligt tempo, hvor alle kan være med og samtidig have det sjovt.

Pris: 1435 kr.

Sted: Toftevangsskolen, Teglpporten 7- 9, Birkerød.

Sang og stemmedannelse.

Man. 7. sep. til man. 21. dec. 2020 15 kursusdage kl. 16-17.50

Underviser: Anne-Marie Christiansen. Går du med en sanger i maven? Elsker du at synge og har fået lyst til at lære at bruge din stemme bedre? Har du lyst til at udforske din stemmes muligheder i sang? Så er sangundervisning noget for dig.

Pris: 1975 kr.

Sted: Stavsholtsskolen, Stavsholtvej 43, Farum.

Sang og stemmedannelse.

Man. 7. sep. til man. 21. dec. 2020 15 kursusdage kl. 18-19.50

Underviser: Anne-Marie Christiansen. Går du med en sanger i maven? Elsker du at synge og har fået lyst til at lære at bruge din stemme bedre? Har du lyst til at udforske din stemmes muligheder i sang? Så er sangundervisning noget for dig.

Pris: 1975 kr.

Sted: Stavsholtsskolen, Stavsholtvej 43, Farum.

Sang og stemmedannelse.

Man. 7. sep. til man. 21. dec. 2020 15 kursusdage kl. 20-21.50

Underviser: Anne-Marie Christiansen. Går du med en sanger i maven? Elsker du at synge og har fået lyst til at lære at bruge din stemme bedre? Har du lyst til at udforske din stemmes muligheder i sang? Så er sangundervisning noget for dig.

Pris: 1975 kr.

Sted: Stavsholtsskolen, Stavsholtvej 43, Farum.

All round maleri, tegning og forgyldning.

Man. 7. sep. 2020 til man. 11. jan. 2021 17 kursusdage kl. 09.30-13.35

Underviser: Ginny Page. Nye deltagere bedes kontakte AOF eller underviseren inden tilmelding. På dette kursus lærer du at male som de gamle mestre og at omsætte dine smukke skitse-streger til farvestrålende og udtrykfulde malerier på lærredet.

Pris: 4495 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Akryl og farveforståelse.

Man. 7. sep. 2020 til man. 18. jan. 2021 17 kursusdage kl. 10-14.15

Underviser: Carla Westphal. Lær at skabe dit indre billede og omsæt det til et udtrykfuldt maleri.

Pris: 3505 kr.

Sted: Farum Kulturhus, Stavsholtvej 3, Farum.

Mindfulness og pilates.

Man. 7. sep. 2020 til man. 1. feb. 2021 19 kursusdage kl. 17.30-18.35

Underviser: Gry Paltorp. Vi laver blide pilates øvelser med fokus på åndedrættet og meditation, og du får teknikker, der kan støtte dig i at bringe mere ro, nærvær og glæde ind i din hverdag. Der kræves ingen specielle forkundskaber.



Naturoplevelser

Pris: 1350 kr.

Sted: Institutet, Hovedgaden 26, Hørsholm.

Italiensk A1-1.

Man. 7. sep. 2020 til man. 8. mar. 2021 24 kursusdage kl. 18.45-20.25

Underviser: Nicoletta Conti. Du har aldrig haft italiensk før. Vi træner udtale og arbejder i et roligt tempo med korte dialoger, hvor du kommer i gang med at tale italiensk fra starten.

Pris: 2135 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Italiensk A1-2.

Man. 7. sep. 2020 til man. 19. apr. 2021 24 kursusdage kl. 17-18.40

Underviser: Nicoletta Conti. Du har haft lidt italiensk før og kender italienskbasisgrammatik. Vi træner sproget via samtale, rollespil og øvelser. I løbet af kurset lærer du bl.a. at reservere hotelværelse, købe ind og shoppe ved hjælp af dialoger.

Pris: 2135 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Pilates.

Man. 7. sep. 2020 til man. 3. maj 2021 30 kursusdage kl. 17-18.10

Underviser: Hanne Winther Engell.

Pris: 2015 kr.

Sted: AOF i Nærum, Nærumvænge 2, Nærum.

Introduktion til slægtsforskning.

Tir. 8. sep. 2020 kl. 16-18.30

Underviser: Jonna Andersen. Hvad er slægtsforskning, er det noget for mig, og hvordan kommer jeg i gang?.

Pris: 155 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

WordPress - introduktion.

Tir. 8. til tir. 22. sep. 2020 3 kursusdage kl. 17.15-19.40

Underviser: Bo Jönsson. Er du på udkig efter en nem måde at komme i gang med en hjemmeside? WordPress er et uhyre effektivt værktøj til oprettelse af mindre hjemmesider.

Pris: 730 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Klarinet.

Tir. 8. sep. til tir. 17. nov. 2020 10 kursusdage kl. 16-21

Underviser: Alice Busk. Lær at spille fra bunden. Vi begynder med enkle øvelser og melodier, lærer toner, noter og grundelementer i et roligt tempo, hvor alle kan være med og samtidig have det sjovt.

Pris: 1435 kr.

Sted: Toftevangsskolen, Teglpørtten 7- 9, Birkerød.

Guitar og folkeinstrumenter.

Tir. 8. sep. til tir. 17. nov. 2020 10 kursusdage kl. 18.30-21

Underviser: Kåre Duhn. I folkemusik bruges en bred vifte af instrumenter, og på dette hold kan vi tilbyde undervisning i: guitar/ukulele, mandolin/violin, bratsch/tenorbanjo. Lær akkorder og melodispil helt fra bunden.

Pris: 1435 kr.

Sted: Trørødskolen, Gl. Holtevej 2, Vedbæk.

Klaver.

Tir. 8. sep. til tir. 17. nov. 2020 10 kursusdage kl. 18.30-21

Underviser: Kåre Duhn.

Pris: 1435 kr.

Sted: Trørødskolen, Gl. Holtevej 2, Vedbæk.

Spansk B1-1.

Tir. 8. sep. 2020 til tir. 5. jan. 2021 16 kursusdage kl. 17.30-19.10

Underviser: Tove Lisa Nielsen. Spansk på mellemniveau for dem, som har behov for at få styrket både grammatikken og den fri samtale.

Pris: 1495 kr.

Sted: Mantziusgården, Johan Mantziusvej 7, Birkerød.

Akryl og farveforståelse.

Tir. 8. sep. 2020 til tir. 12. jan. 2021 17 kursusdage kl. 18-21.30

Underviser: Carla Westphal. Lær at skabe dit indre billede og omsæt det til et udtryksfuldt maleri.

Pris: 2890 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Italiensk A2-1.

Tir. 8. sep. 2020 til tir. 9. mar. 2021 24 kursusdage kl. 17-18.40

Underviser: Nicoletta Conti. Du har et grundlæggende kendskab til italiensk, og kan klare dig i forskellige hverdagssituationer. Vi vil udvide ordforråd og talefærdigheder via øvelser, dialoger og rollespil.

Pris: 2135 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Italiensk B1-1.

Tir. 8. sep. 2020 til tir. 9. mar. 2021 24 kursusdage kl. 18.50-20.30

Underviser: Nicoletta Conti. Italiensk A2-B1 er for dig som har et godt kendskab til italiensk. Vi træner ordforråd og talefærdigheder via øvelser, dialoger og rollespil, og vi får en bedre indblik i italiensk kultur.

Pris: 2135 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.



Naturoplevelser

Yoga.

Tir. 8. sep. 2020 til tir. 23. mar. 2021 25 kursusdage kl. 10-11.30

Underviser: Inger Ahrenkiel. Yoga er verdens ældste "motionssystem" og kan dyrkes af folk i alle aldre. Øvelserne er smidigheds- og strækøvelser, åndedrætsøvelser, styrkeøvelser, koncentrationsøvelser og afslapningsøvelser.

Pris: 2205 kr.

Sted: Mantziusgården, Johan Mantziusvej 7, Birkerød.

Yoga.

Tir. 8. sep. 2020 til tir. 4. maj 2021 31 kursusdage kl. 09.30-11

Underviser: Morten Ryan Hansen. Øg din styrke, indre ro og velvære. Der arbejdes med hele kroppen gennem forskellige dynamiske og statiske stillinger, så alle muskelgrupper trænes.

Pris: 2665 kr.

Sted: Bistrupvej 1, Bistrupvej 1, Birkerød.

Yoga.

Tir. 8. sep. 2020 til tir. 4. maj 2021 31 kursusdage kl. 16.30-18

Underviser: Morten Ryan Hansen. Øg din styrke, indre ro og velvære. Der arbejdes med hele kroppen gennem forskellige dynamiske og statiske stillinger, så alle muskelgrupper trænes.

Pris: 2665 kr.

Sted: Mantziusgården, Johan Mantziusvej 7, Birkerød.

Yoga.

Tir. 8. sep. 2020 til tir. 4. maj 2021 31 kursusdage kl. 18.10-19.40

Underviser: Morten Ryan Hansen. Øg din styrke, indre ro og velvære. Der arbejdes med hele kroppen gennem forskellige dynamiske og statiske stillinger, så alle muskelgrupper trænes.

Pris: 2665 kr.

Sted: Mantziusgården, Johan Mantziusvej 7, Birkerød.

Københavns Lufthavn.

Ons. 9. sep. 2020 kl. 12.30-15

Underviser: Intern Rundviser. Tag med på en unik oplevelse, hvor vi kommer bag om Københavns Lufthavn. Efter en kort introduktion går vi gennem lufthavnsbygningen ud i en CPH bus og kommer via sikkerhedskontrollen ind på lufthavnens afspærrede område.

Pris: 205 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

Mormor mad.

Ons. 9. til ons. 30. sep. 2020 4 kursusdage kl. 17-21

Underviser: Gitte Apel. Kom og lav overkommelig traditionel dansk mad til hverdag og fest, som mormor lavede det. Mormormad er et begreb, der dufter af minder, længsel, appetit, samt hygge, samvær og velsmag.

Pris: 1315 kr.

Sted: Sjælsøskolen, Ravnsnæsvej 120, Birkerød.

Guitar.

Ons. 9. sep. til ons. 18. nov. 2020 10 kursusdage kl. 16-21

Underviser: Arne Møller. Vil du lære at spille guitar? Så start nu! Der lægges vægt på guitaraspil, som man kan synge til. Det kræver ikke nodelæsning, men træning i akkorder, basgange, anslag og fingerspil.

Pris: 1435 kr.

Sted: Guitar i Værløse, Lille Værløsevej 74, Værløse.

Engelsk B2-1.

Ons. 9. sep. 2020 til ons. 13. jan. 2021 17 kursusdage kl. 10-12

Underviser: Tove Lisa Nielsen. Har man et godt kendskab til engelsk - på et niveau fra mellem til øvet - giver dette kursus på 2½ lektion pr. mødegang mulighed for at træne enmundtlige og skriftlige formuleringsevner.

Pris: 1920 kr.

Sted: Mantziusgården, Johan Mantziusvej 7, Birkerød.

Spansk A2-2.

Ons. 9. sep. 2020 til ons. 13. jan. 2021 17 kursusdage kl. 14-15.40

Underviser: Tove Lisa Nielsen. Spansk for trænede begyndere.

Pris: 1580 kr.

Sted: Mantziusgården, Johan Mantziusvej 7, Birkerød.

Spansk A1-2.

Ons. 9. sep. 2020 til ons. 13. jan. 2021 17 kursusdage kl. 17-18.40

Underviser: Tove Lisa Nielsen. Dette hold er for meget lidt øvede eller for dem, som har brug foren genopfriskning af det grundlæggende i sproget.

Pris: 1580 kr.

Sted: Mantziusgården, Johan Mantziusvej 7, Birkerød.

Akryl og farveforståelse.

Ons. 9. sep. 2020 til ons. 20. jan. 2021 18 kursusdage kl. 18-21.30

Underviser: Carla Westphal. Lær at skabe dit indre billede og omsæt det til et udtryksfuldt maleri.

Pris: 2890 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Italiensk B1-1.

Ons. 9. sep. 2020 til ons. 10. mar. 2021 24 kursusdage kl. 09.15-10.55

Underviser: Nicoletta Conti. ItalienskA2-B1 er for dig som har et godt kendskab til italiensk. Vi træner ordforråd og talefærdigheder via øvelser, dialoger og rollespil, og vi få en bedre indblik i italiensk kultur.

Pris: 2135 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.



Naturoplevelser

Italiensk A2-3.

Ons. 9. sep. 2020 til ons. 10. mar. 2021 24 kursusdage kl. 11.10-12.50

Underviser: Nicoletta Conti. ItalienskA2-3 er for dig som har et godt kendskab til italiensk. Vi træner ordforråd og talefærdigheder via øvelser, dialoger og rollespil, og vi får en bedre indblik i italiensk kultur.

Pris: 2135 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Yoga.

Ons. 9. sep. 2020 til ons. 17. mar. 2021 25 kursusdage kl. 10-11.30

Underviser: Inger Ahrenkiel. Yoga er verdens ældste "motionssystem" og kan dyrkes af folk i alle aldre. Øvelserne er smidigheds- og strækøvelser, åndedrætsøvelser, styrkeøvelser, koncentrationsøvelser og afslapningsøvelser.

Pris: 2645 kr.

Sted: AOF i Nærum, Nærumvænge 2, Nærum.

Hatha Yoga.

Ons. 9. sep. 2020 til ons. 9. jun. 2021 36 kursusdage kl. 09-10.30

Underviser: Maleen Lundvig. Hatha yoga styrker og smidiggør kroppen, skaber ro og balance i sindet. Vi arbejder med fysiske øvelser, asanas-åndedræts- og koncentrationsøvelser. Yoga-øvelserne sammensættes sådan, at hele organismen bliver gennearbejdet.

Pris: 2750 kr.

Sted: FH hallen, Skovensvej 10, Allerød.

Bjørn Wiinblads kunstnerhjem.

Tor. 10. sep. 2020 kl. 17-18.15

Underviser: Intern rundviser. Oplev Bjørn Wiinblads hjem, Det Blå Hus i Sorgenfri. Den private bolig og atelieret står stadig urørt og intakt efter Bjørn Wiinblads død.

Pris: 175 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

Klaver.

Tor. 10. sep. til tor. 19. nov. 2020 10 kursusdage kl. 19-21

Underviser: Kåre Duhn.

Pris: 1435 kr.

Sted: Sjælsøskolen, Ravnsnæsvej 120, Birkerød.

Guitar og folkeinstrumenter.

Tor. 10. sep. til tor. 19. nov. 2020 10 kursusdage kl. 19-21

Underviser: Kåre Duhn. I folkemusik bruges en bred vifte af instrumenter, og på dette hold kan vi tilbyde undervisning i: guitar/ukulele, mandolin/violin, bratsch/tenorbanjo. Lær akkorder og melodispil helt fra bunden.

Pris: 1435 kr.

Sted: Sjælsøskolen, Ravnsnæsvej 120, Birkerød.

Italiensk A2-3.

Tor. 10. sep. 2020 til tor. 18. mar. 2021 24 kursusdage kl. 17-18.40

Underviser: Nicoletta Conti. ItalienskA2-3 er for dig som har et godt kendskab til italiensk. Vi træner ordforråd og talefærdigheder via øvelser, dialoger og rollespil, og vi får en bedre indblik i italiensk kultur.

Pris: 2135 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Italiensk A2-1.

Tor. 10. sep. 2020 til tor. 15. apr. 2021 24 kursusdage kl. 18.45-20.25

Underviser: Nicoletta Conti. Du har haft italiensk før, og og kan tale i nutid og førnutid med et aktivt ordforråd. Du får indblik i flere sider af italiensk kultur, design, tøj, mad, m.m. Vifortsætter med grammatikken og arbejder bl.a. med.

Pris: 2135 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Seniordans øvede.

Tor. 10. sep. 2020 til tor. 15. apr. 2021 26 kursusdage kl. 15.30-17.30

Underviser: Lise Klint. Seniordans består af danske og internationale folkedanse. De er bearbejdet i en sådan form, at de kan danses af folk i alle aldre. Dansen kræver ikke en partner.

Pris: 995 kr.

Sted: Rønnebærhus Aktivitetscenter og Dagshjem, Rønnebærvej 15, Holte.

Københavns Lufthavn.

Man. 14. sep. 2020 kl. 17-19.30

Underviser: Intern Rundviser. Tag med på en unik oplevelse, hvor vi kommer bag om Københavns Lufthavn. Efter en kort introduktion går vi gennem lufthavnsbygningen ud i en CPH bus og kommer via sikkerhedskontrollen ind på lufthavnens afspærrede område.

Pris: 205 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

Spansk B1-1.

Man. 14. sep. 2020 til man. 18. jan. 2021 17 kursusdage kl. 10-12.35

Underviser: Miguel Campos. Dette hold er for dig, der har haft spansk i cirka halvandet år. I løbet af denne sæson vil der være fokus på at lære dybden af deforskellige datidsformer.

Pris: 2245 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Spansk C1-1.

Man. 14. sep. 2020 til man. 18. jan. 2021 17 kursusdage kl. 13-15.35

Underviser: Miguel Campos. Este curso es para ti que has tenido español a lo largo de unos años y ahora puedes expresarte con más o menos libertad.

Pris: 2245 kr.



Naturoplevelser

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Afspændingstræning.

Man. 14. sep. 2020 til man. 18. jan. 2021 17 kursusdage kl. 18-19.15

Underviser: Jens Werner. Få en supereffektiv afspænding. Når du laver afspændingsøvelser, løsner du op for spændinger i hele kroppen og træner samtidig dine muskler op til deres reelle styrke.

Pris: 1290 kr.

Sted: Bistrupvej 1, Bistrupvej 1, Birkerød.

Japansk til rejsebrug for begyndere.

Tir. 15. sep. 2020 til tir. 12. jan. 2021 12 kursusdage kl. 17-18.40

Underviser: Shoko Wada Ingemannsen. For dig der aldrig har lært Japansk eller har meget begrænset kendskab til sproget.

Pris: 1165 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Japansk til rejsebrug for let øvede.

Tir. 15. sep. 2020 til tir. 12. jan. 2021 12 kursusdage kl. 19-20.40

Underviser: Shoko Wada Ingemannsen. Det er et nyt kursus fordi du har gennemgået Japansk til rejsebrug før eller har tilsvarende niveau.

Pris: 1165 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Pilates - letøvede/øvede.

Tir. 15. sep. 2020 til tir. 26. jan. 2021 18 kursusdage kl. 10-11.30

Underviser: Hanne Winther Engell. PILATESYSTEMET det oprindelige system, "The Art of Controllogy" af J. H. Pilates. Dette specielle system tilbyder både fysisk og mental træning, der giver øget velvære og mental styrke.

Pris: 1660 kr.

Sted: AOF i Nærum, Nærumvænge 2, Nærum.

Excel - introduktion.

Ons. 16. sep. til ons. 7. okt. 2020 4 kursusdage kl. 17.15-19.15

Underviser: Bo Jönsson. På dette kursus gennemgås de grundlæggende funktioner i Excel. Du vil få en indføring i programmet og lære at bruge funktionerne.

Pris: 805 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Yoga for dig med smerter.

Ons. 16. sep. 2020 til ons. 20. jan. 2021 17 kursusdage kl. 14-15.30

Underviser: Janne Kromann Nielsen. Skånsom yoga med plads til dig og dine skavanker. Du er med på det niveau, som du er klar til, og som din dagsform tillader. Der er plads til pauser og plads til at være tilstede uden at skulle præstere.

Pris: 1580 kr.

Sted: Farum Kulturhus, Stavnholtvej 3, Farum.

Spansk B2-1.

Tor. 17. sep. 2020 til tor. 28. jan. 2021 17 kursusdage kl. 10-12.35

Underviser: Miguel Campos. Holdet er for dig, der har haft spansk i to/tre år.

Pris: 2245 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Spansk B2-2.

Tor. 17. sep. 2020 til tor. 28. jan. 2021 17 kursusdage kl. 13.15-15.50

Underviser: Miguel Campos. Holdet er for dig, der har haft spansk i to/tre år.

Pris: 2245 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Spansk B1-1.

Tor. 17. sep. 2020 til tor. 28. jan. 2021 17 kursusdage kl. 16-17.40

Underviser: Miguel Campos. Holdet er for dig der har haft spansk i nogle år, men du stadig synes, det er svært at begå dig og finde de rigtige ord.

Pris: 1535 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Spansk A1-2.

Tor. 17. sep. 2020 til tor. 28. jan. 2021 17 kursusdage kl. 18-19.40

Underviser: Miguel Campos. Dette kursus er for dig, der har haft spansk mellem et halvt år oget år.

Pris: 1535 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Op og ned langs Nyhavn.

Lør. 19. sep. 2020 kl. 11-14

Underviser: Allan Mylius Thomsen. Hør historierne om de smukke huse og om de mennesker, der har boet der, f.eks. H.C. Andersen og komponisten Kuhlau, og hør om områdets mange skandaler. Inkl. frokost.

Pris: 295 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

Thaikøkken I.

Lør. 19. sep. 2020 kl. 11-14.30

Underviser: Worachit Hansen. Kom med på en helt særlig madoplevelse sammen med Worachit, som fortæller og lærer dig, hvordan ægte thaimad med de rigtige krydderier og råvarer skal laves. Fuldstændig som hun har lært det af sin mor og mormor.

Pris: 430 kr.

Sted: Sjælsøskolen, Ravnsnæsvej 120, Birkerød.

Spansk Køkken og vin I.

Søn. 20. sep. 2020 kl. 10.30-13.30

Underviser: Vanesa Domenech. På dette kursus, vil vi lære at lave nogle af de klassiske spanske retter, som Vanesas mor og farmor har lært hende. Vi drikker et glas spansk hvidvin under madlavningen og tager et glas spansk rødvin til maden.

Pris: 415 kr.



Naturoplevelser

Sted: Sjælsøskolen, Ravnsnæsvej 120, Birkerød.

Refshaleøen og Margretheholmen.

Søn. 20. sep. 2020 kl. 11-16

Underviser: Lars Hermann.

Pris: 395 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

Kom godt i gang med investering.

Man. 21. sep. 2020 kl. 18-20

Underviser: Sarah Ophelia Møss. Kunne du tænke dig at blive klogere på investering?

Pris: 145 kr.

Sted: Hovedbiblioteket i Birkerød, Stationsvej 38, Birkerød.

AOF Seniorhøjskole efteråret 2020.

Man. 21. sep. til man. 30. nov. 2020 10 kursusdage kl. 10-12

Underviser: Div. foredragsholder. Program under udarbejdelse. 5.10 De drog mod øst. Ole Sohn. Mange danskere udvandrede til Amerika i den sidste halvdel af 1800-tallet. Det er almindelig kendt.

Pris: 795 kr.

Sted: Farum Kulturhus, Stavnholtvej 3, Farum.

AOF Seniorhøjskole efteråret 2020.

Man. 21. sep. til man. 30. nov. 2020 10 kursusdage kl. 12.30-14.30

Underviser: Div. foredragsholder. Program under udarbejdelse. 5.10 De drog mod øst. Ole Sohn. Mange danskere udvandrede til Amerika i den sidste halvdel af 1800-tallet. Det er almindelig kendt.

Pris: 795 kr.

Sted: Farum Kulturhus, Stavnholtvej 3, Farum.

Flødebollekursus.

Tir. 22. sep. 2020 kl. 17-19.30

Underviser: Jørgen Gornitzka. Det demonstreres hvor nemt det er at få chokoladen blank. I små grupper fremstiller vi det lækre skum i flere smagsvarianter. Undervejs vejledes der i, hvordan man undgår de mest almindelige fejl.

Pris: 420 kr.

Sted: Sjælsøskolen, Ravnsnæsvej 120, Birkerød.

AOF Seniorhøjskole efteråret 2020.

Tir. 22. sep. til tir. 1. dec. 2020 10 kursusdage kl. 10-12

Underviser: Div. foredragsholder. Program under udarbejdelse. 5.10 De drog mod øst. Ole Sohn. Mange danskere udvandrede til Amerika i den sidste halvdel af 1800-tallet. Det er almindelig kendt.

Pris: 795 kr.

Sted: Farum Kulturhus, Stavnholtvej 3, Farum.

Spansk A1-1.

Tir. 22. sep. 2020 til tir. 2. feb. 2021 18 kursusdage kl. 10.45-12.15

Underviser: Vanesa Domenech. Gennem undervisningen i spansk lærer du både gloser og grammatik, så du opbygger et brugbart ordforråd til hverdags- og rejsesituationer.

Pris: 1660 kr.

Sted: Foreningshuset Rungstedvej, Rungstedvej 23, Hørsholm.

Spansk A1-2.

Tir. 22. sep. 2020 til tir. 2. feb. 2021 18 kursusdage kl. 12.30-14

Underviser: Vanesa Domenech. Gennem undervisningen i spansk lærer du både gloser og grammatik, så du opbygger et brugbart ordforråd til hverdags- og rejsesituationer.

Pris: 1660 kr.

Sted: Foreningshuset Rungstedvej, Rungstedvej 23, Hørsholm.

Københavns Lufthavn.

Ons. 23. sep. 2020 kl. 17-19.30

Underviser: Intern Rundviser. Tag med på en unik oplevelse, hvor vi kommer bag om Københavns Lufthavn. Efter en kort introduktion går vi gennem lufthavnsbygningen ud i en CPH bus og kommer via sikkerhedskontrollen ind på lufthavnens afspærrede område.

Pris: 205 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

Spansk A1-2.

Ons. 23. sep. 2020 til ons. 27. jan. 2021 17 kursusdage kl. 17-18.30

Underviser: Beatriz Martinez Fernandez. Gennem undervisningen i spansk lærer du både gloser og grammatik, så du opbygger et brugbart ordforråd til hverdags- og rejsesituationer.

Pris: 1580 kr.

Sted: Rungsted Skole, Østre Stationsvej 1A, Rungsted Kyst.

Spansk A1-1.

Ons. 23. sep. 2020 til ons. 27. jan. 2021 17 kursusdage kl. 18.45-20.15

Underviser: Beatriz Martinez Fernandez. Gennem undervisningen i spansk lærer du både gloser og grammatik, så du opbygger et brugbart ordforråd til hverdags- og rejsesituationer.

Pris: 1580 kr.

Sted: Rungsted Skole, Østre Stationsvej 1A, Rungsted Kyst.

Fransk konversation.

Ons. 23. sep. 2020 til ons. 19. maj 2021 31 kursusdage kl. 09.15-10.55

Underviser: Andrea Pulai. Je vous propose des cours mêlant principalement lecture et conversation, dans une ambiance détendue et conviviale. Je serai à votre écoute pour adapter mes cours à vos demandes. Je suis impatiente de vous rencontrer .

Pris: 2665 kr.



Naturoplevelser

Sted: Foreningshuset Rungstedvej, Rungstedvej 23, Hørsholm.

Fransk C1-1.

Ons. 23. sep. 2020 til ons. 19. maj 2021 31 kursusdage kl. 11.15-12.55

Underviser: Andrea Pulai. Hold: 252901.

Pris: 2665 kr.

Sted: Foreningshuset Rungstedvej, Rungstedvej 23, Hørsholm.

Gamle Scene i Det Kgl. Teater.

Tor. 24. sep. 2020 kl. 16.30-18

Underviser: Intern rundviser. Kom med på opdagelse på Det Kongelige Teaters Gamle Scene. Oplev den helt særlige stemning, de historiske loftsmalerier, svunge engle og den traditionelle store prismelysekrone i teatersalen.

Pris: 150 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

Fanden er løs i Laksegade.

Tor. 24. sep. 2020 kl. 17-20

Underviser: Lars Hermann. En spændende byvandring i Københavns finanskvarter omkring Kongens Nytorv og Strøget. Københavns brand i 1795 lagde næsten denne bydel i aske, men bragte også fornyelser.

Pris: 295 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

Harmonika.

Tor. 24. sep. til tor. 3. dec. 2020 10 kursusdage kl. 15-19

Underviser: Jonko Jordanov. Ud og ind - træk og tryk. Sådan! Mere skal der ikke til for at sætte gang i harmonikaen. Hvis du alligevel ikke føler dig helt rustet til det store skønspil, så er dette kursus noget for dig.

Pris: 1435 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Engelsk A1-1.

Tor. 24. sep. 2020 til tor. 4. feb. 2021 17 kursusdage kl. 15-16.40

Underviser: Vibeke Khan. Du er begynder eller har måske lært engelsk for mange år siden uden at bruge det. Her får du mulighed for at opbygge og udvide dit ordforråd. Grammatikken kommer på plads via samtaler og øvelser.

Pris: 1580 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Engelsk A2-1.

Tor. 24. sep. 2020 til tor. 4. feb. 2021 17 kursusdage kl. 17-18.40

Underviser: Vibeke Khan. Du har haft engelsk i skolen, men du mangler ordforråd og sproglig rutine. Kurset giver dig mulighed for at opbygge og udvide dit ordforråd. Grammatikken kommer på plads via samtaler og øvelser.

Pris: 1580 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Engelsk B1-1.

Tor. 24. sep. 2020 til tor. 4. feb. 2021 17 kursusdage kl. 19-20.40

Underviser: Vibeke Khan. Engelsk for øvede. Du taler et rimeligt engelsk, men kunne godt bruge et større ordforråd samt mere rutine og sikkerhed. Det kan dette kursus afhjælpe.

Pris: 1580 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Skovtårnet ved Camp Adventure.

Fre. 25. sep. 2020 kl. 08.30-16.30

Underviser: Lisa Elsbøll. I 2019 kårer TIME Magazine World's Greatest Places, og her har Camp Adventure fundet plads på den ærefulde liste. Skovtårnet ved Camp Adventure er også en oplevelse i særklasse med en majestætisk udsigt ud over Sydsjælland.

Pris: 650 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

Engelsk A2-1.

Fre. 25. sep. 2020 til fre. 5. feb. 2021 17 kursusdage kl. 10-11.40

Underviser: Vibeke Khan. Du har haft engelsk i skolen, men du mangler ordforråd og sproglig rutine. Kurset giver dig mulighed for at opbygge og udvide dit ordforråd.

Grammatikken kommer på plads via samtaler og øvelser.

Pris: 1580 kr.

Sted: Helsingørsk Kulturhus, Skolegade 43, Helsingør.

Vegansk mad.

Lør. 26. sep. 2020 kl. 11-14.30

Underviser: Liv Teilmann Nielsen. På kurset laver vi veganske retter, der er sunde, nærende, mætter og lever op til anbefalingerne.

Pris: 340 kr.

Sted: Sjælsøskolen, Ravnsnæsvej 120, Birkerød.

Smykkekursus.

Lør. 26. og søn. 27. sep. 2020 2 kursusdage kl. 10-15

Underviser: Kirsten Henriksen. Forkæl dig selv eller en, du holder af, med funkende smykker uden at skulle lægge hele pensionsopsparingen hos juveleren.

Pris: 645 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Bjørn Wiinblads kunstnerhjem.

Tir. 29. sep. 2020 kl. 17-18.15

Underviser: Intern rundviser. Oplev Bjørn Wiinblads hjem, Det Blå Hus i Sorgenfri. Den private bolig og atelieret står stadig urørt og intakt efter Bjørn Wiinblads død.

Pris: 175 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.



Naturoplevelser

Lægdsruller.

Tir. 29. sep. til tir. 6. okt. 2020 2 kursusdage kl. 10-12
Underviser: Jonna Andersen. Lægdsrullerne (lister over værnepligtige mænd) rummer mange oplysninger om vores mandlige aner. Hvor kom de fra? Hvor tog de hen? Havde de fysiske kendetegn eller handicaps? Hvor aftjente de deres værnepligt?.

Pris: 290 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Slægtsforskning.

Tir. 29. sep. til tir. 24. nov. 2020 8 kursusdage kl. 16.30-18.30

Underviser: Jonna Andersen. Kom godt i gang med slægtsforskningen eller få genopfrisket dine kundskaber.

Pris: 995 kr.

Sted: Hovedbiblioteket i Birkerød, Stationsvej 38, Birkerød.

Fransk A2-1.

Tir. 29. sep. 2020 til tir. 12. jan. 2021 14 kursusdage kl. 12-13.40

Underviser: Birgitte Ehrhardt. For dig som har haft lidt fransk før og som ønsker at blive bedre. Enkle samtaler trænes, så du bliver bedre til at udtrykke dig og g til at forstå, hvad de andre siger.

Pris: 1330 kr.

Sted: Satellitten, Bymidten 46, Værløse.

Fransk A1-1.

Tir. 29. sep. 2020 til tir. 19. jan. 2021 14 kursusdage kl. 16-17.40

Underviser: Birgitte Ehrhardt. For dig som aldrig har haft fransk før, eller som har glemt alt det, du engang kunne. Du lærer at præsentere dig, og ord du har brug for til at købe ind, bestille mad og finde vej.

Pris: 1330 kr.

Sted: Satellitten, Bymidten 46, Værløse.

Engelsk B2-2.

Tir. 29. sep. 2020 til tir. 16. mar. 2021 22 kursusdage kl. 15-16.40

Underviser: Tove Lisa Nielsen. Engelsk på et øvet niveau. Der læses tekster fra skønlitteraturen og fra dagblade og magasiner. Samtaler om disse og om andet - evt. oplæg fra kursisterne - giver god træning i at opnå et flydende sprog.

Pris: 1975 kr.

Sted: Mantziusgården, Johan Mantziusvej 7, Birkerød.

Tysk A1-2.

Tir. 29. sep. 2020 til tir. 13. apr. 2021 25 kursusdage kl. 17-18.40

Underviser: Lotte Christiansen. Kører du jævnligt gennem Tyskland eller holder ferie i Tyskland og andre tysktalende lande, er dette kurset for dig. Vi læser lette tekster til brug for ophold på hotel samt til køb af mad, drikkevarer, tøj og meget andet.

Pris: 2205 kr.

Sted: Engholmskolen, Rådhusvej 5, Allerød.

Christian den 4.'s bygninger.

Ons. 30. sep. 2020 kl. 17-20

Underviser: Allan Mylius Thomsen. Christian d. 4. var en byggeglad monark. Mange af hans monumentale bygninger står stadig rundt om i København.

Pris: 295 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

Slægtsforskning - Workshop.

Ons. 30. sep. til ons. 25. nov. 2020 8 kursusdage kl. 10.15-13

Underviser: Hans Peter Poulsen. Få inspiration og hjælp til at arbejde videre med din slægtsforskning, og til at få skrevet slægtens historie.

Pris: 1165 kr.

Sted: Hovedbiblioteket i Birkerød, Stationsvej 38, Birkerød.

Det amerikanske præsidentvalg.

Tor. 1. okt. 2020 kl. 19-21

Underviser: David Trads. Hold: 211400.

Pris: 75 kr.

Sted: Hovedbiblioteket i Birkerød, Stationsvej 38, Birkerød.

Slægtsforskning - Workshop.

Tor. 1. okt. til tor. 26. nov. 2020 8 kursusdage kl. 10-12.45

Underviser: Hans Peter Poulsen. Få inspiration og hjælp til at arbejde videre med din slægtsforskning, og til at få skrevet slægtens historie.

Pris: 1165 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Fransk madlavning på fransk og dansk.

Fre. 2. okt. 2020 til fre. 22. jan. 2021 4 kursusdage kl. 17-21

Underviser: Marie Ragues. Kom og få inspiration igennem en rundrejse i det franske køkken og den franske kultur. Vi laver og spiser en 3 retters menu ud fra en franskmans glæde for mad og stemning omkring den.

Pris: 1205 kr.

Sted: Sjælsøskolen, Ravnsnæsvej 120, Birkerød.

Smykkedesign.

Lør. 3. okt. 2020 kl. 09-17

Underviser: Berglind Levisdottir. Smykkedesign med Art Silver Smykketeknikken, er en af de nyeste metoder indenfor smykkefremstilling, der giver mulighed for at lave smykker af ægte materialer som sølv, guld, bronze og kobber.

Pris: 495 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Handy man/woman-kursus.

Lør. 3. og søn. 4. okt. 2020 2 kursusdage kl. 10-15

Underviser: Niels Frøding. Et kursus til dig, der gerne vil kunne skifte en termostat på radiatoren, hænge en lampe eller en hylde op, montere en forlængerledning eller andre mindre praktiske opgaver i hjemmet.



Naturoplevelser

Pris: 680 kr.

Sted: Toftevangsskolen, Teglpporten 7- 9, Birkerød.

Akvarel og akryl.

Lør. 3. og søn. 4. okt. 2020 2 kursusdage kl. 10-15
Underviser: Berit Christiansen. Akryl: 1 eller 2
lærreder, . Akrylfarver. En palet. Pensler. En bøtte til
vand. Køkkenrulle. Madpakke og drikke. Tag gammelt
tøj på og medbring godt humør.

Pris: 665 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Carlsberg Byen med middag på toppen.

Man. 5. okt. 2020 kl. 17-20

Underviser: Lisa Elsbøll. Carlsberg er under
gennemgribende forandring - fra industriallæg til
moderne bydel med campus, kreative erhverv og 3000
nye boliger.

Pris: 300 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

I øllets fodspor.

Tir. 6. okt. 2020 kl. 17-20

Underviser: Allan Mylius Thomsen. Hør historierne om
de smukke huse og om de mennesker, der har boet der,
f.eks. H.C. Andersen og komponisten Kuhlau, og hør om
områdets mange skandaler. Inkl. frokost.

Pris: 295 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

En duft af bøger.

Tir. 6. okt. 2020 til tir. 2. mar. 2021 6 kursusdage kl.
15-17

Underviser: Birgitte Hamborg. Birgitte Hamborg
fortæller om 6 romaner, som alle har fået flotte
anmeldelser. Det er ikke en forudsætning, at bøgerne er
læst. Foredragene kan bruges som inspiration til at gå i
gang med bøgerne.

Pris: 595 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

En duft af bøger.

Tir. 6. okt. 2020 til tir. 2. mar. 2021 6 kursusdage kl.
19-21

Underviser: Birgitte Hamborg. Birgitte Hamborg
fortæller om 6 romaner, som alle har fået flotte
anmeldelser. Det er ikke en forudsætning, at bøgerne er
læst. Foredragene kan bruges som inspiration til at gå i
gang med bøgerne.

Pris: 595 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Røde Kors - altid til stede.

Ons. 7. okt. 2020 kl. 19.30-21.30

Underviser: Anders Ladekarl. Røde Kors hjælper i
dagligdagen og under katastrofer. Fra
førstehjælpskassen bag i bilen til krige på den anden
side af jorden.

Pris: 100 kr.

Sted: Konventum Conferencecenter, Erling Jensens Vej

1, Helsingør.

En duft af bøger.

Ons. 7. okt. 2020 til ons. 3. mar. 2021 6 kursusdage kl.
15-17

Underviser: Birgitte Hamborg. Birgitte Hamborg fortæller
om 6 romaner, som alle har fået flotte anmeldelser. Det
er ikke en forudsætning, at bøgerne er læst. Foredragene
kan bruges som inspiration til at gå i gang med bøgerne.

Pris: 595 kr.

Sted: Farum Kulturhus, Stavnholtvej 3, Farum.

En duft af bøger.

Ons. 7. okt. 2020 til ons. 24. mar. 2021 6 kursusdage kl.
19-21

Underviser: Birgitte Hamborg. Birgitte Hamborg fortæller
om 6 romaner, som alle har fået flotte anmeldelser. Det
er ikke en forudsætning, at bøgerne er læst. Foredragene
kan bruges som inspiration til at gå i gang med bøgerne.

Pris: 595 kr.

Sted: Hovedbiblioteket i Birkerød, Stationsvej 38,
Birkerød.

Russisk A2-1.

Tor. 8. okt. til tor. 17. dec. 2020 10 kursusdage kl.
19-20.40

Underviser: Ludmilla Smirnoff. Vi arbejder på at udvide
ordforrådet og træner talefærdigheder. Nye ord,
grammatik og samtaler trænes ved hjælp af PC.

Undervisningsmateriale uddeles på holdet.

Pris: 995 kr.

Sted: Toftevangsskolen, Teglpporten 7- 9, Birkerød.

Axel Towers og den nye Metropolzone.

Man. 12. okt. 2020 kl. 11-13

Underviser: Intern rundviser.

Pris: 165 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

Bjørn Wiinblads kunstnerhjem.

Ons. 14. okt. 2020 kl. 17-18.15

Underviser: Intern rundviser. Oplev Bjørn Wiinblads hjem,
Det Blå Hus i Sorgenfri. Den private bolig og atelieret står
stadig urørt og intakt efter Bjørn Wiinblads død.

Pris: 175 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

Fransk A1-2.

Man. 19. okt. 2020 til man. 18. jan. 2021 13 kursusdage
kl. 14.45-16.15

Underviser: Lis Brix. Kurset henvender sig til nybegyndere
og evt. "les faux débutants", som har lyst til at begynde
forfra for at få den grundlæggende grammatik på plads. Vi
vil arbejde ud fra begyndersystemet DÉBUT 1 (Système).

Pris: 1250 kr.

Sted: Mantziusgården, Johan Mantziusvej 7, Birkerød.



Naturoplevelser

Fransk A2-1.

Man. 19. okt. 2020 til man. 18. jan. 2021 13 kursusdage kl. 17-18.40

Underviser: Lis Brix. Kurset henvender sig til nybegyndere og evt. "les faux débutants", som har lyst til at begynde forfra for at få den grundlæggende grammatik på plads. Vi vil arbejde ud fra begyndersystemet DÉBUT 1 (Système).

Pris: 1250 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Gotisk skriftlæsning.

Tir. 20. okt. til tir. 10. nov. 2020 4 kursusdage kl. 10-12

Underviser: Jonna Andersen. For at få udbytte af de mange kilder på internettet og på arkiverne er det nødvendigt at kunne læse den gamle gotiske skrift. Det kan du heldigvis lære.

Pris: 575 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Heerings Gaard på Christianshavn.

Ons. 21. okt. 2020 kl. 16-19

Underviser: Lars Hermann. Den klassicistiske købmandsgård Heerings Gaard er en kulturperle, som sjældent er tilgængelig for offentligheden.

Pris: 295 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

Succes med Rhododendron.

Ons. 21. okt. 2020 kl. 18-18.45

Underviser: Intern rundviser. Jes Hansen og Steffen Munck-Hansen - passionerede rhododendron folk vil denne aften dele ud af deres erfaringer og fif med rododendroner i en villahave samt på bedste vis svare på spørgsmål om rododendroner.

Pris: 150 kr.

Sted: Hovedbiblioteket i Birkerød, Stationsvej 38, Birkerød.

Excel - udvidet.

Ons. 21. okt. til ons. 11. nov. 2020 4 kursusdage kl. 17.15-19.15

Underviser: Bo Jönsson. Vi gennemgår emner som prognoser, senarier, målsøgning og datatabeller.

Pris: 805 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Aldrig mere rod i noderne.

Tor. 22. til tor. 29. okt. 2020 2 kursusdage kl. 15-17

Underviser: Casper Reverony. Spil efter noder ved at bruge en iPad i stedet for papir. Du kan have alle dine noder lige ved hånden og i den orden du ønsker. Lær at bruge de forskellige digitale musikredskaber som optager, metronom, tuner mv.

Pris: 375 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Java programmering I.

Tor. 22. okt. til tor. 26. nov. 2020 6 kursusdage kl. 17-19

Underviser: Mads Wulff Nielsen. Java programmering er et af de mest populære programmeringssprog i verden og mulighederne er mange! Kunne du tænke dig at lære at udvikle egne programmer, apps eller webapps? Så er Java et godt sted at starte.

Pris: 1170 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Java programmering II.

Tor. 22. okt. til tor. 26. nov. 2020 6 kursusdage kl.

19.30-21.30

Underviser: Mads Wulff Nielsen. Java II bygger ovenpå Java I kurset. Vi forsætter med GUI applikationer i JavaFX og arbejder med objekter og objektorienteret programmering i den sammenhæng.

Pris: 1170 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Fransk A2-2.

Fre. 23. okt. 2020 til fre. 30. apr. 2021 24 kursusdage kl.

09.30-11.35

Underviser: Lis Brix. Holdet henvender sig til kursister, der har læst fransk over en del sæsoner, og som nu er i stand til at føre en samtale på et let øvet niveau.

Pris: 2585 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Sølvarbejde for begyndere og let øvede.

Lør. 24. og søn. 25. okt. 2020 2 kursusdage kl. 10-15

Underviser: Kirsten Henriksen. Vi arbejder med de grundlæggende teknikker som formgivning, lodning og efterbehandling. I de bundne opgaver når vi igennem de vigtigste teknikker.

Pris: 645 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Keramik voksen/barn.

Lør. 24. og søn. 25. okt. 2020 2 kursusdage kl. 10-15

Underviser: Clara Gewecke. Tag dit barn med til keramik to lørdage i Marts. Her kan du afprøve forskellige teknikker bla. plade- og pølseteknik.

Pris: 885 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Thaikøkken I.

Søn. 25. okt. 2020 kl. 11-14.30

Underviser: Worachit Hansen. Kom med på en helt særlig madoplevelse sammen med Worachit, som fortæller og lærer dig, hvordan ægte thaimad med de rigtige krydderier og råvarer skal laves. Fuldstændig som hun har lært det af sin mor og mormor.

Pris: 430 kr.

Sted: Sjælsøskolen, Ravnsnæsvej 120, Birkerød.



Naturoplevelser

Klassisk tegning II.

Man. 26. okt. til man. 16. nov. 2020 4 kursusdage kl. 18-20.35

Underviser: Stine Lindenberg. Dette hold ligger i forlængelse af Klassisk tegning, hvor du får grundteknikker til at kunne tegne realistisk. Hold II egner sig også for dig, som er lettere øvet.

Pris: 725 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Københavns Rådhus.

Ons. 28. okt. 2020 kl. 17-19

Underviser: Intern rundviser.

Pris: 195 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

Akvarel og akryl.

Lør. 31. okt. og søn. 1. nov. 2020 2 kursusdage kl. 10-15

Underviser: Berit Christiansen. Akryl: 1 eller 2 lærere, . Akrylfarver. En palet. Pensler. En bøtte til vand. Køkkenrulle. Madpakke og drikke. Tag gammelt tøj på og medbring godt humør.

Pris: 665 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Historiske værtshuse.

Søn. 1. nov. 2020 kl. 17-20

Underviser: Allan Mylius Thomsen. De ældste danske spor af øl er cirka 5.000 år gamle. I København går de ældste spor tilbage til omkring år 900, og på denne tur går vi i øllets fodspor i det gamle København.

Pris: 295 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

Julechokolade.

Tir. 3. nov. 2020 kl. 17-20.30

Underviser: Jørgen Gornitzka. Hold: 267107.

Pris: 515 kr.

Sted: Sjælsøskolen, Ravnsnæsvej 120, Birkerød.

Word - introduktion.

Tir. 3. til tir. 24. nov. 2020 4 kursusdage kl. 17.15-19.15

Underviser: Bo Jönsson. Du lærer de mest relevante og brugte funktioner i Word. Du vil herefter kunne løse de fleste opgaver inden for traditionel tekstbehandling og får en forståelse for Word.

Pris: 805 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Excel - VBA introduktion.

Tor. 5. til tor. 26. nov. 2020 4 kursusdage kl.

17.15-19.15

Underviser: Bo Jönsson. Du får værktøjerne, der spare dig tid, når du lærer at programmere makroer i Excel. På kurset, får du en forståelse for VBA-programmeringssproget, der kan automatisere mange af dine Excel-opgaver.

Pris: 805 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Bjørn Wiinblads kunstnerhjem.

Fre. 6. nov. 2020 kl. 17-18.15

Underviser: Intern rundviser. Oplev Bjørn Wiinblads hjem, Det Blå Hus i Sorgenfri. Den private bolig og atelieret står stadig urørt og intakt efter Bjørn Wiinblads død.

Pris: 175 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

Mormor mad.

Lør. 7. nov. 2020 kl. 11-15

Underviser: Gitte Apel. Kom og lav overkommelig traditionel dansk mad til hverdag og fest, som mormor lavede det. Mormormad er et begreb, der dufter af minder, længsel, appetit, samt hygge, samvær og velsmag.

Pris: 370 kr.

Sted: Gilbjerg Skole, Parkvej afd., Parkvej 101, Gilleleje.

Akrylteknikker -weekend.

Lør. 7. og søn. 8. nov. 2020 2 kursusdage kl. 11-16

Underviser: Carla Westphal. Akrylteknik er en meget bred vifte af muligheder som giver dig veje til uendelige udtryksformer. På workshoppen arbejder du med en række akrylteknikker samt et stort udvalg af redskaber, materialer og farver.

Pris: 830 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Juletraditioner på Teglkroen.

Søn. 8. nov. 2020 kl. 11-14

Underviser: Allan Mylius Thomsen. I lystige vendinger fortæller Allan Mylius Thomsen om julens historie og traditioner - både de hedenske, kristne og kommercielle. Bagefter spiser vi flæskesteg med rødkål hos Anita på Teglkroen.

Pris: 295 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

Vegansk mad.

Søn. 8. nov. 2020 kl. 11-14.30

Underviser: Liv Teilmann Nielsen. På kurset laver vi veganske retter, der er sunde, nærende, mætter og lever op til anbefalingerne.

Pris: 340 kr.

Sted: Skolen ved Rønnebær Allé, Egevangen 6, Helsingør.

WordPress - introduktion.

Man. 9. til man. 23. nov. 2020 3 kursusdage kl. 17.15-19.40

Underviser: Bo Jönsson. Er du på udkig efter en nem måde at komme i gang med en hjemmeside? WordPress er et uhyre effektivt værktøj til oprettelse af mindre hjemmesider.

Pris: 730 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.



Naturoplevelser

Nak & Æd i Norden.

Tor. 12. nov. 2020 kl. 19-21

Underviser: Jørgen Skouboe. Sammen med kokken Nikolaj Kirk har Jørgen Skouboe rejst og kokkereret over bål i hele verden - og opnået kultstatus med programmets unikke dna af venskab, madlavning, dyr og vild natur.

Pris: 75 kr.

Sted: Hovedbiblioteket i Birkerød, Stationsvej 38, Birkerød.

Thaikøkken II.

Lør. 14. nov. 2020 kl. 11-14.30

Underviser: Worachit Hansen. Kom med på en helt særlig madoplevelse sammen med Worachit, som fortæller og lærer dig, hvordan ægte thaimad med de rigtige krydderier og råvarer skal laves. Fuldstændig som hun har lært det af sin mor og mormor.

Pris: 430 kr.

Sted: Sjælsøskolen, Ravnsnæsvej 120, Birkerød.

Smykkekursus.

Lør. 14. og søn. 15. nov. 2020 2 kursusdage kl. 10-15

Underviser: Kirsten Henriksen. Forkæl dig selv eller en, du holder af, med funkende smykker uden at skulle lægge hele pensionsopsparingen hos juveleren.

Pris: 645 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Storm P -tegne og malerkursus.

Lør. 14. og søn. 15. nov. 2020 2 kursusdage kl. 10-16

Underviser: David Dellagi. På denne workshop føres du ind i Storm P.s finurlige og humoristiske univers, sat i scene på Kulturcenter Mariehøj.

Pris: 725 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Conditori La Glace.

Man. 16. nov. 2020 kl. 18-20

Underviser: Marianne Stagetorn Kolos. Conditori La Glace er Danmarks ældste, og nok også bedste konditori. Grundlagt 8. oktober 1870 midt i det gamle København og gennem 6 generationer leverandør af livskvalitet til københavnere og andet godtfolk.

Pris: 350 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

Islamisk stat og radikaliserings.

Ons. 18. nov. 2020 kl. 18-20

Underviser: Deniz B. Serinci. Ifølge Politiets Efterretningstjeneste (PET) kommer den største terrortrussel mod Danmark fra militant islamisme, heriblandt hjemvendte Islamisk Stat (IS)-krigere. Deniz Serinci har mødt de danske IS-krigere i Syrien.

Pris: 100 kr.

Sted: Hovedbiblioteket i Birkerød, Stationsvej 38, Birkerød.

Excel - Power Query.

Ons. 18. nov. til ons. 9. dec. 2020 4 kursusdage kl. 17.15-19.15

Underviser: Bo Jönsson. Vi ser på hvordan du anvender Power Query til at hente og omforme data, så du kan indlæse dem i Excel datamodeller.

Pris: 805 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Sølvarbejde for begyndere og let øvede.

Lør. 21. og søn. 22. nov. 2020 2 kursusdage kl. 10-15

Underviser: Kirsten Henriksen. Vi arbejder med de grundlæggende teknikker som formgivning, lodning og efterbehandling. I de bundne opgaver når vi igennem de vigtigste teknikker.

Pris: 645 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Smykkedesign.

Søn. 22. nov. 2020 kl. 09-17

Underviser: Berglind Levisdottir. Smykkedesign med Art Silver Smykketeknikken, er en af de nyeste metoder indenfor smykkefremstilling, der giver mulighed for at lave smykker af ægte materialer som sølv, guld, bronze og kobber.

Pris: 495 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Tværfløjte.

Man. 23. nov. 2020 til man. 1. feb. 2021 10 kursusdage kl. 15.30-21

Underviser: Mariane Bitran. Tværfløjten er et smukt instrument med rige muligheder både indenfor den klassiske og rytmiske musik samt folkemusikken.

Pris: 1435 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Guitar.

Ons. 25. nov. 2020 til ons. 3. feb. 2021 10 kursusdage kl. 16-21

Underviser: Arne Møller. Vil du lære at spille guitar? Så start nu! Der lægges vægt på guitar-spil, som man kan synge til. Det kræver ikke nodelæsning, men træning i akkorder, basgange, anslag og fingerspil.

Pris: 1435 kr.

Sted: Guitar i Værløse, Lille Værløsevej 74, Værløse.

Spansk Køkken og vin II.

Lør. 28. nov. 2020 kl. 10.30-13.30

Underviser: Vanesa Domenech. På dette kursus, vil vi lære at lave nogle af de klassiske spanske retter, som Vanesas mor og farmor har lært hende. Vi drikker et glas spansk hvidvin under madlavningen og tager et glas spansk rødvin til maden.

Pris: 415 kr.

Sted: Sjælsøskolen, Ravnsnæsvej 120, Birkerød.



Naturoplevelser

Farveforståelse -weekend.

Lør. 28. og søn. 29. nov. 2020 2 kursusdage kl. 11-16
Underviser: Carla Westphal. Som billedkunstner er det essentielt at forstå farvernes univers. På kurset lærer du om farver og hvordan du blander dem for at skabe den farve, du ønsker.

Pris: 830 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Thaikøkken II.

Søn. 6. dec. 2020 kl. 11-14.30

Underviser: Worachit Hansen. Kom med på en helt særlig madoplevelse sammen med Worachit, som fortæller og lærer dig, hvordan ægte thaimad med de rigtige krydderier og råvarer skal laves. Fuldstændig som hun har lært det af sin mor og mormor.

Pris: 430 kr.

Sted: Sjælsøskolen, Ravnsnæsvej 120, Birkerød.

Harmonika.

Tor. 10. dec. 2020 til tor. 4. mar. 2021 10 kursusdage kl. 15-19

Underviser: Jonko Jordanov. Ud og ind - træk og tryk. Sådan! Mere skal der ikke til for at sætte gang i harmonikaen. Hvis du alligevel ikke føler dig helt rustet til det store skønspil, så er dette kursus noget for dig.

Pris: 1435 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

Julevandring i København.

Lør. 12. dec. 2020 kl. 15-17

Underviser: Lars Hermann. Stemningsfuld byvandring i det indre København i december. Hør om juletraditionernes historie og hvorfor det hedder julelege.

Pris: 195 kr.

Sted: AOF Nordsjælland, Øverødvej 246 B, Holte.

Word - udvidet.

Tir. 19. jan. til tir. 9. feb. 2021 4 kursusdage kl. 17.15-19.15

Underviser: Bo Jönsson. Word udvidet bygger vi videre på introduktionskurset til Word og gennemgår en række emner og funktioner, der er relevante for dig, når du skal arbejde mere effektivt med store dokumenter i Word. Emner: Typografier i Word.

Pris: 805 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.

WordPress - introduktion.

Tir. 23. feb. til tir. 9. mar. 2021 3 kursusdage kl. 17.15-19.40

Underviser: Bo Jönsson. Er du på udkig efter en nem måde at komme i gang med en hjemmeside? WordPress er et uhyre effektivt værktøj til oprettelse af mindre hjemmesider.

Pris: 730 kr.

Sted: Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, Holte.