

Folkeuniversitetet

MØD FORSKERNE – PROGRAM 2022-23 – HERNING



En ny atomalder?

CASPER SYLVEST

Lektor i historie, Syddansk Universitet



Velkommen

Du har åbnet Folkeuniversitetets nye program for efteråret 2022 og meget af foråret 2023. Vi håber, du har lyst til at gå på opdagelse! På Folkeuniversitetet deler forskere og faglige eksperter deres viden med alle, der har lyst til nye indsigter. Der er ingen adgangskrav. Du kan følge klassiske forelæsninger, komme med til vidensfestival eller få viden digitalt, hvor og når det passer dig.

De fleste af Folkeuniversitetets klassiske forelæsninger ligger på hverdagsaftener og i weekender, og vi har også et udvalg af hold i det fri. På vores naturture og vandringer har du mulighed for at gå dig klog og få viden i det fri. Lær fx at genkende svampearter, når vi besøger skovene ved Silkeborg (se side 18). Vær med, når vi sætter tempoet ned og drager på filosofisk vandretur i smukke omgivelser ved Ørnsø (se side 20). Eller tag med på by- og kirkegårdsvandringer, og få den spændende historie om nogle af de mennesker, der har præget Hernings udvikling (side 22).

I Folkeuniversitetets livestreams (side 26-27) gør forskerne os klogere på alt fra den gådefulde hjerne til det splittede USA, og du kan være med, uanset hvor du befinder dig. Vil du have forskerne med på farten, kan du lytte til videnskabsprogrammet 'Kraniebrud' og naturprogrammet 'Vildspor' i RADIO4 og som podcast. Og drømmer du om flere nuancer i nyhedsstrømmen, kan du prøve det digitale og forskningsbaserede nyhedsmedie Vid&Sans, som du har mulighed for at få gratis adgang til i tre måneder, når du tilmelder dig et arrangement hos os.

Vil du gerne prøve Folkeuniversitetet for første gang, er en forelæsning på en enkelt aften et godt sted at starte. Og dem finder du mange af rundt om i programmet.

Den 23-25/9 slår vi dørene op til vidensfestivalen Hearts & Minds på Dokk1 i Aarhus, hvor vi åbner ind til hjernen (side 28-33).

Vi glæder os til at se dig.

Sten Tiedemann
Rektor



Tag med til
Hearts & Minds Festival
23.-25. september

SE SIDE 28-33 OG LÆS MERE PÅ HEARTS-MINDS.DK

SIDE 6 Samfund & verden

SIDE 8 Arbejdsliv, ledelse &
kommunikation

SIDE 12 Psykologi & sundhed

SIDE 18 Natur & univers

SIDE 20 Religion & filosofi

SIDE 22 Arkæologi & historie

SIDE 25 Kunst, litteratur & musik

VIDEN FOR ALLE

På Folkeuniversitetet deler forskere og faglige eksperter deres viden med alle, der har lyst til nye indsigter. Der er ingen adgangskrav, og der starter hele tiden nye hold. Folkeuniversitetet har siden 1898 arbejdet for, at alle uanset køn, alder og uddannelse skal have adgang til ny viden fra forskningens verden. Og det gør vi stadig – i klassiske forelæsninger, festivaler og digitale formater.

TILMELD DIG PÅ FUAU.DK

Find holdet på fuaau.dk, og betal med kort eller MobilePay.

UNDERVISINGSSTED

Alle hold foregår på Aarhus Universitet i Herning – med mindre andet er angivet. Du kan finde adresse og lokale på alle hold på fuaau.dk.

Aarhus Universitet, Campus Herning
Birk Centerpark 15
7400 Herning

HAR DU SPØRGSMÅL

Kontakt Folkeuniversitetets sekretariat:
8843 8000 (Se åbningstider på fuaau.dk)
info@fuaau.dk

Atomteknologien skabte en frygt for push-button warfare

Atomteknologien har vakt både håb og frygt og satte især under den kolde krig store og vigtige spørgsmål på den nationale og globale dagsorden. Men atomalderen har sine rødder længe før de første bomber i 1945 og har samtidig sat markante spor i den tid, vi lever i nu, forklarer Casper Sylvest, der er lektor i historie ved Syddansk Universitet.

Af Noa Kjærsgaard Hansen

"Jeg var optaget af, hvad der skete med idéer om fred og fremskridt i international politik, og det gjorde et stort indtryk på mig, hvor stor en rolle teknologier og ikke mindst atomvåbenteknologien kom til at spille i tiden efter 2. verdenskrig."

Sådan fortæller Casper Sylvest, lektor i historie ved Syddansk Universitet, hvis forskerkarriere ledte ham til en særlig interesse for civilforsvarets rolle i 50'erne og 60'erne, hvor atomvåbenteknologien begyndte at fylde meget mere i den offentlige samtale og politiske debat:

"Jeg var interesseret i, hvordan særligt bomben og andre atomteknologier satte spørgsmål om fremtiden og det globale på dagsordenen. Når vi taler atomkrigen, handler det jo meget om et globalt skæbnefællesskab, men også om andre, bredere spørgsmål: Hvorfor er vi her på kloden, og hvad er vores forhold til naturen?"

ATOMALDEREN ER PRÆGET AF HÅB OG FRYGT

Spørger man lektoren, hvornår man kan tale om, at den såkaldte atomalder startede, så har det noget for sig at kigge på atomteknologiens historie før 2. verdenskrig, som flere historikere har gjort:

"Nogle af de forudsigelser om atomalderens komme har formetlig formet, hvordan atomalderen tog sig ud. Men det er også klart, at ødelæggelserne i Hiroshima og Nagasaki, de mange menneskeliv, og alt det visuelle, man kunne dokumentere, har spillet en enorm rolle," forklarer han.

Sylvest har selv fulgt en tilgang, der fokuserer på den praktiske anvendelse af atomteknologier og særligt fra 1945 med bombningen af de japanske byer:

"Her opstår der for alvor – og på en anden måde end tidligere, hvor det har været præget af spekulationer og videnskab – en optagethed af, hvordan vores fremtid vil se ud. Det har stadig et utopisk tilsnit, eksempelvis når det handler om produktion af energi, biler og fly, der kan bruge atomkraft, eller hvordan en fremtidig krig vi se ud. Det fylder nu i en bredere offentlighed."

Uanset hvilket perspektiv man anlægger for at afgrænse den tidsmæssigt, så er det karakteristiske, ifølge Sylvest, at atomalderen er præget af både håb og frygt:

"Atomalderen er forbundet med et løfte om, at man som af lad for at have udviklet de forfærdelige bomber kan bruge atomteknologien til positive, fredelige formål til gavn for menneskeheden. Samtidig er der en underliggende frygt, og den bliver ikke mindre i takt med den måde, den kolde krig og våbenteknologien udvikler sig på."

Casper Sylvest er lektor ved Institut for Historie, SDU. Hans forskningsinteresser ligger i spændingsfeltet mellem teknologier og politiske ideer, særligt i anden halvdel af det 20. århundrede. I de senere år har han særligt beskæftiget sig med kernevåbenteknologi, civilforsvar og forbindelsen mellem atomteknologier og miljøhistorie.

Oplev Casper Sylvest til livestreamingen 'En ny atomalder?'. Se side 26.



Samfund & verden

2223-025

Forstå din verden

TID: 26/10, 7 onsdage, kl. 17:15-19:00
PRIS: 895 kr., studerende 450 kr.

Verden er i konstant bevægelse: Konflikter bliver til krige, traktater underskrives, og politiske håndtryk udveksles hen over bonede gulve. Men hvad er historien bag det, der sker? Hvad adskiller de forskellige regioner, og hvilken verden bringer os tættere en forståelse af Europa, Mellemøsten, USA, Afrika, Latinamerika og Asien? Få stillet skarpt på de konflikter, bevægelser og politiske problemstillinger, forskner mener, er vigtigst for at forstå verden i dag.

- 26/10: USA.** Derek Beach, professor i statskundskab, Aarhus Universitet
- 02/11: Europa og EU.** Rasmus Brun Pedersen, lektor i statskundskab, Aarhus Universitet
- 09/11: Mellemøsten og Nordafrika.** Peter Seeberg, lektor emeritus i mellemøststudier, Syddansk Universitet
- 16/11: Afrika.** Holger Bernt Hansen, professor emeritus i afrikastudier, Københavns Universitet
- 23/11: Asien.** Clemens Stubbe Østergaard, lektor emeritus i statskundskab, Aarhus Universitet
- 30/11: Latinamerika.** Jan Gustafsson, lektor i latinamerikanske studier, Københavns Universitet
- 07/12: Østeuropa og Rusland.** Søren Riishøj, lektor emeritus i statskundskab, Syddansk Universitet

2223-118

Velfærdsstatens udfordringer

TID: 26/10, 5 onsdage, kl. 17:15-19:00
PRIS: 695 kr., studerende 350 kr.

Der er nok udfordringer at få øje på i velfærdsstaten. Udbyttesagen og Britta Nielsens svindel i Socialstyrelsen er fundamentale tillidsbrud. Digitaliseringen vil føre til færre job til ufaglærte og i servicesektoren, hvilket kan skabe øget arbejdsløshed og ulighed. Og globaliseringen, den frie bevægelighed og konkurrencestaten har i stigende grad udhulet idéen om den universelle velfærdsstat, hvor alle har ret til det samme uanset indkomst. Kan vi løse velfærdsstatens udfordringer – og beholde velfærden?

- 26/10: Mere kontrol eller tillid?** Gert Tinggaard Svendsen, professor i statskundskab, Aarhus Universitet
- 02/11: Hvordan påvirker EU-samarbejdet velfærdsstaten?** Caroline de la Porte, professor MSO i statskundskab, Copenhagen Business School
- 09/11: Udsyn – velfærdsstaten udenfor Danmarks grænser.** Carsten Jensen, professor i statskundskab, Aarhus Universitet
- 16/11: Hvordan tackler velfærdsstaten den digitale økonomi?** Bent Greve, professor i samfundsvidenskab, Roskilde Universitet
- 23/11: Opgør med de universelle ydelser?** Jørgen Goul Andersen, professor i statskundskab, Aalborg Universitet

2223-249

USA bag facaden

TID: 26/10, 6 onsdage, kl. 17:15-19:00
PRIS: 795 kr., studerende 395 kr.

Store interne stridigheder præger stadig det amerikanske samfund, idet Joe Biden går ind i sit andet år i præsidentembedet og står overfor midtvejsvalget. Nye konflikter rejser spørgsmål om USA hos både amerikanerne og resten af verden. Så hvordan står det til hos supermagten på den anden side af Atlanten? Hvordan skal vi forstå de racerelaterede konflikter? Er det amerikanske folk mere splittet i dag, end det har været tidligere? Og kan USA fastholde sin status som supermagt i fremtiden?

- 26/10: Præsident Biden og demokratiet.** Niels Bjerre-Poulsen, lektor i historie, Syddansk Universitet
- 02/11: Race, multikulturalisme og immigration.** Jørn Brøndal, professor og leder af Center for Amerikanske Studier, Syddansk Universitet
- 09/11: Konspirationsteorier i USA - før og nu.** Kasper Grotle Rasmussen, lektor i historie, Syddansk Universitet
- 16/11: USA's økonomi.** Christian Bjørnskov, professor i økonomi, Aarhus Universitet
- 23/11: Amerikansk udenrigspolitik.** Derek Beach, professor i statskundskab, Aarhus Universitet
- 30/11: USA's retssystem – en politisk kampplads.** Jørgen Albæk Jensen, professor i forfatningsret, Aarhus Universitet

2313-140

Alt hvad du bør vide om samfundet

— **TID:** 25/1, 6 onsdage, kl. 17.15-19.00
PRIS: 795 kr., studerende 395 kr.

Vil du vide mere om, hvordan samfundet ser ud i dag, og hvordan det vil udvikle sig i fremtiden? Hør om Danmarks økonomi, velfærdssystem, parlamentariske system, retsvæsen, sikkerhedspolitik og meget mere. Disse elementer vil blive set i perspektiv af fortiden, ligesom vi vil skue ud i fremtiden. Mød centrale danske samfundsforskere, og bliv klædt på til at deltage i samfundsdebatten.

- 25/01: Danmarks moderne statshistorie.** Claus Møller Jørgensen, lektor i historie, Aarhus Universitet
- 01/02: Danmarks parlamentariske system.** Palle Svensson, professor emeritus i statskundskab, Aarhus Universitet
- 08/02: Dansk retsvæsen.** Nicolaj Sivan Holst, lektor i jura, Aarhus Universitet
- 15/02: Økonomi.** Martin Paldam, professor emeritus i økonomi, Aarhus Universitet
- 22/02: Danmarks sikkerhedspolitik.** Peter Viggo Jakobsen, lektor i forsvars- og sikkerhedspolitik, Forsvarsakademiet og professor, Center for War Studies, Syddansk Universitet
- 01/03: Velfærdsstaten.** Jørgen Goul Andersen, professor i statskundskab, Aalborg Universitet



På Folkeuniversitetet kan du møde forskerne i øjenhøjde til forelæsninger, livestreams og på ture i det fri. Fra 'Hjernen gemmen 100.000 år', Moesgaard Museum.

2313-074

Demokratiets krise og den nye konservatisme

— **TID:** 25/1, 8 onsdage, kl. 17.15-19.00
PRIS: 995 kr., studerende 495 kr.

Vores demokratier gennemlever en midtlivskrise, hvor de ser ud til at falde fra hinanden. Vi ser alvorlige demokratiske krisetegn i forbindelse med den engelske Brexit-diskussion, i nye højrenationale bevægelser i Tyskland og i stærkt konservative partier i Polen og Ungarn. Populistiske slagord og nationalisme gør sig markant gældende hos de politiske ledere i USA og Rusland, mens der i bl.a. Tyrkiet og i Mellemøsten ses forstærkede autokratiske tendenser. Hvor er det hele på vej hen? Udgangspunkt i bogen 'Demokratiets krise og de nye autokratier' (Aarhus Universitetsforlag).

- 25/01: Demokratiets aktuelle kriser: Et overblik.** Peter Seeberg, lektor emeritus i mellemøststudier, Syddansk Universitet
- 01/02: Autokratiske tendenser på Balkan.** Christian Axboe Nielsen, lektor i historie og human security, Aarhus Universitet
- 08/02: Brexit og demokratiske krisetegn i Storbritannien.** Casper Sylvest, lektor i historie, Syddansk Universitet
- 15/02: Tyskland: Stabilitetens hjemland under pres fra højre?** Thomas Wegener Friis, lektor i historie, Syddansk Universitet og visiting professor, Europa-Universitæt Flensburg
- 22/02: Antidemokratiske tendenser i Visegrád-landene.** Peter Bugge, lektor i centraleuropastudier, Aarhus Universitet
- 01/03: Det splittede USA og udviklingen under Joe Biden som præsident.** Niels Bjerre-Poulsen, lektor i historie, Syddansk Universitet
- 08/03: Nykonservatisme og nationalisme i Putins Rusland.** Erik Kulavig, lektor emeritus i historie, Syddansk Universitet
- 15/03: Forstærkede autokratiske tendenser i Tyrkiet og Mellemøsten.** Peter Seeberg, lektor emeritus i mellemøststudier, Syddansk Universitet

2313-043

Sprogdetektiv – når sproget fælder mordere og terrorister

— **TID:** 25/3, 1 lørdag, kl. 11.00-15.00
PRIS: 350 kr., studerende 195 kr.
UNDERVISER: Mads Christiansen, lektor i sprog, Aalborg Universitet

Kan man fange mordere og terrorister ved hjælp af sproglige analyser? Ja, er det korte svar, og derfor anvender FBI ofte sprogligt materiale i sin efterforskning, bl.a. e-mails og sms'er. For ingen mennesker skriver eller taler helt ens, og derfor kan sproget give et værdifuldt fingerpeg om, hvem der står bag fx et anonymt trusselsbrev. Forløbet giver en introduktion til sprogligt bevismateriale i efterforskning og retssager. Der gives løbende eksempler på danske og udenlandske sager, hvor sproget har bidraget til at fælde gerningsmanden.

Arbejdsliv, ledelse & kommunikation

2223-258

Kom i gang med aktieinvestering

— **TID:** 7/9, 1 onsdag, kl. 17:15-21:15
PRIS: 495 kr., studerende 250 kr.
UNDERVISER: Morten M. Bang, cand.merc.aud., aktieanalytiker og iværksætter

Vil du i gang med at investere i aktier, og vil du have den rette viden til at komme godt fra start med investeringerne? Så vær med denne aften. Med afsæt i teori og praktiske erfaringer vil du lære om de muligheder og risici, der kan opstå ved aktieinvestering, og du vil få viden og værktøjer til at komme i gang med aktieinvestering. Få en introduktion til aktiehandel og viden om fundamental analyse, forskellige værktøjer og indsigt i relevante nøgletal. Hør også om fejl og motivation, og find ud af, om aktieinvestering er noget for dig. Underviser Morten M. Bang er en erfaren aktieanalytiker og iværksætter med 15 års erfaring inden for aktieinvestering og ejendomsinvestering. Morten har en stor passion for at gøre økonomi og investering spændende og tilgængeligt for flere.

2223-028

Pausen under pres – pausens betydning for hjernen, læring og trivsel

— **TID:** 12/11, 1 lørdag, kl. 10.00-16.00
PRIS: 595 kr., studerende 295 kr.
UNDERVISERE: Ole Lauridsen, lektor emeritus i undervisning og læring, Aarhus Universitet, og Lærke Egefjord, læge, forfatter og billedkunstner

Pausen er under pres. Vi halser gennem livet uden virkelig at stoppe op. Vi bliver stressede og syge, vi lærer og arbejder dårligere – hele vores kognitive potentiale lider under dette evige jag. Vi bilder os ganske vist ind, at vi stopper op og giver plads til os selv, men gør vi nu også det? På forløbet vil vi se nærmere på vores kognitive funktioner og vores læring. Vi vil behandle konsekvenserne af den pauseløse hverdag. Og først og sidst: Vi vil tage fat i den ægte pause, hjernepausen, og dens betydning for vores dagligdag og tankevirksomhed. Deltagerne vil få masser af råd og teknikker til at få lagt pauser ind i hverdagen – trods tidspres og tidsnød.

2223-119

Social intelligens: Dit kørekort til det gode samarbejde

— **TID:** 12/11, 1 lørdag, kl. 10.00-16.00
PRIS: 595 kr., studerende 295 kr.
UNDERVISER: Lone Belling, cand.phil., forfatter og organisations- og ledelseskonsulent, Liv og Lederskab

Vores evne til at mærke og forstå hvad der foregår inde i et andet menneske, er det, der adskiller os fra dyrene. Vi er skabt til at være sociale, hvilket underbygges af den nyere hjerneforsknings opdagelse af spejlneuroner, som nogle forskere kalder psykologiens svar på DNA. Nyere videnskabelige studier viser også, at det nok så meget er menneskers evne for samarbejde fremfor konkurrencen, der har skabt fremskridt og udvikling. Hør, hvordan denne viden kan have indflydelse på liv og arbejdsliv, og hvordan samarbejde og samskabelse, empati og compassion kan trænes på linje med andre intelligenser.

2313-041

Præsentation for professionelle

— **TID:** 8/3, 4 onsdage, kl. 17:15-19:00
PRIS: 695 kr., studerende 350 kr.

Mange mennesker leverer præsentationer som en del af deres job eller virke. Det kan være store taler, præsentationer på konferencer, foran kollegerne eller til møder. Fælles for alle disse præsentationer er, at du ønsker at være godt forberedt, men fri. Det sætter dette kursus dig i stand til. Med udgangspunkt i undervisernes fire bøger får du konkrete redskaber, ny viden og træning i at blive en mere fri, spontan og levende formidler.

08/03: **Ord.** Linda Greve, ph.d., leder af VIA Uddannelsesakademi

15/03: **Retorisk improvisation.** Lis Raabjerg Kruse, cand.mag. i retorik

22/03: **Den gode præsentation.** Lis Raabjerg Kruse, cand.mag. i retorik

29/03: **Videnskommunikation.** Linda Greve, ph.d., leder af VIA Uddannelsesakademi

Få ny inspiration til dit arbejdsliv – fx sammen med kollegerne. Vi udbyder et bredt udvalg af kurser med fokus på bl.a. præsentation, samarbejde og ledelsesudvikling. Fra Århundredets Festival.



2313-275

Mere menneske, mindre management. Filosofisk inspiration til organisation og ledelse

TID: 15/3, 1 onsdag, kl. 17:15-21:15

PRIS: 495 kr., studerende 250 kr.

UNDERSISER: Tommy Kjær Lassen, ph.d. i anvendt filosofi og ekstern lektor i videnskabsteori, Copenhagen Business School

I en professionel og teknologisk ledelsestid er der mere end nogensinde brug for at styrke den menneskelige side af ledelse. Fremtidens ledelse er for den, der vil være menneske først og leder næst. Få mere af dig selv med i det personlige lederskab og i dit arbejdsliv, og styrk det professionelle engagement med metoder og indsigter fra praktisk filosofi. Denne forelæsning præsenterer en række filosofiske tilgange til udvikling af ledelse og arbejdsliv. Aftenen tager afsæt i bogen 'Filosofi for ledere' (Samfundslitteratur) og er relevant for alle, der ønsker mere dybde, refleksion og eftertanke i dagligdagen.

2313-227

Empati og compassion: Bliv en bedre leder og kollega med fremtidens vigtigste kompetencer

TID: 25/3, 1 lørdag, kl. 10.00-16.00

PRIS: 595 kr., studerende 295 kr.

UNDERSISER: Lone Belling, cand.phil., forfatter og organisations- og ledelseskonsulent, Liv og Lederskab

Kender du det at få netop den hjælp fra en kollega, som du har brug for? At føle dig hørt i en vanskelig situation? Sådan er det, når du oplever empatisk lytten og handling med compassion – vigtige kompetencer, der gør os mere socialt intelligente og afgørende for samarbejde, kommunikation og trivsel på arbejdspladsen. Med self-compassion kan du bruge din empathiske indlevelse uden at blive overvældet af andres følelser. At dele andres lidelser og føle med dem kan føre til afmagt, stress og udbrændthed og forhindre klarhed i prioriteringer og beslutninger. Med compassion lærer du i stedet vigtigheden af at føle for mennesker og mærke motivationen til at hjælpe og støtte med sans for helheden. Når du har kontakt med din empati og compassion er det også langt lettere at udvikle dit etiske kompas som hjælp til at navigere i en kompleks verden.

2313-228

Personlig ledelsesudvikling i en kompleks verden

TID: 29/3, 1 onsdag, kl. 17:15-21:15

PRIS: 495 kr., studerende 250 kr.

UNDERSISER: Eva Damsgaard, cand.mag. i medievidenskab og organisationsudvikling, ledelsesudviklings-konsulent, CAPIO CONSULT Aps

Hvad trækker du på som leder, når du står i komplekse situationer? Hvordan ved du, hvad der er rigtigt eller bedst at gøre, når noget bliver svært i ledelse? Megen ledelsesudvikling går på færdigheder, kompetencer, modeller og metoder til ledelsesarbejdet, og det spiller alt sammen en afgørende rolle. Men det er mindst lige så vigtigt at arbejde med sine egne indre mentale modeller og måder at skabe mening på i ledelsesarbejdet. Det vil denne aften handle om. Med afsæt i Harvard-professor Robert Kegan's forskning stiller vi skarpt på den personlige udvikling. Hør, hvordan du som leder kan blive klogere på det, du lader dig guide af, og få indsigter og inspiration til både selvledelse og ledelse af andre.



Heldagskurser – få inspiration og redskaber til dit arbejdsliv

Tilbring en lærerig dag i de smukke omgivelser på Moesgaard Museum, og få konkrete værktøjer inden for ledelse, kommunikation og konflikthåndtering eller viden om, hvordan du skaber mere mening i arbejdslivet.

2221-406

Leder uden kasket

TID: 9/11, 1 onsdag, kl. 10.30-16.15

PRIS: 1275 kr. inkl. frokost og kaffe

UNDERVISER: Maibrith Kempa Jensen, ph.d. i ledelse, coach, WOHA

Mange fagligt stærke specialister har ledelsesfunktioner uden mandat. Her er det vigtigste redskab for at trives og lykkes dig selv, din personlige autoritet og gennemslagskraft. Men hvordan driver du mennesker, projekter, teams og arbejdsgrupper frem mod målet? Hvordan håndterer du krydspres, kollegaer, der ikke samarbejder optimalt, og konflikter, som du er en del af, når du ikke har den formelle ledelsesautoritet? Forløbet introducerer dig for en række konkrete værktøjer inden for relationsledelse, kommunikation og konflikthåndtering, der gør det muligt for dig at navigere i et krydspres af forventninger. Dagen henvender sig til dig, der i det daglige udøver ledelse, typisk på grund af din faglighed og anciennitet, men som ikke har en formel ledertitel.

2221-405

Det meningsfulde arbejdsliv

TID: 9/11, 1 onsdag, kl. 10.30-16.15

PRIS: 1275 kr. inkl. frokost og kaffe

UNDERVISERE: Christian T. Lystbæk, lektor i organisation og ledelse, Aarhus Universitet, og Michael Nørager, ph.d. og lektor i innovation og forandringsledelse, Aarhus Universitet

Sundhedsstyrelsens rapport fra 2021 om 'Danskernes Sundhed' fortæller os, at det mentale helbred er i frit fald. Vi får stadig sværere ved at se meningen med det, vi foretager os. Der er brug for bæredygtige løsninger nu. Kom til heldagskursus, og bliv klogere på, hvad vi i fællesskab, på den enkelte arbejdsplads, kan gøre ved situationen. Kom og få noget at tænke over, værktøjer med hjem og noget at grine af: Gennem kurset bliver du inspireret til at forstå dig selv og de andre på måder, der giver selvindsigt, mening, skaber nye perspektiver og løfter dit eget dannelsesniveau. Kurset indeholder konkrete og meget let tilgængelige metoder til langsomt, men sikkert at udvikle dit og fællesskabets behov for stadig mere mening i arbejdslivet.

Forstå USA

De seneste årtiers skråsikre tilgang til det liberale demokrati har skabt splittelse og presset marginaliserede positioner på den nye højrefløj til at reagere. I USA er det en udvikling med rødder dybt forankret i den amerikanske selvforståelse, forklarer Vibeke Schou Tjalve, seniorforsker i global sikkerhed og verdenssyn ved Dansk Institut for Internationale Studier.

Af Noa Kjærsgaard Hansen

Selvom USA og Europa på mange måder er ens, er USA grundlagt som forsøg på at være anderledes. Da de første puritanere ankom til den amerikanske østkyst i 1620'erne, opfattede de selv deres kolonier som et forsøg på at undslippe Europas centralisme, dekadence og magtkampe. Med sig havde man europæiske idéer og traditioner, men også en idé om, at Europa havde ødelagt sig selv og måtte genskabes på et nyt kontinent fri fra fyrster og konger og med en overflod af jord og ressourcer.

Sådan fortæller amerikanerne ofte selv historien om USA som et Europa 2.0, forklarer Vibeke Schou Tjalve, seniorforsker ved DIIS. Og det var da også de puritanske rødder, der for alvor vakte hendes interesse for USA som ideologisk kampplads, da hun som studerende rejste rundt på den amerikanske østkyst:

"Jeg var med til en 4th of July-parade, hvor deltagerne var klædt ud som alt fra Abraham Lincoln til Mark Twain. Helt almindelige borgere klædt ud som de historiske figurer, de hver især beundrede mest. Der var så synligt et visuelt udtryk af, at i det her land kæmpes der konstant om, hvad det er for en idé og strømning, der skal vinde, og hvad det er for en variant af selvstyre, der skal sejre. Det, synes jeg, var ekstremt interessant," fortæller hun og fortsætter:

"Jeg prøvede også at forstå, hvorfor man selv i dag dyrker den fortid så intenst. Der hænger et billede af den puritanske prædikant og leder John Winthrop på hvert et museum, og i både private hjem og offentlige bygninger finder man motivet med det lille puritanske skib 'The Mayflower' på vej over Atlanten. Så den her metafor med, at man er et pioner-samfund og et eksempel for verden, den er visuelt til stede overalt."

DET RIGTIGE OG DET GODE SAMFUND

Allerede da hun startede på universitet i 90'erne, havde Vibeke Schou Tjalve følelsen af, at verden blev overtaget af USA:

"Det var lige midt i det her øjeblik med murens fald og Fukuyamas udmelding om liberalismens endelige sejr. Og så var det også midt i konflikten på Balkan, der blev formativ for mig. Der var en udtalt



følelse af, at den amerikanske forståelse af det gode samfund havde vundet den kolde krig – og med den amerikanske intervention i Kosovo yderligere en følelse af, at USA gik forrest i at forme det nye Europa. Man fornemmede stærkt, at det, vi var på vej ind i, var en epoke, hvor dannelsen af det rigtige og det gode samfund, og af hvad demokrati var for en størrelse, i høj grad ville blive defineret fra amerikansk hold."

Oplev Vibeke Schou Tjalve til livestreamingen 'Det splittede USA'. Se side 27.

Psykologi & sundhed

2223-090

Alt hvad du bør vide om psykologi

TID: 7/9, 5 onsdage, kl. 17.15-19.00

PRIS: 695 kr., studerende 350 kr.

Hvordan fungerer menneskets hukommelse, hvad påvirker vores sociale adfærd, og hvordan udvikles vores personlighed? Psykologi handler om at forklare, hvorfor vi mennesker oplever, føler, tænker, handler og udvikler os, som vi gør. Få indblik i de vigtigste milepæle inden for psykologi, og bliv introduceret til den nyeste viden på området. Forelæsningerne giver dig redskaber til refleksion og analyse af psykologiske problemstillinger. Bliv klogere på dig selv og andre, og få en bedre forståelse og respekt for menneskers forskelligheder.

07/09: Personlighedspsykologi. Ole Michael Spaten, lektor i personlighedspsykologi, Aalborg Universitet

14/09: Kognitionspsykologi. Simon Nørby, lektor i kognitionspsykologi, Aarhus Universitet

21/09: Udviklingspsykologi. Osman Skjold Kingo, lektor i udviklingspsykologi, Aarhus Universitet

28/09: Læringspsykologi. Frans Ørsted Andersen, lektor i uddannelsesforskning, Aarhus Universitet

05/10: Socialpsykologi. Inger Glavind Bo, lektor i socialpsykologi, Aalborg Universitet

2223-086

60+ en ny begyndelse

TID: 26/10, 6 onsdage, kl. 17.15-19.00

PRIS: 795 kr., studerende 395 kr.

Vi har ikke blot fået flere leveår, vi har – uden at det er gået rigtigt op for os – også fået en spritny fase i livet mellem voksen og gammel. Stadig flere 60+’ere oplever, at de både mentalt og fysisk kan meget mere end forventet, og at det ikke er dem, men måske snarere den ensidige fortælling om forfald og tab, der skal pensioneres. Tidligere har man troet, at blot man fik styr på økonomien som pensionist, skulle resten nok gå – som en leg ligefrem. I dag har flere og flere erfaret, at de sociale, de mentale og de fysiske aspekter i den nye livsfase efter arbejdslivet er langt vigtigere at få vendt og drejet. Hvad skal den nye livsfase så bruges til? Få et grundigt kig ind ad vinduet til de mange aspekter i den nye begyndelse som fuld-voksen 60+’er. Og hør forskernes bud på, hvad et godt, sundt og meningsfuldt liv som 60+’er kan være i det 21. århundrede.

26/10: Den nye livsfase – når 'det er alderbedst'. Poul-Erik Tindbæk, chef-konsulent og ph.d., en3karriere

02/11: Hold hjernen i gang. Ole Lauridsen, lektor emeritus i undervisning og læring, Aarhus Universitet

09/11: Sund og aktiv aldring – hvad kan man selv gøre? (på letforståeligt engelsk). Suresh Rattan, professor emeritus i biogerontologi, Aarhus Universitet

16/11: Sociale relationers indvirken på sund aldring. Kristian Park Frausing, cand.psych, ph.d.-studerende i aldring, Aarhus Universitet

23/11: Positiv psykologi og det meningsfyldte liv. Hans Henrik Knoop, lektor i psykologi, Aarhus Universitet, samt ekstraordinær professor, North-West University, South Africa

30/11: Livsfortællinger – hvordan vi ser tilbage på vores liv. Rikke Amalie Agergaard Jensen, postdoc i psykologi, Aarhus Universitet

FÅ VIDEN HJEM I STUEN. SE SIDE 26



Vi byder på gratis
livstreamede forelæsninger

2223-123

Hjernemad

— **TID:** 26/10, 6 onsdage, kl. 19.30-21.15
PRIS: 795 kr., studerende 395 kr.

Kan vi spise os til et bedre mentalt helbred? Hjernemad er et nyt ord, der er dukket op i det offentlige rum. Det pointerer en vigtig sammenhæng mellem hjerne, kost, tarms og vaner, som tidligere har været overset. Vi ved det alle sammen godt – det, vi spiser, påvirker vores fysiske og psykiske sundhed, men det har ikke altid været en selvfølge, og vi glemmer det tit i hverdagen. Men hvordan påvirker kosten rent faktisk vores hjerne? Er der nogle særlige fødevarer, der egner sig godt til at give vores hjerne energi? Hvad er sammenhængen mellem tarmen og hjernen? Og hvad betyder vaner, kropserfaring og selvkontrol for vores forhold til mad? Kom og få eksperternes svar på de gådefulde sammenhænge mellem hjernen, vaner og mad, når ny viden bringes på banen i en ekstraordinær sammensætning af forskere inden for området.

- 26/10: Introduktion til hjernen, og hvorfor den har brug for mad.** Per Bendix Jeppesen, lektor i endokrinologi, Aarhus Universitetshospital
- 02/11: Tarmen – den tredje hjerne?** Anders Abildgaard, læge, ph.d., Institut for Klinisk Medicin, Aarhus Universitet
- 09/11: Hjerne kemi og spiseadfærd.** Jakob Linnet, dr.med., ph.d., cand.psyh. aut., leder af klinik for ludomani og BED, Odense Universitetshospital
- 16/11: Toptrimmede tarme og tanker.** Mette Borre, klinisk diætist, Aarhus Universitetshospital
- 23/11: Hjernens aldring – kan den påvirkes af det, vi spiser?** Morten Scheibye-Knudsen, læge, lektor i aldring, Center for Sund Aldring, Københavns Universitet
- 30/11: Vaner, kropserfaring, selvkontrol og måltider.** Niels Viggo Hansen, filosof, fysiker, postdoc, Dansk Center for Mindfulness, Aarhus Universitet

Forelæsningsrækken 'Hjernemad' sætter fokus på, hvordan kosten påvirker vores hjerne. Fra hjernedag, Moesgaard Museum.

2223-122

Relationskompetencer – styrk dine relationer

— **TID:** 12/11, 1 lørdag, kl. 10.00-16.00
PRIS: 495 kr., studerende 250 kr.
UNDERVISER: Rikke Dinnetz, cand.mag. i kommunikation, journalist og forfatter

Relationer er det vigtigste, vi har, og hvordan vi går i relation med andre har direkte indflydelse på vores personlige livskvalitet, helbred og trivsel på jobbet. Relationskompetence er kunsten at se og møde et andet menneske, som det er – uden at ville lave det om. Det kræver selvindsigt, og derfor handler relationskompetence om, hvordan vi som mennesker kan blive bedre til at gå i kontakt med både os selv og med andre mennesker. Med afsæt i ny såvel som klassisk forskning får du denne dag indsigter, øvelser og konkrete værktøjer, der kan styrke dine relationer både på arbejdspladsen, i familien – og med dig selv. Vi kommer bl.a. omkring disse emner: selvrefleksivitet, selvafgrænsning og empati – det, der binder verden sammen. Ligeværdighed, positiv kommunikation og aktiv lytning. Hvordan vores tilknytningsmønster påvirker vores evne til at indgå i relationer med andre mennesker – og hvordan vi kan styrke vores tilknytning gennem livet. Hvordan vi bliver relationskompetente forældre, der møder vores børn ligeværdigt – uden at fralægge os lederskabet.

2223-121

Forstå dine drømme

— **TID:** 12/11, 1 lørdag, kl. 10.00-16.00
PRIS: 495 kr., studerende 250 kr.
UNDERVISER: Michael Rohde, drømme-forsker, medlem af International Association for the Study of Dreams, IASD

Forskning viser, at alle mennesker drømmer to timer hver nat. Men for mange af os er det stadig et mysterium, hvorfor vi drømmer, og hvad vores drømme rent faktisk handler om. Nogle drømme opleves så virkelige, at vi vågner med hjertebanken eller en stærk følelse i kroppen, som følger os resten af dagen. Andre drømme vender tilbage – igen og igen – mens mange drømme udviskes, så snart vi slår øjnene op. Med afsæt i den nyeste forskning inden for ubevidst intelligens og drømme dykker vi denne dag ned i, hvad drømme er og kan, og hvordan du helt konkret husker, forstår og bruger dem. Dine drømme er nemlig en uvurderlig kilde til selvindsigt og personlig udvikling. Få en bedre forståelse af dine drømme, og bliv herigennem klogere på dig selv og det liv, du lever. Undervisningen tager bl.a. afsæt i Michael Rohdes bog 'Sådan forstår du dine drømme' (Dansk Psykologisk Forlag), og hvordan man i dag arbejder med drømme – baseret på forskning og stor praktisk erfaring.



2223-124

Mindfulness og fordybelse i teori og praksis

TID: 12/11, 1 lørdag, kl. 10.00-16.00. Obs:

Medbring liggeunderlag og evt. tæppe

PRIS: 495 kr., studerende 250 kr.

UNDERVISER: Esther Sorgenfrei Blom, cand.psych.aut. og certificeret MBSR-lærer, Aarhus Universitet

Mindfulness handler om evnen til bevidst nærvær. Mindfulness vil sige observere og opleve på en måde, hvor vi øver os i at være ikke-dømmende, åbne og nysgerrigt interesserede. Mindfulness er en kvalitet af bevidst nærvær, som vi føjer til vores måde at opleve på. Vi anvender mindfulness i forhold til os selv og vores oplevelse af tanker, følelser og kropslige fornemmelser, og vi anvender mindfulness i forhold til andre i vores oplevelser af relationer, arbejde og hverdagslivet som helhed. Helt overordnet fremmer bevidst nærvær evnen til at leve et engageret liv uden at komme for meget ud af balance og forebygger dermed stress-relateret uheld. Forskning viser, at øget bevidst nærvær mindsker oplevelse af stress og forebygger udvikling samt tilbagefald af fx depression og forbedrer livskvalitet og relationer. Dagen byder på undervisning i mindfulness og fordybelse i en kombination af praktiske øvelser, teori og indblik i forskningen.

2313-244

Positiv psykologi i hverdagen

TID: 25/1, 5 onsdage, kl. 17.15-19.00

PRIS: 695 kr., studerende 350 kr.

Der vil altid eksistere dårligdomme og udfordrende situationer i hverdagen, som kan optage vores tanker negativt, dræne os for energi og få os til at miste overblikket. Men man kan gøre meget for at forebygge det ved at prioritere dét, der gør livet værd at leve – også når man møder modgang. Positiv psykologi er en nyere gren af psykologien, som fokuserer på, hvordan man kan trives og fungere godt i hverdagen, uanset om man er på arbejde eller har fri. Positiv psykologi er opstået, fordi man inden for psykologien i mange år har haft et dominerende fokus på behandling frem for forebyggelse – af fx stress og psykiske sygdomme. Bliv introduceret til den positive psykologis teorier og metoder, og få indblik i, hvordan positiv psykologi både kan bruges til at forebygge problemer og til at gøre hverdagen mere interessant.

25/01: Introduktion til den positive psykologi.

Hans Henrik Knoop, lektor i psykologi, Aarhus Universitet, samt ekstraordinær professor, North-West University, South Africa

01/02: Mental robusthed i hverdagen.

Ida Rahbek-Hertz, cand.mag. i psykologi og kommunikation, chefkonsulent, Center for Mental Robusthed

08/02: Motivation i hverdagen.

Frans Ørsted Andersen, lektor i uddannelsesforskning, Aarhus Universitet

15/02: Flow i hverdagen.

Frans Ørsted Andersen, lektor i uddannelsesforskning, Aarhus Universitet

22/02: Glæde og lykke i hverdagen.

Louise Tidmand, ph.d., forfatter og uddannelseschef i StyrkeAkademiet og postdoc Aarhus Universitet

2313-289

Få styr på din hukommelse

TID: 25/1, 4 onsdage, kl. 17.15-19.00

PRIS: 595 kr., studerende 295 kr.

Gennem hele livet skaber og bearbejder hjernen minder og erindringer, og hver dag hjælper hukommelsen dig med at huske fakta, færdigheder og oplevelser, som gør dig til lige præcis den, du er. Nogle gange dukker et gammelt minde spontant op – fx ved en særlig duft. Andre oplevelser glemmer vi. Men hvorfor, og hvad er forskellen? Få styr på hukommelsen, når en række forskere giver dig svar på, hvad hukommelsen består af, hvordan den udvikles og fungerer, og hvordan den kan påvirkes igennem hele livet.

25/01: Introduktion til hukommelsen.

Peter Krøjgaard, professor i udviklingspsykologi, Aarhus Universitet

01/02: Hukommelsens udvikling og de første minder.

Peter Krøjgaard, professor i udviklingspsykologi, Aarhus Universitet

08/02: Kan vi stole på vores hukommelse?

Trine Sonne, postdoc og forsker i psykologi, Aarhus Universitet

15/02: Hukommelse og emotioner (på letforståeligt engelsk).

Sinue Salgado, adjunkt i psykologi, Aarhus Universitet



Tag med til Hearts & Minds Festival i Aarhus 23-25/9

SE SIDE 28 OG LÆS MERE PÅ HEARTS-MINDS.DK

2313-286

Fup og fakta om din sundhed

— **TID:** 1/3, 5 onsdage, kl. 17:15-19:00
PRIS: 695 kr., studerende 350 kr.

Fup og fakta om din sundhed Sundhed er godt stof, og blandt andet derfor bliver vi konstant bombarderet med – ofte modstridende – budskaber om, hvad der er sundt. Vender madpyramiden spidsen opad eller nedad? Hvad skal vi spise – og hvornår? Gavner en lille skarp eller en kop kaffe sundheden, eller fremkalder indtagelsen ligefrem sygdommene? Er det bedst at styrketræne eller løbe en tur, hvis du gerne vil booste din sundhed? Hvad sker der, hvis du sover dårligt om natten? Og hvilken rolle spiller tarmbakterierne egentlig for din sundhed? Man kan let få det indtryk, at det, der er sundt i den ene uge, skal du undgå i den næste. Meget forvirrende kan begge budskaber imidlertid være sande, for mennesket er en kompleks konstruktion. Bliv klogere, når en række eksperter stille skarpt på nogle af de mange sundhedsbudskaber. For hvad er fup, og hvad er fakta?

01/03: Tarmsygdomme og kost.

Mette Borre, klinisk diætist, Aarhus Universitetshospital

08/03: Fysisk træning. Hvor sundt er det, og hvor meget skal der til?

Ole Bækgaard Nielsen, institutleder og professor i medicinsk fysiologi, Aarhus Universitet

15/03: Sund mund, sund krop? Lene

Baad-Hansen, professor i orofacial funktion og viceinstitutleder, Aarhus Universitet

22/03: Kost og ernæring – hvad har kroppen brug for? Esben Skipper Sørensen,

professor i molekylær ernæring, Aarhus Universitet

29/03: Mental sundhed. Jens Einar Jansen, psykolog, specialist i psykoterapi, ph.d. i psykiatri

Christian Lodberg Hvas og Søren Laurberg gør publikum klogere på tarmen til Hearts & Minds Festival. Til foråret kan du få viden om, hvordan tarmen fungerer og holdes sund. Se side 15.



2313-141

Slip bekymringerne

— **TID:** 25/3, 1 lørdag, kl. 10:00-14:00
PRIS: 350 kr., studerende 195 kr.
UNDERVISER: Maria Rasmussen, cand.psych.aut.

Hvad nu, hvis det går galt? Hvad mente vedkommende med det? Er jeg mon god nok? Det er en udbredt opfattelse, at den bedste måde at takle kriser på, er ved at bearbejde dem. Vi taler, tænker og analyserer i et forsøg på at tømme rygsækken for dårlig baggage. Men psyken skal ikke betragtes som en rygsæk. Ifølge ny forskning inden for metakognitiv terapi bør sindet i stedet betragtes som en si, hvor alt passerer, med mindre vi selv aktivt vælger at holde fast i det. Hvis vi bruger mange timer dagligt på at spekulere og bekymre os om, hvordan vi skal løse et problem, tapper vi os selv for energi og livsglæde. Vi bør i stedet fokusere på at begrænse tiden, vi bruger på denne slags tanker. Brug denne lørdag som en introduktion til metakognitiv terapi, og få øvelser til at arbejde med at løse konkrete bekymringer.

2313-082

Tarmen – fra ende til anden

— **TID:** 29/3, 1 onsdag, kl. 17:15-21:15
PRIS: 350 kr., studerende 195 kr.
UNDERVISERE: Mette Borre, klinisk diætist, Aarhus Universitetshospital, og Lotte Fynne, speciallæge og forsker i mave-tarm lidelser

De seneste år har forskningen i stigende grad understreget vigtigheden af en sund og vel-fungerende tarm, og emnet er med tiden blevet mindre tabubelagt. Tarmen har en utrolig kompleks fysiologi. Den har bl.a. sit helt eget nervesystem, opsuger næringsstoffer og producerer hormoner, der er afgørende for vores daglige liv. Vi kan ikke lide at tænke på, at vi bærer rundt på en tarm smækfyldt med bakterier, men foruden ville vi være fortabte. Tarmens bakterieflora beskytter os mod alt mulig ondskab og kan muligvis påvirke, om vi fx bliver tykke eller udvikler kræft. Bliv klogere på tarmsystemet, når to eksperter gennemgår tarmens funktion, de mest almindelige forstyrrelser af tarm og afføring og ernæringens betydning for tarmen. Du får viden om, hvad du selv kan gøre for at få en sund tarm, og hvornår du skal søge professionel hjælp.

Både positive og negative følelser kan være hjælpsomme

Følelser kan hjælpe os med at træffe beslutninger og fungere som en slags kompas. Men det kræver, at vi kan og er villige til at opleve vores følelser – både dem, der medfører behag og ubehag, lyder det fra Mia Skytte O'Toole, klinisk psykolog og lektor i psykologi ved Aarhus Universitet.

Af Noa Kjærsgaard Hansen

Hvordan opstår følelser, og hvad kan vi bruge dem til? Det er noget af det, Mia Skytte O'Toole, klinisk psykolog og lektor i psykologi ved Aarhus Universitet, har forsøgt at tydeliggøre i bogen 'Følelsernes kompas', der inviterer os til at kigge på vores følelsesliv fra nye vinkler. O'Toole uddyber:

"Det, man kan finde enighed om, er, at følelser afspejler en form for fortolkning af det, der foregår. På ethvert givet tidspunkt har vi noget for som mennesker i form af mål og behov. De situationer, vi er i – eller tænker os til – har større eller mindre potentiale til at opfylde netop de mål og behov. Vores følelser viser os, hvordan det står til."

SKAL VI SLIPPE BEKYMRINGERNE?

Hvis vi skal undgå at nå derhen, hvor vi ikke længere kan finde hoved og hale i, hvad vi føler og hvorfor, kunne det nemme svar være, at vi skal være bedre til at slippe vores bekymringer. Men bekymringer ikke nødvendigvis dårlige, forklarer O'Toole:

"Her skal vi skelne det hensigtsmæssige fra det uhensigtsmæssige. Det har nogle forskellige kvaliteter, når det er hensigtsmæssigt, og med det mener jeg pragmatisk eller hjælpsomt i en tilværelse. Det at kunne bekymre sig er en kæmpe gave. At kunne tænke frem i tid, planlægge, se forhindringer, komme med mulige løsninger. Men det er klart, at når vi kommer til at sidde fast i tankemønstrene og bekymrer os om det samme igen og igen uden at få løst nogen problemer, så bliver det cirkulært, og man får en følelse af at lande det samme sted igen og ikke at komme nogen vegne."

Lektoren giver her tre gode råd til, hvordan vi bliver bedre til at skelne og bedre til at navigere i vores følelser – og bruge dem til at navigere for os:

1. Både positive og negative følelser kan være hjælpsomme. Det er vigtigt også at kunne være i stue med de negative følelser. Hvis jeg længes efter kontakt til andre mennesker, fordi jeg er ensom, så kan det at gøre ophold ved den tristhed og ensomhed hjælpe mig til at gøre noget andet.
2. At skelne mellem primære og sekundære følelser. Hvilke følelser er det egentlig, der peger på mine behov og mine mål? Hvad kom først i tid, inden jeg havde den problematiske følelse, fx inden jeg blev vred? Det er det, psykoterapi handler om. Hvis ikke det var vrede, hvad var det så?
3. Man kan lære at reagere følelsesmæssigt anderledes. Det er ikke mejslet i sten, at bestemte følelsesmæssige reaktioner hører til bestemte situationer.

Oplev Mia Skytte O'Toole til livestreamingen 'Dine følelser er dit kompas'. Se side 26.

"Det at kunne bekymre sig er en kæmpe gave. At kunne tænke frem i tid, planlægge, se forhindringer, komme med mulige løsninger."



Natur & univers

2221-266

Oplev Danmarks natur: Stråsø Plantage

TID: 11/9, 1 søndag, kl. 10.30-14.30

PRIS: 350 kr., studerende 195 kr.

STED: Mødested oplyses efter tilmelding

UNDERSISERE: Lærke Sofie Glerup
Hansen, cand.scient. i biologi, og Emil
Skovgaard Brandtoft, biolog

Stråsø Plantage er både en af landets ældste og største plantager og består i dag af en blanding af gammelt egekrat, nåletræsplantage og åbne heder. I århundreder kæmpede de vestjyske bønder mod sandfygningen, men med hjælp fra plantagerne blev det lettere at dyrke det barske og omskiftelige landskab. I dag rummer området flere steder noget ganske særlig natur, og desuden har ulven kastet sin kærlighed på plantagen. Tag med på en spændende tur til ulveland, når vi denne søndag ser nærmere på naturen ved Stråsø Plantage. Vi går i dybden med planter, insekter, fugle og meget andet og ser også nærmere på, hvorfor området her er det danske ulvehotspot. Efteråret er desuden brunsttid for den store bestand af kronhjorte, hvis påvirkning af landskabet vi også kommer til at se nærmere på.



SE SIDE 34

Gratis: Prøv 3 måneders
abonnement på Vid&Sans

2223-140

Svampenes verden – ude og inde

TID: 20-21/9, tirsdag kl. 16.30-18.30 og
onsdag kl. 17.15-21.15

PRIS: 495 kr., studerende 250 kr.

STED: Se mødesteder på fuau.dk

UNDERSISER: Jan Kjærgaard, cand.scient.
i biologi, naturvejleder

Svampe har altid fascineret mennesker. De dukker op de mærkeligste steder, nogle er spiselige, og andre har ry for at være dødsens giftige. Vi har tusinder af svampearter herhjemme. Op mod 100 er gode spisesvampe, og ca. 10 er alvorligt giftige – men aldrig så giftige, at de er farlige at røre ved. Tag med naturvejleder Jan Kjærgaard på svampetur i skoven, og hør om svampenes særlige kendetegn. Se, mærk og duft til svampene, som du herefter medbringer til forløbets anden del inden døre. Forløbets anden del består af forelæsning om svampeken- detegn, svampenes forunderlige liv og deres store betydning i naturens husholdning.

20/09: Svampetur i skovene ved Silkeborg

21/09: Svampenes forunderlige verden

2223-139

Livets største spørgsmål

TID: 2/11, 5 onsdage, kl. 17.15-19.00

PRIS: 695 kr., studerende 350 kr.

Hvad er liv? Hvad er et menneske? Hvor sidder bevidstheden? Hvor ender universet? Og er der liv derude? Forelæsningsrækken er en spændende opdagelsesrejse ind i nogle af de mest grundlæggende og universelle temaer i menneskelivet og i verden – temaer med svimlende og ufattelige perspektiver. Forskningen lever af ubesvarede spørgsmål – og der er heldigvis stadig mange af dem, men samtidig kommer vi også hele tiden nærmere nogle svar. Få fem naturvidenskabelige forskeres bud på et svar på en stribe af de helt store spørgsmål, og få præsenteret de komplicerede emner, så de er til at forstå.

**02/11: Hvordan opstod universet
– og hvornår går det under?**

Ole J. Knudsen, BSc i fysik og astro-
nomi, Aarhus Universitet

09/11: Hvad er liv? Jens Fedder, professor
i human reproduktion, Odense Univer-
sitetshospital

**16/11: Hvordan er mennesket blevet
menneske?** Mikkel Heide Schierup,
Aarhus Universitet

23/11: Hvad består vores bevidsthed af?
Albert Gjedde, professor emeritus i
neurobiologi og farmakologi, Køben-
havns Universitet

30/11: Er der liv andre steder i universet?
Kai Finster, professor i astrobiologi,
Aarhus Universitet

2223-141

Kvantefysik og filosofi

— **TID:** 7/12, 1 onsdag, kl. 17:15-21:15
PRIS: 350 kr., studerende 195 kr.
UNDERVISER: Jens Olaf Pepke Pedersen, seniorforsker i klima-ændringer, DTU Space

Kvantefysik er en af de mest succesrige teorier, mennesket endnu har udviklet. Den har givet os indsigt i atomernes verden og gjort det muligt at udvikle helt nye teknologier. Men det er også en fysisk teori, som beskriver fænomener, vi ikke kender fra vores dagligdag. Og som vi ikke har noget godt sprog for, og som også er i modstrid med vores erfaringer. Hvad fortæller kvantefysikken os om verden, og hvad er de filosofiske konsekvenser heraf? I forelæsnningen vil vi se på kvantefænomener og teorien, der bruges til at forklare dem, samt diskutere, om nogle af aspekterne har filosofiske konsekvenser.

2313-145

Store spørgsmål om universet

— **TID:** 8/3, 4 onsdage, kl. 17:15-19:00
PRIS: 595 kr., studerende 295 kr.

Når mørket falder på, og det gyldne penselstrøg af stjerner glimter på nattehimlen, bliver vi for alvor opmærksomme på det uendelig univers, der omgiver os, og de store spørgsmål trænger sig på. Hvor langt er der ud til de lysende stjerner, og hvad kan vi lære om universet ved at kigge på nattehimlen? Er der liv derude, og hvordan kommer vi langt nok ud med vores satellitter til at besvare det spørgsmål? Tag med på en forunderlig rejse langt ud i det (måske?) uendelige univers.

- 08/03: Hvor langt er der til Månen og stjernerne, og hvad kan man støde på derude?** Mads Fredslund Andersen, Telescope and Satellite Manager, Aarhus Universitet
- 15/03: Hvad ser vi på nattehimlen?** Ole Eggers Bjælde, astrofysiker og undervisningsudvikler, Aarhus Universitet
- 22/03: Hvad har Kepler-missionen afsløret om universet?** Mia Sloth Lundkvist, adjunkt i fysik og astronomi, Aarhus Universitet
- 29/03: Hvordan bygger man en satellit?** Christoffer Karoff, lektor i rumvidenskab, Aarhus Universitet

2313-293

Biodiversitet

— **TID:** 8/3, 1 onsdag, kl. 17:15-21:15
PRIS: 350 kr., studerende 195 kr.
UNDERVISER: Michael Stoltze, biolog, ph.d. og forfatter

Livets mangfoldighed af liv – biodiversiteten – i Danmark og overalt på Jorden svinder ind. Vi har en biodiversitetskriser. Hvor alvorlig er den? Og hvad kan vi gøre for at bevare og genoprette biodiversiteten? Få et overblik over biodiversitetens tilstand globalt og i Danmark, og bud på, hvad man selv kan gøre i hverdagen, i sin egen have eller på sin egen grund for at støtte biodiversiteten. Blandt de talrige råd og ideer er der blandt andet eksempler på, hvordan man får mange vilde plantearter og sommerfugle til at trives i haven og hvordan haver kan være indgang til at forstå natur og bæredygtig levevis bedre.

2313-146

Neandertalernes historie

— **TID:** 15/3, 2 onsdage. Obs: 15/3 kl. 17:15-21:15 og 22/3 kl. 17:15-19:00
PRIS: 495 kr., studerende 250 kr.

Hvem var neandertalmennesket, og hvordan udvikledes og levede de, indtil de uddøde for omkring 40.000 år siden? Neandertalerne var de første fossile fortidsmennesker, som vi moderne mennesker fik kendskab til, da en neandertalerknogle blev fundet i Düsseldorf i 1856, og de er i dag de bedst beskrevne fortidsmennesker af alle. Opdagelsen af neandertalerne var i virkeligheden det første indicium på, at også mennesket havde gennemgået en evolution. Få neandertalernes udviklingshistorie fortalt, og hør hvordan de levede, og hvilke redskaber de brugte. Var de, som historien har heddet, mindre intelligente end de tidligste moderne mennesker Homo sapiens, som levede side om side med dem i nogle årtier? Hør om deres særligt robuste anatomi og knoglestruktur, som adskilte sig fra Homo sapiens og andre tidlige arter.

- 15/03: Udforskningen af neandertalmennesket & neandertalernes adfærd og redskabstyper.** Peter K.A. Jensen, klinisk lektor i human genetik og overlæge, Aarhus Universitet
- 22/03: Neandertalernes biologi.** Hans Christian Petersen, lektor og ph.d. i biologi, Syddansk Universitet

2313-292

Naturtur: Ornitologi, fuglestemmer og kommunikation

— **TID:** 14/5, 1 søndag, kl. 10:00-12:30
PRIS: 275 kr., studerende 150 kr.
STED: Gødstrup Sø, P-plads ved Vildbjergvej
UNDERVISER: Bjarne Bo Jensen, biolog

Kom med på en spændende vandretur, der kombinerer den direkte oplevelse af fuglene i naturen og deres sang med beskrivelser af, hvordan de bruger sangen og kaldene i deres kommunikation med hinanden. Nyere forskning tyder på, at nogle fuglearter faktisk forstår grammatiske regler og anvender dem i deres kommunikation. Sangfuglene skal lære deres stemmer via mekanismer, der i stor udstrækning ligner den måde, børn lærer at tale. Vi vil også gennemgå årets gang set fra fuglenes side, og hvor vi igennem året har gode chancer for at se dem. Og så skal vi selvfølgelig lytte til fuglestemmerne, som her i maj synges ud i landskabet for fuld kraft. Vandreturen vil være på 2-3 km og foregå langs stier ved Gødstrup Sø, hvor der er et rigt og varieret fugleliv.

Religion & filosofi

2223-085

De store verdensreligioner – dengang og i dag

TID: 7/9, 6 onsdage, kl. 17.15-19.00

PRIS: 795 kr., studerende 395 kr.

Religioner har eksisteret siden tidernes morgen, da mennesket til alle tider har skabt religiøse forestillinger. Også i dag fylder religionerne en stor del af verdensbilledet. Men mennesket, verden og samfundet ændrer sig – og det samme gør religionerne og den måde, de dyrkes på. Religioner tilpasser og udvikler sig forskelligt. For selvom der er mange ligheder mellem de enkelte religioner, er der mindst lige så mange forskelle. Hvorfor overlever nogle religioner, mens andre uddør? Hvorfor tilpasser nogle religionsformer sig bedre til det moderne samfund end andre? Hvad er religionernes udviklingspotentiale og 'unikke salgsargumenter'? Forelæsningsrækken introducerer de store verdensreligioner med særligt fokus på deres udvikling frem til i dag.

07/09: Religion og religionstyper. Hans Jørgen Lundager Jensen, professor i religionsvidenskab, dr.theol., Aarhus Universitet

14/09: Hinduisme. Marianne Qvortrup Fibiger, Aarhus Universitet

21/09: Buddhism. Jørn Borup, lektor i religionsvidenskab, Aarhus Universitet

28/09: Jødedom. Marianne Schleicher, lektor i religionsvidenskab, Aarhus Universitet

05/10: Kristendom. Anders Klostergaard Petersen, lektor i religionsvidenskab, Aarhus Universitet

12/10: Islam. Thomas Brandt Fibiger, lektor i religionsvidenskab, Aarhus Universitet

2223-120

Gå dig klog – filosofisk vandretur

TID: 18/9, 1 søndag, kl. 14.00-16.00

PRIS: 295 kr., studerende 195 kr.

STED: Silkeborg Bad, Caféen, Gjessøvej 40

UNDERVISER: Carsten Fogh Nielsen, ekstern lektor i filosofi, Syddansk Universitet

Vandring har for mange filosoffer været et redskab til at finde inspiration. Filosoffer som Kant, Kierkegaard, Nietzsche og Rousseau har alle vandret rundt i naturen og byen for at bevæge tankerne og få sat gang i samspillet mellem krop og sind. Vær med, når Folkeuniversitetet i selskab med Carsten Fogh Nielsen sætter farten ned og drager på en filosofisk vandretur i smukke omgivelser ved Ørnsø. Få en kop kaffe med en bolle på caféen ved Silkeborg Bad og et indblik i filosofiens historie på en vandring i godt selskab.



Med filosof Carsten Fogh Nielsen på filosofisk vandretur i byen. Til efteråret kan du komme med ud i den smukke natur ved Ørnsø uden for Silkeborg. Se side 20. Fra Århundredets Festival.

2223-017

Filosofihistorie – fra år 1900 til i dag

— **TID:** 26/10, 7 onsdage, kl. 17.15-19.00
PRIS: 895 kr., studerende 450 kr.

Den historiske periode, som strækker sig fra 1900 til i dag, byder på mange afgørende filosofiske idéer og tanker. Forelæsningerne præsenterer nogle af de største og mest betydelige filosoffer fra perioden. Lær at forstå de filosofiske teorier og mennesket bag dem, når vi gennemgår en perlerække af historiens filosofiske tænkere lige fra Wittgenstein, Beauvoir og Sartre, til Habermas, Foucault og Butler. Bliv nysgerrig på sproget, eksistensen, idéhistorien, kønnet og meget mere, når vi tager livtag med nogle af de tanker, der har været med til at forme vores menneskesyn og samfund, som det ser ud i dag.

- 26/10: Martin Heidegger: Spørgsmålet om væren.** Thomas Schwarz Wentzer, professor i filosofi, Aarhus Universitet
- 02/11: Ludwig Wittgenstein: Sprog, verden og livsform.** Lars Bo Gundersen, lektor i filosofi, Aarhus Universitet
- 09/11: Jean-Paul Sartre: Eksistensen går forud for essensen – om menneskets radikale frihed.** Kresten Lunds-gaard-Leth, ph.d. i filosofi, højskole-lærer, Den Internationale Højskole
- 16/11: Simone de Beauvoir: Frigørelse og køn.** Cæcilie Varslev-Pedersen, ph.d. i filosofi, New School for Social Research
- 23/11: Hannah Arendt: Ondskabens banalitet og totalitarismen.** Ditte Marie Munch-Juriscic, ph.d. i filosofi, ekstern lektor, Københavns Universitet
- 30/11: Jürgen Habermas: Vægten af det bedre argument.** Hans Fink, docent emeritus i filosofi, Aarhus Universitet
- 07/12: Michel Foucault: Videnskabshistorie, magtanalytik og subjektivering.** Lars Thorup Larsen, lektor i stats-kundskab, Aarhus Universitet

2313-070

Filosofiens mesterværker

— **TID:** 25/1, 6 onsdage, kl. 17.15-19.00
PRIS: 795 kr., studerende 395 kr.
UNDERVISER: Kasper Lysemose, postdoc i filosofi, Aarhus Universitet

Filosofien vrimler med tanker udtænkt af historiens mange filosoffer og nedskrevet i et utal af filosofiske værker. Alligevel dukker nogle værker oftere op end andre. Hvorfor? Fordi de er i en klasse for sig! Disse filosofiske mesterværker har det med at overleve deres fortolkninger og være en udtømmelig kilde til menneskets forsøg på at forstå sig selv og sin verden. Platons idéer, Descartes' cogito og Nietzsches undersøgelse af herre- og slavemoral er eksempler på sådanne store tanker i filosofien, som vi ikke bare har bag os, men stadig i høj grad foran os. Bliv indført i – og udfordret af – en perlerække af filosofiens absolutte mesterværker.

- 25/01: Platon: Staten**
- 01/02: Aristoteles: Den nikomakhæiske etik**
- 08/02: Augustin: Bekendelser**
- 15/02: René Descartes: Metafysiske meditationer**
- 22/02: Søren Kierkegaard: Kjerlighedens Gjerninger**
- 01/03: Friedrich Nietzsche: Moralens genealogi**

2313-250

Store tanker om hverdagslivet

— **TID:** 25/1, 6 onsdage, kl. 19.30-21.15
PRIS: 795 kr., studerende 395 kr.

Hvordan forholdt Kierkegaard sig til angst? Hvad siger biblen om tilgivelse? Og hvordan har man i filosofien reflekteret over kærligheden til forskellige tider? I denne forelæsningsrække stiller en række af landets dygtigste forskere skarpt på seks emner, som ikke er spor hverdagsfjerne, men tæt inde på livet for ethvert menneske. Alle har følt længsel, kærlighed og vrede, men hvilke tanker har kloge hoveder gjort sig om disse sindstilstande gennem tiden? Og kan vi overhovedet bruge deres tanker til at tænke noget om vores dagligdag?

- 25/01: Længsel.** Mogens Pahuus, professor emeritus i filosofi, Aalborg Universitet
- 01/02: Kærlighed.** Søren Gosvig Olesen, lektor i filosofi, Københavns Universitet
- 08/02: Vrede.** Thomas Brudholm, ph.d. i filosofi, Københavns Universitet
- 15/02: Tilgivelse.** Anders-Christian Lund Jacobsen, professor i teologi, Aarhus Universitet
- 22/02: Angst.** Ole Morsing, lektor i idé-historie, Aarhus Universitet
- 01/03: Tillid.** Hans Fink, docent emeritus i filosofi, Aarhus Universitet

2313-192

Mennesket i naturen

— **TID:** 12/4, 1 onsdag, kl. 17.15-19.00
PRIS: 195 kr., studerende 95 kr.
UNDERVISER: Hans Fink, docent emeritus i filosofi, Aarhus Universitet

I vores kultur har vi mennesker et tvetydigt forhold både til vores egen natur, og til den natur vi lever i og lever af. Vores natur forstår vi på en og samme tid som det, der adskiller os fra naturen og som det, der indlemmer os i den. Hvordan kan det være, og hvordan kan vi få det til at hænge sammen? Kom vidt omkring i filosofihistorien, når filosof Hans Fink præsenterer, hvad historiens filosoffer har tænkt af store tanker om mennesket i naturen og naturen i mennesket.



FÅ VIDEN LIGE IND I ØRERNE

Lyt til forskerne i RADIO4 og som
podcast i vidensprogrammerne
'Kraniebrud' og 'Vildspor'

Arkæologi & historie

2223-138

Vild med Norden

TID: 7/9, 3 onsdage, kl. 17.15-19.00

PRIS: 495 kr., studerende 250 kr.

Norden er på toppen af verden, ikke kun geografisk, men også i internationale målinger af lykke, ligestilling og tillid. Gennem historien har de nordiske lande ligget i strid med hinanden, men i det 20. og 21. århundrede er der blomstret et stadig større samarbejde op mellem landene. Den tætte kontakt landene imellem har også skabt en kulturel vekselvirkning, og de nordiske lande har en lang række markante fællestræk. Kom lidt dybere ned i den nordiske undergrund, når vi over tre onsdage sætter fokus på den nordiske historie, på den nordiske tillid og ikke mindst på fortællingen om nordisk design.

07/09: Norden rundt. Thorsten Borring Olesen, professor i historie, Aarhus Universitet

14/09: Tillid – en nordisk gåde og guldgrube? Christian Bjørnskov, professor i økonomi, Aarhus Universitet

21/09: Nordisk design. Thomas Dickson, forfatter, arkitekt og industriel designer

2223-137

Kirkegårdsvandring: De skabte Herning

TID: 14/9 og 21/9, 2 onsdage, kl. 16.30-18.00

PRIS: 350 kr., studerende 195 kr.

MØDESTED: Herning Vestre Kirkegård, foran det store kapel, Vestergade 63 (begge gange)

UNDERVISER: Charlotte Lindhardt, historiker og forlægger, forlaget UBIREX

På Vestre Kirkegård i Herning ligger familier og venner af byen. Nogle af dem har skabt virksomheder, skabt historie eller på anden måde præget Hernings udvikling fra hedelandsby til en driftig erhvervsby. Kom med, når historiker Charlotte Lindhardt viser rundt på Herning Vestre Kirkegård. Hun tager udgangspunkt i nogle af de personer og familier, der har haft betydning for byen, og hun vil vise, hvordan deres gravmindes symbolik også er med til at fortælle historien om dem, der skabte Herning. Undervejs skal vi bl.a. høre om Sølle-Søren, busfabrikanten J. Ørum-Petersen, æresborger og fabrikant Mads Eg Damgaard, medstifteren af BoConcept Jens Ærtholm, æresdoktor og æresborger H. P. Hansen og familien Eyde og historien om Hotel Eyde.

2223-136

Danske amerikanere – om udvandringen til USA

TID: 12/11, 1 lørdag, kl. 10.00-16.00

PRIS: 495 kr., studerende 250 kr.

UNDERVISER: Jørn Brøndal, professor og leder af Center for Amerikanske Studier, Syddansk Universitet

Tunge kufferter med ejendele og især drømme fyldte på den barske rejse over Atlanterhavet. Udlængslen og en amerikansk drøm skulle føre til et bedre liv. Men mange udvandrere ville også bevare danske skikke og religion midt mellem yankeer, irere, kinesere, tyskere, afro-amerikanere, italienere, svenskere, indianere og polakker. De knap 336.000 danske udvandrere var et lille skvulp i en flodbølge af indvandring – hele 32 millioner europæere i årene 1820-1930. I dag er der danske efterkommere i Midtvesten, Utah og ikke mindst Californien. Rejs med over Atlanten med Jørn Brøndal, og hør om danskere og danskhed i det forjættede land. Forelæsningen tager afsæt i 'Danske amerikanere' i Aarhus Universitetsforlags bogserie '100 danmarkshistorier'.



Folkeuniversitetets undervisning foregår på AU, Campus Herning, Birk Centerpark 15

– MEDMINDRE ANDET ER ANGIVET. SE LOKALE PÅ FUAU.DK

2223-135

På rejse med den transsibiriske jernbane

— **TID:** 12/11, 1 lørdag, kl. 11.00-15.00
PRIS: 350 kr., studerende 195 kr.
UNDERVISER: Torben Heuer, lektor i russisk sprog, kultur og samfundsforhold

Kom med på rejse med den transsibiriske jernbane. Hør om den 8.000 km lange togtur fra Moskva gennem Ruslands skovklædte vidder til Beijing. Undervejs kommer vi også forbi Mongoliets hovedstad Ulan Bator, verdens største ferskvandssø Bajkal i Sibirien, Mongoliets bjerge og græstepper og Gobi-ørkenens flade landskaber. Torben Heuer, der er lektor i russisk sprog, kultur og samfundsforhold og flere gange har været rejseleder på togrejsen, fortæller om både historien bag etableringen af den transsibiriske jernbane med dens tre linjeføringer og om forskellige folkeslag og kulturer langs sporet.

2313-268

Kampen om Grønland

— **TID:** 25/1, 6 onsdage, kl. 17.15-19.00. Ingen undervisning 24/2 og 31/3
PRIS: 795 kr., studerende 395 kr.

Få andre steder i verden har naturen så stor indflydelse på mennesket som i Grønland, hvor uvejr fra den ene dag til den anden kan lukke al kommunikation med omverdenen. I denne forelæsningsrække lærer vi Grønlands historie at kende – fra de første mennesker over kolonitiden og frem til i dag. Vi hører om Knud Rasmussens ekspeditioner, taler geopolitik, får et overblik over de menneskeskabte klimaforandringer fra et grønlandsk perspektiv og læser nyere litteratur om og fra Grønland. Hvad har grønlændernes egen stemme i litteraturen at berette?

- 25/01: Forhistorien – fra de første mennesker til kolonitiden.**
 Bjarne Grønnow, forskningsprofessor, dr.phil., Nationalmuseet
- 01/02: Grønlands moderne historie – fra kolonitiden til i dag.**
 Jens Lei Wendel-Hansen, ph.d. i historie
- 08/02: Grønlandsekspeditioner og -farere – med særligt fokus på Knud Rasmussen.** Søren la Cour Jensen, museumsinspektør, daglig leder af Knud Rasmussens Hus og Arkiv
- 15/02: Klima og klimaforandringer.** Søren Rysgaard, leder af Arktisk Forskningscenter, Aarhus Universitet
- 22/02: En kompliceret arktisk stat: Rigsfællesskabet mellem stormagter og klimaforandringer.** Lin A. Mortensgaard, forskningsassistent, Center for Militære Studier, Københavns Universitet
- 01/03: Nyere dansk litteratur om Grønland og grønlændernes egen stemme i litteraturen.** Anne Valbjørn Odgaard, cand.mag. i litteraturhistorie og religionsvidenskab

2313-157

Rejsen mod Europa. Fra Romerriget til det 21. århundrede

— **TID:** 22/3, 1 onsdag, kl. 17.15-20.00
PRIS: 275 kr., studerende 145 kr.
UNDERVISER: Jakob Danneskiold-Samsøe, fil.dr. i historie og videnskabshistorie

De fleste af os har en forestilling om Europa. Ikke bare som et kontinent, men som en eller anden form for kulturel enhed, der adskiller os fra Mellemøsten, Afrika, USA og resten af verden. Men er forestillingen om 'det europæiske' en myte, eller kan den underbygges historisk? Vi følger Europas udvikling fra Romerriget til det 21. århundrede og besvarer dermed også spørgsmålet om, hvordan Europa kom til at dominere resten af verden økonomisk og kulturelt. Undervejs kommer vi bl.a. forbi Romerriget, korstog, bogtrykkerkunst, opdagelser, oplysningstid, industrialisering og verdenskrige. Det er en lang og svimlende rejse, vi skal ud på! Jakob Danneskiold-Samsøe er forfatter til den nye bog 'Rejsen mod Europa. De første 10.000 år' (Gads Forlag).

2313-155

De tyske flygtninge og Danmarks største flygtningelejr

— **TID:** 29/3, 1 onsdag, kl. 17.15-19.00
PRIS: 195 kr., studerende 95 kr.
UNDERVISER: John V. Jensen, museumsinspektør, Vardemuseerne

I besættelsens sidste måneder ankom ca. 250.000 tyske flygtninge til Danmark. Krigshandlingerne på Østfronten fik nazisterne til at evakuere millioner af mennesker til det vestlige Tyskland og Danmark, hvor de efter befrielsen blev interneret i lejre. Den største af disse var Oksbøllejren, der husede omkring 36.000 tyske flygtninge og en overgang var Danmarks femtestørste by. Forelæsningen fortæller historien om de tyske flygtninge i Danmark i årene 1945-49. Om flugten, opholdet i Danmark og hjemkomsten til det delte Tyskland. Hvorfor kom flygtningene, hvor kom de fra, og hvordan løste de danske myndigheder opgaven? Historien om de tyske flygtninge har været overset, men er yderst tankevækkende og aktuel. Forelæsningen bygger bl.a. på John V. Jensens bog 'Tyskere på flugt' i serien '100 danmarkshistorier' (Aarhus Universitetsforlag). For særomvisning i Oksbøllejren og det nye museum FLUGT, tegnet af BIG – Bjarke Ingels Group, se side 24.



Find det gode fodtøj frem, når Folkeuniversitetet rykker udendørs. Til efteråret skal vi se nærmere på Vestre Kirkegaard og foråret byder på byvandring og cykeltur gennem Hernings historie.

2313-156

Særomvisning: Danmarkshistoriens største flygtningelejr og det nye museum FLUGT

TID: 15/4, 1 lørdag, kl. 13.30-15.30

PRIS: 195 kr., studerende 95 kr.

MØDESTED: Flygtningekirkegårdens P-plads på Præstegårdsvej, 6840 Oksbøl

UNDERVISER: John V. Jensen, museumsinspektør, Vardemuseerne

Danmarkshistoriens største flygtningelejr lå i Oksbøl vest for Varde. I 1946 husede den 36.000 tyske flygtninge uden mulighed for at vende hjem. Dermed var den en overgang Danmarks femtestørste by. Lejrens historie er fyldt med skæbner – nogle tragiske, andre fyldt med håb. Turen ledes af museumsinspektør John V. Jensen og går rundt i den tidligere flygtningelejrs område over flygtningekirkegården, hvis knap 2000 navne maner til eftertanke, og så skal vi selvfølgelig også se det nyåbnede museum FLUGT med museumsbygning tegnet af BIG – Bjarke Ingels Group. Undervejs får vi beretninger om lejren, dens mennesker, problemer, hverdag, glæder og sorger. For optaktsforelæsning se 'De tyske flygtninge og Danmarks største flygtningelejr' side 23.

2313-223

Cykeltur og byvandring gennem Hernings historie

TID: 19/4, 4 onsdage, kl. 16.30-18.00

PRIS: 595 kr., studerende 295 kr.

STED: Se mødesteder på fuau.dk

Mød fortiden lige der, hvor den fandt sted, når eksperter fra Museum Midtjylland tager os med på en tur gennem Hernings spændende historie. På de tre byvandring skal vi bl.a. høre om tekstilindustriens vækst i midten af 1900-tallet, som fik enorm betydning for byudviklingen og det kunstneriske miljø i byen. Vi vandrer gennem det besatte Herning og hører om en hverdag med erstatning og drengestreger, der var lige ved at gå galt. Sidste gang tager vi på cykeltur i Gullestrup, Tjørring, Gødstrup og Holing med fokus på jernalder, vikingetid og middelalder. Undervejs på de fire ture møder vi fabrikanten, provokunstnere, den tyske værne-magt, modstandsfolk, jernalderhøvdinge og ølbryggere. Cykelturen er ca. 10 km. Man medbringer selv cykel.

19/04: Det eksplosive Herning. Jesper Meyer Christensen, samlingschef og museumsinspektør, Museum Midtjylland

26/04: Det vilde Herning. Jesper Meyer Christensen, samlingschef og museumsinspektør, Museum Midtjylland

03/05: Det besatte Herning. Jesper Meyer Christensen, samlingschef og museumsinspektør, Museum Midtjylland

10/05: Arkæologisk cykeltur: Rundt om søerne. Martin Winther Olesen, museumsinspektør, Museum Midtjylland

Kunst, litteratur & musik

2223-071

Kunst og arkitektur i Midtspanien. Madrid, Toledo, Segovia, Avila

TID: 26/10, 1 onsdag, kl. 17.15-21.15
PRIS: 350 kr., studerende 195 kr.
UNDERVISER: Hans Jørgen Frederiksen, lektor emeritus i kunsthistorie, Aarhus Universitet

Det centrale Spanien er umådeligt rigt på minder fra landets lange og omtumlede historie. I denne forelæsning skal det primært dreje sig om arkitektur og billedkunst fra middelalder, renæssance og barok. Romanske og gotiske kirker samt ikke mindst formidabel billedkunst i verdensberømte samlinger som Prado og Thyssen-Bornemisza-museet i Madrid med kunstnere som Tizian, El Greco, Ribera, Velázquez og Goya.

2223-092

Lær at se på kunst

TID: 12/11, 1 lørdag, kl. 10.00-16.00
PRIS: 495 kr., studerende 250 kr.
UNDERVISER: Anne Sofie Ejersbo, mag.art. i kunsthistorie

Hvordan kan forskellige former for billedkunst opleves? Hvordan sætter man ord på sine indtryk? Er kunsten åben for enhver fortolkning, eller har den en funktion, en morale, et budskab? Denne dag undersøger vi, hvad kunsten vil. Omdrejningspunktet er de kunsthistoriske perioder samt forskellige kunstneres udtryksformer og stilarter. Forelæsningen stiller skarpt på farver, former, motiver og materialer og gennemgår nogle af de forskellige idealer og holdninger, der har været med til at forme kunstens fortællinger og udtryksformer. Desuden præsenteres en række af de symboler og referencer, der ligger gemt i kunsten. Få værktøjer til at knække kunstens kode.

2223-111

Henrik Pontoppidans 'Lykke-Per'

TID: 30/11, 1 onsdag, kl. 17.15-21.15
PRIS: 350 kr., studerende 195 kr.
UNDERVISER: Lis Norup, adjunkt i nordisk sprog og litteratur, Aarhus Universitet

I 2018 filmatiserede Bille August Henrik Pontoppidans roman 'Lykke-Per', og samme år genudgav Gyldendal bogen. 'Lykke-Per' er siden udgivelsen i otte bøger i årene 1898-1904 til stadighed blevet læst og diskuteret. I forelæsningen vil vi undersøge, hvad der gør romanen levende og interessant også for nutidens læsere. Et bud kunne være Per Sidenius eller Lykke-Per, som han bliver kaldt. Som hovedperson er han en antihelt, kantet, egensindig og selvisk, og i romanen modstilles han af Jacob, romanens ubetingede heltinde, der handler der, hvor Per Sidenius svigter. 'Lykke-Per' er kort sagt en roman om moderne, komplicerede mennesker, der rækker os hånden tværs over 123 år.

2313-026

Hvordan får vi mere ud af litteratur?

TID: 25/3, 1 lørdag, kl. 10.00-14.00
PRIS: 350 kr., studerende 195 kr.
UNDERVISER: Anders Østergaard, ekstern lektor i litteratur, Københavns Universitet

Hvad er det særlige, litteraturen har at tilbyde os? Hvad optager os, når vi læser? Får vi det hele med? Meningen med denne dag er at skærpe vores udbytte, når vi læser. Vi sætter fokus på litteraturens forskellige måder at rive os med på, at lege med os, drille os, at udvide vores horisont. Det er et emne, der har optaget sindene fra Aristoteles til vore dage. Vi vil både se på, hvad litteratur har til fælles med anden kunst, med psykologi og filosofi m.m. – og på, hvad der er dens helt særlige udtryksmåde.

2313-063

Murakamis magiske universer

TID: 25/3, 1 lørdag, kl. 10.00-16.00
PRIS: 495 kr., studerende 250 kr.
UNDERVISER: Anne Valbjørn Odgaard, cand.mag. i litteraturhistorie og religionsvidenskab

Vi skal denne dag dykke ned i et lille udvalg af japanske Haruki Murakamis højtelskede værker, hvor vi lader os opsluge i brønde og parallelverdener, biblioteker og labyrinter, følger efter forsvundne koner og katte og får forskellige vinkler på et fascinerende forfatterskab. Vi skal have fat i hovedværkerne 'Trækopfuglens Krønike' og 'Kafka på stranden', og vi skal se nærmere på kvinderne i japanerens forfatterskab.



Lyt til
 'Kraniebrud'
 på RADIO4

Gratis livestreams

Mere end 200.000 har fulgt Folkeuniversitetets gratis livestreamede forelæsninger, siden de blev lanceret under corona. Og du kan fortsat åbne en verden af viden i efteråret 2022, uanset hvor du er. Forelæsningerne foregår i Microsoft Teams. Moderator Noa Kjærsgaard Hansen guider os igennem. Tilmeld dig på fau.dk.

2221-452

Kropsvægt og hjernen

— **TID:** 14/9, 1 onsdag, kl. 16.30-17.45
UNDERVISER: Christoffer Clemmensen, lektor ved Novo Nordisk Foundation Center, Københavns Universitet

Vi er udviklet til at være tiltrukket af kombinationen af sødt og fedt – fordi det er energiholdigt og dermed sikrer vores arts overlevelse. Når udbuddet af energiholdige fødevarer stiger og prisen er overkommelig, stiger forekomsten af overvægt. Parallelt med denne udvikling ses en eksplosion i udbuddet af slanketure. Spørger man Christoffer Clemmensen kan de dyre slanketure ikke betale sig. For vores kropsvægt er i høj grad styret af genetikken og hjernen. En del af Hearts & Minds-festivalen. Støttet af Lundbeckfonden.

2221-451

Hjernen på svampe

— **TID:** 13/9, 1 tirsdag, kl. 16.30-17.45
UNDERVISER: Martin Korsbak Madsen, postdoc i neurobiologi og læge, Rigshospitalet

Svampe, der indeholder psykedeliske stoffer, er blevet brugt af mennesker i århundreder. I de senere år er psykedeliske stoffer i stigende grad blevet undersøgt af forskere. Meget tyder på, at behandling med psykedeliske stoffer kan have gode effekter på fx depression og angst. Men hvad sker der i hjernen, når man tager psykedeliske svampe? Martin Korsbak Madsen giver et indblik i hjernen på svampe. En del af Hearts & Minds-festivalen. Støttet af Lundbeckfonden.

2221-450

Dine følelser er dit kompas

— **TID:** 5/10, 1 onsdag, kl. 16.30-17.45
UNDERVISER: Mia Skytte O'Toole, lektor i psykologi, Aarhus Universitet

Hvorfor føler vi, som vi gør, og hvad kan vi bruge vores følelser til? Spørger man Mia Skytte O'Toole, lektor i psykologi og forfatter til bogen 'Følelsernes kompas', kan følelser hjælpe os med at indfri vores mål og behov. Få et indblik i følelsernes mange facetter og en række forslag til, hvordan du kan blive bedre til at navigere i dit følelsesliv. En del af Hearts & Minds-festivalen. Støttet af Lundbeckfonden.

2221-442

Placebo – kan man tænke sig rask?

— **TID:** 5/10, 1 onsdag, kl. 19.00-20.15
UNDERVISER: Lene Vase, professor i neurovidenskabelig psykologi, Aarhus Universitet

Placebo bliver ofte forbundet med kalktabletter og snydebehandlinger. Men de sidste 20 års forskning i placebo har vist, at det er langt mere end det. Patienters oplevelse af behandlingen, deres relation til behandleren og de tanker og følelser, som dette sætter gang i, kan påvirke kroppen. Hvordan kan troen på, at en behandling virker, rent faktisk have effekt på krop og sind? Hvilke mekanismer er på spil? Hør Lene Vase fortælle om den nyeste placeboforskning. En del af Hearts & Minds-festivalen. Støttet af Lundbeckfonden.

2221-454

Få styr på hukommelsen

— Tid: 28/10, 1 torsdag, kl. 10.00-11.00
Underviser: Anders Nykjær, hjerneforsker, professor i medicinsk biokemi og centerleder ved Center for Proteins in Memory, Aarhus Universitet

Hvorfor husker vi så forskelligt, som vi gør? Hvad sker der i hjernen, når vi forsøger at huske noget? Kan man se hukommelsen i hjernen? Hvordan er indlæring og hukommelse forbundet? Hvad kan man selv gøre for at styrke sin hukommelse? Og findes der mennesker, der ikke kan glemme? Hør Anders Nykjær fortælle om vores hukommelse. En del af Hearts & Minds-festivalen. Støttet af Lundbeckfonden.

2221-449

Biodiversitet, vildere natur og kærlighed

— Tid: 2/11, 1 onsdag, kl. 16.30-17.45
UNDERSISER: Rasmus Ejrnæs, der er seniorforsker i biodiversitet ved Aarhus Universitet og radiovært på Radio4-programmet Vildspor

Naturen er lige uden for døren, hvis vi giver den lov. Men det kræver et kontroltab og en forståelse af, at det ikke kun handler om biernes hyggelige summen og markblomsternes flotte farver. Når vi inviterer insekterne til at bebo vores baghave, giver vi også mennesket bedre vilkår. Biodiversitetskrisen er derfor en invitation til at tage naturen alvorligt og opdage, hvor nært beslægtet den er med kærlighed og frihed. Det er en væsentlig pointe, hvis man spørger Rasmus Ejrnæs.

2221-448

Den svære dans: Danmarks 50 år i EU

— Tid: 2/11, 1 onsdag, kl. 19.00-20.15
UNDERSISER: Thorsten Borring Olesen, professor i historie, Aarhus Universitet

Danskernes nej til Maastricht-traktaten den 2. juni 1992 sendte chokbølger igennem Europa. 350 dage senere ændrede folket holdning. Dog med fire forbehold og med brok og brosten flyvende gennem luften. EU har splittet den danske befolkning både før og siden. Senest da et flertal den 1. juni i år stemte for ophævelsen af forsvarsforbeholdet. Thorsten Borring Olesen guider os gennem den svære dans, som Danmark har trådt med EU de sidste 50 år.

2221-327

Tre forklaringer på Ruslands krig mod Ukraine

— Tid: 9/11, 1 onsdag, kl. 16.30-17.45
UNDERSISER: Jonas Gejl Kaas, adjunkt i statskundskab, Aarhus Universitet

Hvorfor invaderede Rusland Ukraine i februar 2022? Jonas Gejl Kaas præsenterer her den historiske kontekst og tre centrale forklaringer på Ruslands udenrigspolitik efter Sovjetunionens sammenbrud. Afslutningsvis retter vi blikket mod fremtiden og konsekvenserne for forholdet mellem Rusland og Vesten. Du kan i forbindelse med tilmeldingen donere ubeskåret til Røde Kors' arbejde i Ukraine.

2221-447

Det splittede USA

— Tid: 7/12, 1 onsdag, kl. 16.30-17.45
UNDERSISER: Vibeke Schou Tjalve, seniorforsker, DIIS

QAnon, MAGA-hatte og et væld af konspirationsteorier. USA har i de seneste årtier været præget af splittelse, polarisering og yderligtgående bevægelser. Spørger man Vibeke Schou Tjalve er det især den skræslkre tilgang til det liberale demokrati, der har presset den nye højrefløj til at reagere. Og det er en udvikling med rødder dybt forankret i den amerikanske selvforståelse. Hør om USA's historie som ideologisk kampplads. Fra de første puritanere og frem til stormen på Capitol Hill i 2021.

2221-446

En ny atomalder?

— Tid: 14/12, 1 onsdag, kl. 16.30-17.45
UNDERSISER: Casper Sylvest, lektor i historie, Syddansk Universitet

Atomteknologier har vakt håb og frygt og satte i de første årtier efter 2. Verdenskrig store spørgsmål på dagsordenen. Men atomalderen har sine rødder længe før den kolde krig, og den har samtidig sat markante spor i den tid, vi lever i nu. Den har fået os til at stille en række eksistentielle og filosofiske spørgsmål. Hvorfor er vi på kloden? Og hvad er vores forhold til naturen? Casper Sylvest giver et indblik i, hvad vi historisk forbinder med atomalderen, og hvorfor det stadig er relevant at snakke om i dag, hvor dagsordenen er præget af klimakrise og krig.



Læs mere
og tilmeld dig
på fuau.dk

HEARTS & MINDS

VIDENSFESTIVAL OM HJERNEN

23. – 25. SEPTEMBER I AARHUS

Hjernen er fantastisk. Klumpen i kraniet vejer ca. 1300 g og består overvejende af vand og fedt fyldt med elektriske signaler og kemiske forbindelser. På mirakuløs vis er den hjemstedet for bevidsthed, tanker, følelser og sprog og styrer læring, hukommelse og adfærd. Hjernen er kroppens suveræne kommandocentral, som sørger for, at vi kan trække vejret, bevæge kroppen, få nye idéer, skabe kunst, musik og litteratur og sågar spå om fremtiden.

Det er hjernen, der gør os til mennesker. Men hvordan fungerer den egentlig? Hvad sker der, når vi lytter til musik, løber en tur, bliver forelskede eller rammes af angst? Hvad skal der til for at holde den i topform hele livet? Og hvorfor går det nogle gange galt? Hvilken rolle spiller vores gener, livsstil, samfundet og omgivelserne? Og hvilke muligheder og udfordringer bringer nye teknologier og behandlingsmetoder vores hjerner i dag og i fremtiden?

Bliv klogere d. 23.-25. september, når årets festival går på opdagelse i den forunderlige hjerne. I år samles hele festivalen på Dokk1 i Aarhus og byder på foredrag, samtaler, koncerter, workshops, fysisk aktivitet og meget andet. På de følgende sider ser du et lille udpluk af programmet. Gå på opdagelse i det fulde program på hearts-minds.dk. Hjernen er dynamisk og kan lære så længe vi lever, så forkæl den med ny viden og sanselige oplevelser for hele familien.

Rigtig god festival!

**FESTIVALEN FOREGÅR PÅ:
DOKK1, HACK KAMPMANNSPLADS 2
8000 AARHUS C**





FREDAG

23. SEPTEMBER

Krøllede hjerner – fantasien som superkraft

I fantasien kan alting ske. Fantasien opstår, når alle hjernens systemer sammen skaber et unikt mentalt laboratorium, hvor vi kan tænke nyt, se frem i tiden, dagdrømme eller opfinde fantasterier for sjov. Men det er ikke kun skæg og ballade. Uden en vis forestillingsevne havde vi nok aldrig fundet på at forlade Afrika og befolke kloden. Vær med, når vi undersøger hvad fantasi er, hvordan man kickstarter den og bruger den i praksis. Oplev **Andreas Lieberoth**, lektor i pædagogisk psykologi, Aarhus Universitet, og dansk freestyle raps 'godfather' **Per Vers**, der med sit veludviklede mentale laboratorium i kraniekassen smeder de mest fantasifulde ord, fortællinger og rim på splitsekunder. Komiker **Sebastian Dorset** er vært.

HOLDNR.: 2221-461
TID: 23/9, kl. 13.00-14.00
PRIS: 30 kr.
STED: Store Sal, Dokk1

Dorset og forskerne på slap line

Grin dig klogere, når komiker **Sebastian Dorset** byder velkommen til tre veloplagte forskere, der denne eftermiddag har forladt universitetets trygge rammer. De modige forskere er blevet coachet af Dorset og går på scenen med hver deres stand-up-show på 8 minutter. Oplev tempofyldt, overraskende og underholdende vidensformidling krydret med stand-up, og bliv klogere på vores fascinerende hjerne på en helt ny måde! Oplev **Anke Ninija Karabanov**, lektor i neurofysiologi, Københavns Universitet, **Andreas Lieberoth**, lektor i pædagogisk psykologi, Aarhus Universitet og **Tobias Wang**, professor i zoofysiologi, Aarhus Universitet.

HOLDNR.: 2221-429
TID: 23/9, kl. 15.00-15.45
PRIS: Gratis, men tilmelding nødvendig
STED: Rampen, Dokk1

Musik på hjernen – Peter Vuust med Veronica Mortensen og Henrik Gunde

De fleste har oplevet, hvordan musik kan løfte humøret til nye højder eller få tårerne til at trille. Eller mærket hvordan rytmisk musik kan forplante sig i kroppen og gøre det svært ikke at vippe foden eller danse. Musik bevæger os. Både følelsesmæssigt og fysisk. Men hvordan? Hvad sker der i hjernen, når vi lytter til eller spiller musik? Hvordan påvirkes vi fysiologisk, følelsesmæssigt og sprogligt? Bliv klogere med **Peter Vuust**, jazzmusiker, hjerneforsker og leder af Center for Music in the Brain, Aarhus Universitet, i samtale med videnskabsjournalist **Line Friis Frederiksen**. Lad dig efterfølgende bevæge af musikken, når Peter Vuust Trio med **Peter Vuust (b)**, **Veronica Mortensen (v)** og **Henrik Gunde (p)** spiller koncert.

HOLDNR.: 2221-428
TID: 23/9, kl. 19.00-21.00
PRIS: 30 kr.
STED: Store Sal, Dokk1

LØRDAG

24. SEPTEMBER

Sansebar – få hacket dine smagsløg

Hvorfor bliver vi stimuleret af noget, der knaser? Hvorfor går vi automatisk uden om fødevarer, der har en bestemt farve, mens andre farver lokker os? Og hvorfor taler vi så meget om smag, når vores lugtesans i virkeligheden giver os tusind gange så mange impulser? Tag et smut forbi sansebaren og prøv selv, hvordan din hjerne fuldstændig styrer det, du smager. Mød kok, madkonsulent og forfatter **Rasmus Bredahl** bag sansebardisken.

HOLDNR.: 2221-458

TID: 24/9, kl. 10.30-11.30

PRIS: Gratis, bare mød op!

STED: Demokrateket, Dokk1

Workshop: mindfulness

Mindfulness handler om evnen til bevidst nærvær. I en tid præget af stress, forandring og effektivitet kan det være en stor udfordring at være nærværende. Men evnen kan trænes og være et middel til stresshåndtering og forbedring af livskvalitet. Mindfulnessstræning kan styrke aktiviteten i den forreste del af hjernen, der bl.a. regulerer vores følelsesmæssige system. Oplev mindfulness i teori og praksis med **Jacob Piet**, psykolog og ph.d. i mindfulness, Dansk Center for Mindfulness, Aarhus Universitet. Der er mulighed for at deltage i workshop enten **kl. 11.15-12.00** eller **kl. 13.00-13.45**.

HOLDNR.: 2221-481 og 2221-482

TID: 24/9, lørdag, kl. 11.15-12.00 og 13.00-13.45

PRIS: 30 kr.

STED: Mødelokale M2, Dokk1

Gå dig sund

Tag med på gåtur. Fysisk aktivitet har mange positive effekter – også for hjernen. Men hvor meget skal der egentlig til, for at de sundhedsmæssige effekter er i top? Og hvordan finder man motivationen til at komme op af sofaen? **Jesper Lundbye-Jensen**, lektor i neurofysiologi og motorisk kontrol, Københavns Universitet, gør os klogere på, hvorfor det er vigtigt, at vi holder os fysisk aktive, og tager os med en gåtur med indlagte øvelser. Så kom med og sæt gang i hjernen – alle kan være med!

HOLDNR.: 2221-457

TID: 24/9, kl. 11.15-12.15

PRIS: 30 kr.

STED: Verdensrummet, Dokk1

SE HELE PROGRAMMET
OG TILMELD DIG PÅ:
HEARTS-MINDS.DK

Træn din hjerne skarp

Få bedre hukommelse, stærkere koncentrationsevne og større overblik. Vores tankegange og adfærd er ikke statiske karaktertræk, men vaner der kan forandres. Med de rette øvelser kan hjernen optimeres. Permanent. Men hvad skal der til? Mød den dobbelte danmarksmester i hukommelse **Lars Christiansen** i samtale med **Troels W. Kjær**, overlæge og hjerneforsker, Københavns Universitet, og få indblik i øvelser og strategier, der kan styrke din evne til at holde fokus, bevare overblikket og sortere unødvendige informationer fra. Samtalen faciliteres af videnskabsjournalist **Line Friis Frederiksen**.

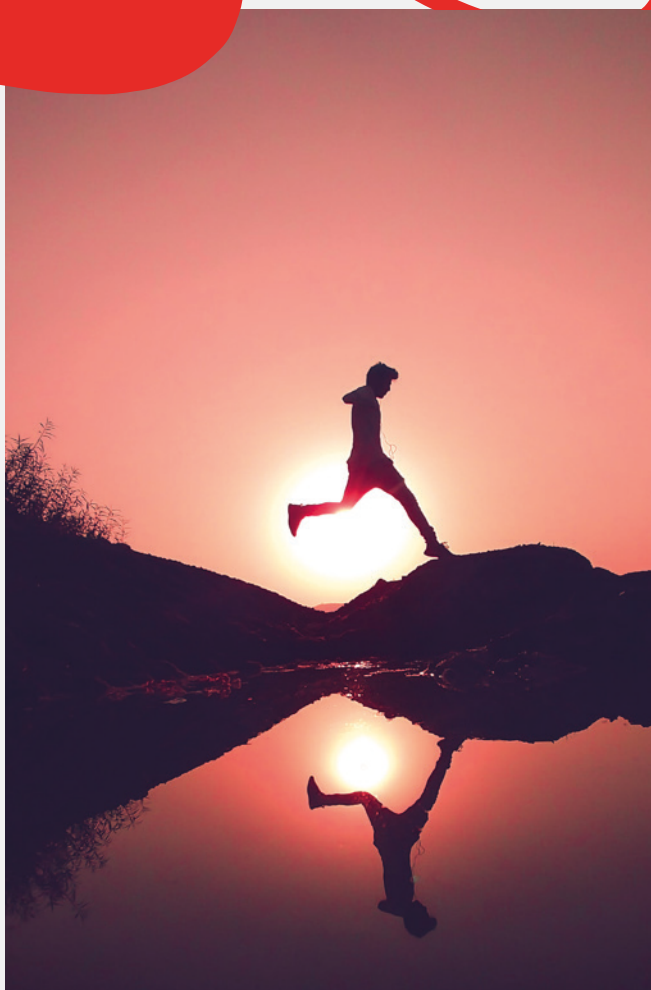
HOLDNR.: 2221-434

TID: 24/9, kl. 11.00-11.40

PRIS: Gratis, men tilmelding nødvendig

STED: Rampen





Løb hjernen i topform

Vi ved alle, at en løbetur eller en form for fysisk aktivitet er godt for vores fysiske helbred. Men hvilke gavnlige effekter har det på vores hjerne, når vi snører løbeskoene og tager en tur ud i det fri? **Jesper Lundbye-Jensen**, lektor i neurofysiologi og motorisk kontrol, Københavns Universitet os klogere på, hvilken betydning fysisk aktivitet har for vores kognitive funktioner og indlæringsevner. Efterfølgende er der rig mulighed for både at reflektere og få pulsen op, når løbeinstruktør **Henrik Mikkelsen** tager os på løbetur langs havnen. Mød op iklædt tøj og sko til løb. Der løbes i moderat tempo. Du skal som minimum kunne løbe 5 km. uden pause.

HOLDNR.: 2221-459

TID: 24/9, kl. 13.15-14.45

PRIS: 30 kr.

STED: Verdensrummet, DOKK1

Forfatteren og forskeren: Sissel-Jo Gazan og Mikkel Wallentin

Hvad kan hjerneforskningen fortælle om læsning af litteratur? Og hvordan griber man det an som romanforfatter, når man skal opbygge spænding, vække læserens nysgerrighed og måske endda drive gæk med læseren? Kan man bruge sin baggrund som biolog i den henseende? Mød forfatter **Sissel-Jo Gazan** og sprognør **Mikkel Wallentin**, professor i kognitionsvidenskab, Aarhus Universitet, i en samtale om litteratur, sprog og hjerne. Samtalen faciliteres af videnskabsjournalist **Line Friis Frederiksen**.

HOLDNR.: 2221-477

TID: 24/9, kl. 15.00-15.40

PRIS: Gratis, men tilmelding nødvendig

STED: Rampen, DOKK1

SØNDAG

25. SEPTEMBER

Familieworkshop: styrk din kreativitet

Ønsker du at give dit barn eller dit barnebarn de bedste forudsætninger for at leve et aktivt, kreativt liv? Og drømmer du om at finde eller genfinde dit eget kreative jeg? Kreativt arbejde er en nem og lettilgængelig måde at træne sin hjerne på. Det gør os gladere, mindsker stress og styrker vores hukommelse. Vær med, når vi sætter gang i kreativiteten med læge og kunstner **Lærke Egeffjord**, og oplev hvordan du bedst aktiverer din kreative hjerne gennem forskellige øvelser. Der er mulighed for at deltage i workshop **kl. 10.30-11.15** eller **kl. 11.45-12.30**.

HOLDNR.: 2221-466 og 2221-432

TID: 25/9, kl. 10.30-11.15 og 11.45-12.30

PRIS: 30 kr.

STED: Mødelokale M2, Dokk1

Gal eller genial? Om kreativitet og psykose

Er der en forbindelse mellem kreativitet og psykisk lidelse? Fænomenet kan spores tilbage til flere kulturer, hvor det har været et karakteristisk træk ved individer som vismanden eller geniet. Personer som den hollandske maler Vincent van Gogh og den amerikanske matematiker John Nash bærer vidnesbyrd om denne såkaldte 'mad genius-hypotese'. Hør kunsthistoriker og tv-vært **Peter Kær** i samtale med læge og postdoc i psykiatri **Karl Erik Sandsten**, Københavns Universitet, i samtale om sammenhænge mellem kunst, kreativitet og psykotiske lidelser.

HOLDNR.: 2221-433

TID: 25/9, kl. 11.15-12.00

PRIS: 30 kr.

STED: Lille Sal, Dokk1

Penge på hjernen

Det er blevet populært at investere. Nogle gør det for at kunne gå tidligt på pension, andre for at undgå negative renter, for at supplere SU'en eller få børneopsparingen til at vokse. Men hvordan undgår man at blive ræd, når grafen slår et knæk, eller sætte alle penge på sort, når man for alvor synes, at man har held i sprøjten? Hvad sker der i hjernen, når vi ser pengene vokse? Og hvad betyder det for vores økonomiske beslutninger? Er vi rationelle mennesker, eller er vi bare hulemænd? Hør **Andreas Roepstorff**, professor i kognition, kommunikation og kultur, Aarhus Universitet, og adfærdsøkonom **Jens Balle** i samtale med videnskabsjournalist **Line Friis Frederiksen**.

HOLDNR.: 2221-468

TID: 25/9, kl. 12.00-12.40

PRIS: Gratis, men tilmelding nødvendig

STED: Rampen, Dokk1

Psykologisk underholdning: din hjerne vil snydes

Få en anderledes og fascinerende oplevelse, når psykologisk entertainer **Niels Krøjgaard** demonstrerer hvor let du og din hjerne kan snydes. Du vil glemme tid og sted, når Niels Krøjgaard ved hjælp af psykologiske teknikker og manipulation kan fortælle, hvad publikum tænker, forudse reaktioner og afsløre, om de lyver eller taler sandt. Det virker uforklarligt. Nærmest overnaturligt. Men alt bygger på psykologi og menneskekundskab. Illusionen foregår i sindet.

HOLDNR.: 2221-423

TID: 25/9, kl. 13.00-13.40

PRIS: Gratis, men tilmelding nødvendig

STED: Rampen, Dokk1

Håndarbejde – kuren mod stressede hjerner?

De fleste kender fornemmelsen af stress, og årsagerne kan være mange: lige fra små problemer i hverdagen til store personlige kriser. Uanset årsagen reagerer hjernen på laveste fællesnævner, nemlig kontroltab og uforudsigelighed, og igangsætter et alarmberedskab. Når vi griber penslen, strikkepindene, broderinålen eller leret og fordyber os i at skabe noget, sker der ofte noget helt andet i kroppen. Vi bliver umiddelbart gladere, og symptomerne på stress, angst og depression dæmpes. Men hvorfor? Bliv klogere på stress, og hør de positive effekter ved håndarbejde, fordybelse og kreativitet. Oplev neurobiolog **Karen Johanne Pallesen**, Aarhus Universitet, i samtale med læge og kunstner **Lærke Egeffjord**. Strikketøj må gerne medbringes.

HOLDNR.: 2221-469

TID: 25/9, kl. 13.30-14.15

PRIS: 30 kr.

STED: Store Sal, Dokk1

TILMELD DIG PÅ:
HEARTS-MINDS.DK

Kærs KunstKafé: kunstneren og forskeren

Af alle klodens dyrearter er det kun mennesket, der skaber og bruger kunst som en integreret del af alle livets forhold. Men hvad sker der egentlig i hjernen og kroppen, når vi skaber og oplever kunst? Det har hjerneforskningen – under betegnelsen neuroæstetik – udforsket de sidste 20 år ved brug af avancerede undersøgelsesmetoder såsom hjernescanning. Oplev hjerneforsker **Martin Skov**, Hvidovre Hospital, fortælle om den nyeste forskning inden for neuroæstetik, og mød den aarhusianske kunstner **Iris Bakker**, der er kendt for sine blindtegnings-portrætter. Samtalen faciliteres af kunsthistoriker **Peter Kær**. Der vil i forbindelse med arrangementet være mulighed for at deltage i en konkurrence om at få blindtegnet sit portræt af Iris Bakker efterfølgende. Se mere på hearts-minds.dk.

HOLDNR.: 2221-476

TID: 25/9, kl. 10.15-11.00

PRIS: 30 kr.

STED: Store Sal, Dokk1



Den gådefulde bevidsthed

Hvornår opstår en tanke? Hvordan bliver den i et samarbejde mellem milliarder af hjerneceller til en del af vores bevidsthed? Og hvordan kan hjernens fysiske processer, som kan måles gennem hjernescannere, skabe individuelle følelser, indtryk og oplevelser? Bevidstheden er én af videnskabens største gåder. Den er en forudsætning for, at vi kan tænke, føle og gøre ting med vilje, men når vi først begynder at tænke over, hvad bevidsthed er, bliver vi nemt viklet ind i paradokser. Gå på opdagelse i den gådefulde bevidsthed med **Albert Gjedde**, professor emeritus i neurobiologi, Aarhus Universitet, og **Andreas Roepstorff**, professor i kognition, kommunikation og kultur, Aarhus Universitet.

HOLDNR.: 2221-421

TID: 25/9, kl. 14.30-15.15

PRIS: 30 kr.

STED: Lille Sal, Dokk1

Sov godt

Vi bruger omkring en tredjedel af vores liv på at sove, hvilket svarer til omkring 27 år i alt. De fleste kender fornemmelsen af en dårlig nats søvn fra tid til anden. Humøret bliver påvirket, lunten bliver kortere og koncentrationen svigter. Men hvorfor sover vi egentlig, og hvad sker der i hjernen, mens vi sover? Og hvad stiller man op, hvis man har problemer med at sove? Bliv klogere på søvnen med **Bobby Zachariae**, professor i psykologi, Aarhus Universitet, og hør om søvnens betydning for vores psykiske og fysiske helbred.

HOLDNR.: 2221-472

TID: 25/9, kl. 11.15-12.00

PRIS: 30 kr.

STED: Store Sal, Dokk1

GRATIS: Prøv Vid&Sans i 3 måneder

Få forskernes svar på de vigtigste aktuelle spørgsmål i det nye digitale medie Vid&Sans. Få de første 3 måneder helt gratis, når du tilmelder dig et hold på Folkeuniversitetet på fuau.dk.

NYHEDSBREV PODCAST WALL OF FAME

Vid&Sans
Din verden belyst af forskere

LYT LOG IND

BLIV MEDLEM

NATUR & KLIMA

TEKNOLOGI & UNIVERS

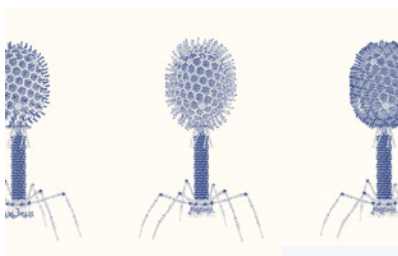
KROP & SIND

KUNST & KULTUR

SAMFUND & INDIVID

IDÉ & TRO

Q SØG



KROP & SIND

SUNDHED

Bakteriedræbende virus kan afværge global sundhedskatastrofe

Et glemt medicinsk supervåben kan blive menneskehedens redning i kampen mod antibiotika-resistente bakterier. De stadig mere modstandsdygtige bakterier koster millioner af menneskeliv hvert år, og WHO har kaldt det en alvorlig trussel mod menneskeheden. Uden effektive antibiotika vil lægevidenskaben blive slået hundrede år tilbage – men nu har forskere og læger genopdaget et alternativ: Virus.



SAMFUND & INDIVID

MADKULTUR

Skal du ha' soja i rullen? Smagen af Kina i Danmark

I 1949 åbnede den første kinesiske restaurant i Danmark, og snart blev forårsrullen folkeej. Siden har den dog mistet terræn til bl.a. shawarma og sushi, og måske er den snart for tid på det danske menukort. Men rullen er mere end fastfood. Den rummer også en fortælling om kulinariske kulturmøder, om fordomme og fællesskab, og om Kina i Danmark.



SAMFUND & INDIVID

PODCAST

Sådan fungerer de økonomiske sanktioner mod Rusland

Mens Vesten har svært ved at finde militære modtræk til Putins aggression i Ukraine, har de økonomiske modtræk allerede haft kolossal effekt. På rekordtid er det lykkedes at lamme russisk økonomi, der nu er i dyb krise. Hvordan kan det være? Tænk tanken har spurgt økonomiprofessor Philipp Schröder.



NATUR & KLIMA

KLIMAADFÆRD

Vanens magt vil afgøre klimakampen

Teknologi, lovgivning eller individuelle forbrugsvalg kan ikke løse klimakrisen hver især. Den grønne omstilling kræver et nyt og mere helhedsorienteret syn på samspillet mellem teknologi, forbrug, normer og adfærd.



NATUR & KLIMA

FORURENING

Havneudvidelser og megabyggerier kan skade havmiljøet

Anlægsprojekter som Lynetteholm og den planlagte udvidelse af Aarhus Havn betyder, at millioner kubikmeter havneslam skal dumpes andre steder i havet. Hvad det reelt betyder for havmiljøet, ved vi ikke nok om, påpeger forsker, der efterlyser grundigere analyser af konsekvenserne.



KUNST & KULTUR

GRAT GULD

"Mobilhøflighed kræver selvrespekt!"

Vid&Sans bringer hver uge et "interview" med en afdød tænker, videnskabsmand eller forfatter om et aktuelt emne. I denne uge Emma Gad om vores skærmvaner.

Praktiske oplysninger

PROGRAMRÅDET I HERNING

Iben Østerbye, Biblioteket i Holstebro (formand)

John Hansen, AU Herning

Søren Brøndum, Herning Gymnasium

Kristine Holm-Jensen, Museum Midtjylland

Rikke Ramm Eberlein, Den Jyske Sangskole

Bente Jensen, Kunstpakhuset

Sten Tiedemann, rektor på Folkeuniversitetet i Aarhus, Emdrup og Herning

UNDERVISINGSSTED

Folkeuniversitetet i Herning
Birk Centerpark 15
7400 Herning
fuau.dk / www.fuau.dk / 8843 8000

TILMELDING

Tilmeld dig på fuau.dk, og betal med Dankort, Visa/Dankort, Mastercard, Visa Electron eller MobilePay. Firmabetaling på EAN eller faktura.

AFMELDING

Hvis du fortryder, kan du få det indbetalte beløb refunderet fratrukket ekspeditionsgebyr på 100 kr. pr. billet. Afmelding senest 14 dage før holdstart. Tilmelding til rejser/ekskursioner er bindende, og depositum refunderes ikke.

STUDIERABAT

På udvalgte hold gives der rabat til studerende, som er berettiget til SU. Oplys uddannelsessted og årskortnummer ved tilmelding. Husk studiekort første undervisningsgang.

FOTOS OG GRAFIK

Fotos s. 1, 4, 11 og 16: Martin Bubandt.

Fotos s. 7 og 13: Nikolai Hildebrandt, s. 10: Moesgaard Museum, s. 9, 15, 20 og 24 Martin Dam Kristensen, s. 31: Unsplash. Layout og grafik: Walk Agency.

NOTER OG SLIDES

Slides og undervisningsnoter er ikke inkluderet i prisen, og de kan ikke forventes fremskaffet og udleveret.

MAD OG DRIKKE

Det er muligt at købe kolde og varme drikkevarer og diverse snacks i forbindelse med undervisningen.

FORBEHOLD

Folkeuniversitetet forbeholder sig ret til ændring af underviser, lokale, dato, tidspunkt og format. Sådanne ændringer giver ikke ret til refusion af betalingen. Ændringer oplyses på fuau.dk og via mail og/eller sms. Er vi nødsaget til at aflyse et hold, refunderer vi beløbet til samme konto, som der er betalt fra. Vi tager forbehold for trykfejl i det trykte program.

PROGRAMMETS MILJØAFTRYK OG HÅNDTERING

Programmets sider er trykt på 100 % genbrugspapir, og omslaget på ubestrøget offsetpapir. Papirmassen er fra ansvarligt skovbrug (FSC-mærket) og fremstillet under skrappe miljøkrav (Svanemærket). Programmet skal efter brug puttes i papircontaineren.



GRÆNSER
GRÆNSER
GRÆNSER
GRÆNSER
GRÆNSER
GRÆNSER
GRÆNSER

ÅRHUNDREDETS
FESTIVAL

03–12 MARTS
2023