

Folkeuniversitetet

HERNING 2026-27

Gaven fra havet

ANNETTE BRUHN

Seniorforsker i marin økologi,
Aarhus Universitet





Kære deltagere

Folkeuniversitetet er en enestående dansk tradition med en enkel og stærk idé om, at forskningsbaseret viden skal være tilgængelig for alle. I 1898 blev de første folkeuniversitetsforelæsninger afholdt i hovedstaden. I år markerer vi 80-året for, at Folkeuniversitetet bredte sig til resten af landet med oprettelsen af Århusstudenternes Kursusvirksomhed. Som Aarhus-borgmester Svend Unmack Larsen formulerede det ved oprettelsen i 1946: "Dette Arbejde fortjener vor største Anerkendelse og Støtte. I disse Aar, hvor Demokratiet er i Fremmarch og inde i en ny Udviklingsfase, er Spredning af Kundskab og sund Dømmekraft af den allerstørste Betydning."

Tanken bag Folkeuniversitetet var, at "Radioen og Aviserne giver en flygtig Orientering om det der sker. – Viden skal søges paa anden Maade." Den idé lever videre i dag. Folkeuniversitetet findes nu mere end 80 steder i Danmark, og forskningen er kun et klik væk med live-streamede forelæsninger, podcasten 'Fuld af viden – forskernes fre dagsbar' og YouTube-videoerne 'Som Sagt'.

I en tid, hvor verden forandrer sig hastigt, og hvor samfund, kultur, teknologi og menneskelige fællesskaber er under stadig forandring, har vi mere end nogensinde brug for viden og eftertanke. Når undervisere og deltagere mødes på Folkeuniversitetet, opstår der et særligt rum for fordybelse – et rum, hvor der er plads til komplekse emner, spørgsmål, tvivl og nuancer, og hvor viden sættes i forbindelse med det liv og samfund, vi alle er en del af.

Folkeuniversitetet er båret af troen på livslang læring. Uanset alder, baggrund og forudsætninger kan vi blive ved med at udvide vores horisont, udfordre vores verdensbillede og opdage nye sammenhænge. At lære hele livet er ikke kun en personlig glæde; det er også en vigtig del af et levende demokrati.

Velkommen på Folkeuniversitetet i efteråret! Med borgmester Svend Unmack Larsens ord fra 1946: "Kundskab er vort bedst og maaske eneste mulige Vaaben."

Sten Tiedemann, rektor

Folkeuniversitetet i Aarhus, Emdrup og Herning

Indhold

02	Forord
06	Gratis livestreams
08	PARK Festival
12	Efterår 2026
18	Forår 2027
26	Hearts & Minds Festival
35	Praktiske oplysninger

Undervisningssteder

Alle hold foregår på Aarhus Universitet i Herning, medmindre andet er angivet. Du kan finde adresse og lokale på alle hold på fuau.dk.

AU, Campus Herning

Birk Centerpark 15
7400 Herning

Har du spørgsmål?

Kontakt Folkeuniversitetets sekretariat:
8843 8000 (se åbningstider på fuau.dk)
info@fuau.dk

Viden for alle

På Danmarks 85 folkeuniversiteter er forskere og fageksperter klar til at dele deres viden med dig. Der er ingen adgangskrav, og der starter hele tiden nye hold. Folkeuniversitetet har siden 1898 arbejdet for, at alle skal have adgang til ny viden fra forskningens verden. Og det gør vi stadig med 10.000 forelæsninger på landsplan, store vidensfestivaler, livestreams, podcasts, byvandring, debatter og artikler. Tilmeld dig vores nyhedsbrev, så skriver vi til dig, når der er nyt på vej.

Slå op med en forsker

På internettet kan enhver være, hvem de vil, og sige, hvad de vil. Ofte uden konsekvenser og i jagten på opmærksomhed.

Derfor møder vi hver dag holdninger og dagsordener, markedsført som en sandhed. Men en holdning bliver ikke til fakta, selvom den er pakket nok så flot ind. Og en dagsorden bliver ikke relevant, bare fordi der råbes højt.

Støjen har gjort det sværere at skelne holdning og dagsorden fra pålidelig og kvalitetssikret viden. Det gør det svært at vide, hvad der er op, og hvad der er ned. Og sådan en verden er svær at navigere i.

Vi har brug for at kunne skelne mellem det, vi tror - og det, vi ved.

Lex - Danmarks Nationalleksikon er skabt for at sikre, at vi alle har fri adgang til kvalitetssikret viden på dansk i et gratis og lettilgængeligt online opslagsværk. På lex.dk finder du knap 250.000 artikler, der holdes opdateret af de flere end 1.000 forskere og fagfolk, som du ser nogle af her. Alle bidrager de til at sikre, at vi har adgang til viden om verden, set med danske øjne.

Lex er det nøgterne og saglige vidensfundament, vi i fællesskab bygger vores samfund på. Lex er det fælles projekt, der minder os om det, vi ved. Det er det fundament, vi står på, når vi skal finde ud af, hvor vi vil hen.

Til alle jer forskere og fagfolk: Tak! Tak for jeres utrættelige arbejde og for at gøre det muligt for os alle at slå op og blive klogere.

**Jo mere vi slår op,
jo mere finder vi sammen**



**Danmarks
Nationalleksikon**

Indsatsen for øget kendskab til Lex er blandt andet støttet af Aage og Johanne Louis-Hansens Fond



Tang – havets oversete gave

Det kan forvandles til alt fra tandpasta og byggematerialer til medicin og pesticider. Tang er en overset og grøn ressource lige under havoverfladen, som vi ifølge seniorforsker i marin økologi ved Aarhus Universitet Annette Bruhn bør få øjnene op for.

Af Charlotte Koldbye. Foto: Martin Bubandt

Når du går tur på stranden, skulle du tage at fiske en håndfuld frisk blæretang op af havet. Blancher den, steg den derefter på panden, tilsæt soya, sesamolie og revet ingefær. Voilà, så har en af havets grøntsager fundet vej til din tallerken. Opskriften er havbiolog Annette Bruhns. Hun har i mange år været dybt fascineret af tang – bl.a. fordi det kan indgå i så mange overraskende sammenhænge, at det næsten ikke er til at tro.

I starten af sin studietid blev Annette Bruhn undervist af Kathrine Richardson, der var specialiseret i mikroalger. Det møde blev et vendepunkt.

"Jeg var solgt med det samme," fortæller Annette Bruhn og uddyber: "Alger er havets planter. De danner skove under vandet, fungerer som havets lunger, optager CO₂, laver fotosyntese og danner ilt. Det er simpelthen så fascinerende."

TANGENS GRØNNE TALENTER

Annette Bruhn har dedikeret sit arbejdsliv til makroalger – det vi i daglig tale kalder tang – og som bl.a. dækker over rødalger, grønalger og brunalger. Det er havets grøntsager, men det er også meget mere end det. Deres cellevægge er opbygget helt anderledes end landplanternes, og det giver dem nogle helt særlige tekniske kvaliteter. Deres stivelsesstoffer opfører sig anderledes, og derfor kan de bruges som stabilisatorer i alt fra maling til tandpasta.

Annette Bruhn fortæller om tangens mange talenter med en begejstring, der smitter af. Tang kan bruges som dyrefoder og som bæredygtigt byggemateriale. Tang klistrer nemlig sammen helt naturligt, og der for er der ikke behov for kunstige bindemidler. Presser man det sammen i en form, får man et byggemateriale, der til og med er brandhæmmende. "Vi har en tendens til fuldstændig at overse tang," gentager Annette Bruhn. "Tang er virkelig en underudnyttet bioresource, og så er det helt utrolig pænt."

Listen over tangs fortræffeligheder bliver endnu længere, mens Annette Bruhn remser op. Man kan lave bioplast af tang, bruge det som tekstil, plastik, emballage og selvfølgelig som fødevarer. Og så

kan det bruges som et ikke-giftigt pesticid. Det kan nemlig stimulere planternes eget immunforsvar, så man undgår at bruge andre kemikalier. Det kan endda hjælpe landplanter med at modstå tørke- og varmestress. Listen virker uendelig.

"Vi kan dyrke tang, og det kan endda trække næringsstoffer ud af spildevand," forklarer Annette Bruhn og tilføjer: "Tangskove i havet understøtter biodiversitet, binder kulstof og tiltrækker andre arter. Nøjagtig som skovene på landjorden gør det. Det er et helt økosystem i sig selv."

BLÆRETANG PÅ MIDDAGSBORDET

I Asien har man en lang tradition for at bruge tang, ikke mindst at spise den. Men herhjemme er vi mere tilbageholdende.

"Det er en smag, som man skal vænne sig til," indrømmer Annette Bruhn. "Alligevel arbejder vi på at udvikle dagligdags opskrifter," tilføjer hun optimistisk. "Det kan eksempelvis blive en bestanddel i din plantebøf, fordi det fungerer som teknisk bindemiddel, som holder sammen på farsen."

For Annette Bruhn handler det ikke kun om videnskab og forskning. Det handler også om at åbne vores øjne for det, der er lige under havets overflade. Tang er fantastisk, ikke fordi det kan redde verden fra det ene øjeblik til det andet, men fordi det allerede er her. Det er havets gave til os – klar til at blive opdaget og brugt.

Så næste gang du går tur langs stranden, så husk på Annette Bruhns ord. Måske er det ikke bare tang, du ser skylle ind på kysten. Måske er det fremtidens byggematerialer, fødevarer eller løsninger på andre af vores udfordringer. Eller måske er det bare en håndfuld blæretang, der venter på at blive forvandlet til en lækker ret med soya, sesamolie og ingefær.

Oplev Annette Bruhn forelæse: 'Tang – havets smagfulde problemknuser'. Se side 11.

Gratis livestreams

Med vores livestreamede forelæsninger kan du åbne en verden af viden, uanset hvor du er. Flere af efterårets livestreams er en del af Hearts & Minds Festival, der foregår i Aarhus den 25.-27. september og har temaet HJERNEN.

Tilmeld dig på fuau.dk. Forelæsningsne foregår i Microsoft Teams, og moderator Noa Kjærsgaard Hansen guider os igennem.

Hukommelse ved aldring og demens

HOLD: 2621-463

TID: 2/9, 1 onsdag, kl. 17.00-18.00

UNDERVISER: Asmus Vogel, lektor i neuropsykologi, Københavns Universitet

Hvad sker der med hukommelsen, når hjernen ældes – og hvornår er glemsomhed mere end bare glemsomhed? Vores hukommelse er en af de kognitive evner, som er stærkest forbundet med vores identitet. Hvad husker vi fra vores barndom, og hvad sætter sig i erindringen i løbet af livet? Og hvad er godartet aldersrelateret glemsel, og hvordan adskiller den sig fra de hukommelsessvækheder, som ses ved demenssygdomme? Vi zoomer ind på hukommelsens komponenter og de nyeste indsigter i, hvordan demens svækker hukommelsen, og hvad vi kan gøre for at beskytte os mod dette.

Digitale platforme

HOLD: 2621-506

TID: 16/9, 1 onsdag, kl. 18.30-19.30

UNDERVISER: Jacob Ørmen, lektor i kommunikation, Københavns Universitet

Hvordan former algoritmer vores verdensbillede, og er vi bevidste (nok) om, hvornår det sker? Digitale platformes indflydelse på den offentlige debat vokser sig stadig større, og forskellige algoritmer kuraterer en stor del af den information, vi møder på netop sociale medier, i nyhedsstrømme og søgeresultater. De sorterer, prioriterer og filtrerer – og ofte uden at vi lægger mærke til det eller har bedt om det. Bliv klogere på, hvordan algoritmiske systemer påvirker vores adgang til information og til den offentlige samtale.

Hjernepauser

HOLD: 2621-615

TID: 1/10, 1 torsdag, kl. 18.30-19.30

UNDERVISER: Ole Lauridsen, lektor emeritus, Center for Undervisning og Læring, Aarhus Universitet

Hvornår holdt du sidst en ægte pause? Ikke en kaffepause foran telefonen, ikke en Netflix-serie, men en pause, hvor hjernen fik lov til at gå i tomgang? I en tid præget af konstant stimulation er pausen blevet en mangelvare. Hjernen er ikke konstrueret til uafbrudt at være på, og når vi alligevel halser videre, kan det i sidste ende provokere stressreaktioner og svække vores evne til at lære, tænke og koncentrere os. Hør om hjernepausernes betydning, og bliv klogere på konsekvenserne af en pauseløs hverdag. Undervejs får du også konkrete bud på, hvordan vi – på arbejdspladsen såvel som i privatlivet – holder flere pauser, så vi kan blive mere produktive og kreative.

Søvn

HOLD: 2621-579

TID: Onsdag 16/9, kl. 17.00-18.00

UNDERVISER: Celia Kjærby, lektor, Institut for Neurovidenskab, Københavns Universitet

Hvorfor sover vi, og hvad koster det os, når vi ikke får nok søvn? Søvn fylder en tredjedel af vores liv, men er stadig et af videnskabens mest gådefulde områder. Nyere forskning viser, at søvn ikke blot er hvile, men en aktiv tilstand gennem hele natten, hvor hjernen renser sig selv og regulerer alt fra humør til immunforsvar. Hør om de seneste opdagelser om søvnens funktion, og hvad det betyder for vores mentale sundhed. Hvad sker der inde i hjernen, mens vi sover, og hvordan kan vi styre vores søvn i en bedre retning?





Hvem styrer vores opmærksomhed?

HOLD: 2621-614

TID: 1/10, 1 torsdag, kl. 17.00-18.00

UNDERVISER: Jacob Lund Orquin, professor, Institut for Virksomhedsledelse, Aarhus Universitet

Opmærksomhed er hjernens måde at prioritere mellem vigtige og uvigtige informationer på, og ligesom mange andre arter er vi dybt afhængige af den for at kunne fungere og overleve. I det moderne samfund er opmærksomhed imidlertid blevet en eftertragtet råvare. Virksomheder, politikere og privatpersoner konkurrerer om vores opmærksomhed med alt fra reklamer og nyheder til e-mails og sms-påmindelser. Men hvem styrer egentlig vores opmærksomhed, og hvordan påvirker opmærksomheden vores holdninger, forbrug og oplevelse af virkeligheden?

Den sikkerhedspolitiske situation i Europa lige nu

HOLD: 2621-526

TID: 28/10, 1 onsdag, kl. 17.00-18.00

UNDERVISER: Rasmus Brun Pedersen, lektor i statskundskab, Aarhus Universitet

Hvordan ser det sikkerhedspolitiske landskab i Europa ud lige nu, og hvad betyder det for os som europæiske borgere og som kontinent? Europa befinder sig i en periode med stor geopolitisk usikkerhed og ustabilitet. Der er krig på kontinentet, skiftende alliancer mellem storpolitiske aktører, og nye former for hybridtrusler stiller spørgsmål ved det fundament, som europæisk sikkerhedspolitik har hvilet på siden den kolde krig. Få en aktuel analyse af Europas sikkerhedspolitiske situation – fra NATO og EU til nationale prioriteringer og den enkelte borgers rolle.

Politik for professionelle

HOLD: 2621-505

TID: 28/10, 1 onsdag, kl. 18.30-19.30

UNDERVISER: Anne Skorkjær Binderkrantz, professor i statskundskab, Aarhus Universitet

Politik er mere end blot Folketing og regering. Der findes et utal af organisationer, der prøver at påvirke politik. Nogle repræsenterer virksomheder, andre lønmodtagere og atter andre naturinteresser. Over de seneste årtier er der kommet flere forskellige organisationer til, og det er blevet sværere at gennemskue, hvem der egentlig har indflydelse. I dag er der langt flere personer, der arbejder professionelt med politisk arbejde, og ofte skifter de mellem stillinger i forskellige organisationer. Få et portræt af nutidens lobbylandskab.

De største europæiske kunstværker

HOLD: 2621-490

TID: 16/11, 1 mandag, kl. 17.00-18.00

UNDERVISER: Flemming Friberg, mag.art. i kunsthistorie og fhv. direktør, Ny Carlsberg Glyptotek

Hvad gør et kunsværk til noget, vi stadig taler om hundredvis af år efter, det blev skabt? Findes der en europæisk æstetik – og i givet fald, hvornår kan den spores? Som et vindue ud mod det omgivende samfund har utallige værker gennem den europæiske kunsthistorie formet og stillet spørgsmål ved den måde, vi ser verden på. Og kanoniseringen er ikke tilfældig: Bestemte fortællinger, magtforhold og kulturelle strømninger afgør, hvilke værker der løftes frem, og hvilke der glemmes. At se nøjere på de store kunstværker er derfor også at se nøjere på Europa selv.

Depression: Nye metoder til behandling

HOLD: 2621-462

TID: 16/11, 1 mandag, kl. 18.30-19.30

UNDERVISER: Poul Videbech, professor og overlæge i angst og depression, Psykiatrisk Center Glostrup

Hvad sker der i hjernen ved depression, og hvor er forskningen nu i forhold til for blot ti år siden? Depression er en af de mest udbredte sygdomme i verden, og alligevel er vores forståelse af den stadig ufuldstændig. De seneste år har dog budt på markante gennembrud: nye lægemidler, psykedelisk assisteret terapi og avanceret hjernestimulation åbner muligheder, vi indtil for nylig kun kendte fra forsøg. Hvad virker? Hvad er på vej? Hvad ved vi endnu ikke? Og er vi på vej mod et gennembrud i behandlingen af en af vores tids største folkesygdomme?

Vi livestreamer også
udvalgte arrangementer
fra vores festivaler

SE LIVESTREAMS PÅ [FUAU.DK](https://fuaa.dk) ELLER I VORES NYHEDSBREV

PARK

22.-23. AUGUST
UNIPARKEN AARHUS

Den gratis festival PARK er tilbage med et spændende program, der sammen med en perlerække af landets skarpeste forskere tager livtag med tidens store udfordringer.

Mød bl.a. Michael Svarer, Dorte Ravnsbæk, Morten Scheibye-Knudsen, Stig Markager, Alberte Bové Rud, Alexandra Brandt Ryborg Jønsson og Anders Søgaard.

Oplev tværfaglige samtaler på Amfiscenen, fordyb dig i foredrag i Aulaen, tag på rundvisning i Antikmuseet, og få ny inspiration hos Det Kgl. Bibliotek.

Som noget nyt præsenterer vi BØRNENES PARK, hvor særligt de 6-12-årige kan få hænderne i videnskaben.

Programmet er krydret med musikalske og kunstneriske indslag, med bl.a. Who Killed Bambi, Steffen Brandt, Katinka og Mads Langer, ligesom du på festivalpladsen kan finde et udvalg af mad og drikke.

Dyk ned i programmet og tilmeld dig på parkfestival.dk



PARK præsenteres af:

Folkeuniversitetet

I tæt samarbejde med:



DET KGL. BIBLIOTEK
Royal Danish Library

PARK realiseres med støtte fra:

CARLSBERGFONDET



Jyllands-Postens Fond

Ole Kirk's Fond



Nordjyllands
Fonden



STIBOFONDEN

DET KAN DU OPLEVE

UDDRAG – SE HELE PROGRAMMET PÅ PARKFESTIVAL.DK

LØRDAG 22/8, KL. 10-22

10.00-10.20: VELKOMST OG FÆLLESSANG (AMFISCENEN)

Konferencier Mathias Hammer, pianist samt radio- og tv-vært, og Brian Bech Nielsen, rektor, AU

10.20-10.50: DANSK ØKONOMI I GEOPOLITISK STORMVEJR (AULAEN). Michael Svarer, professor, AU

11.10-11.40: HVAD ER LYS? JORDEN SET FRA RUMMET (AULAEN) Christoffer Karoff, lektor, AU

14.15-14.50: HEMMELIGHEDEN BAG ET LANGT OG GODT LIV (AMFISCENEN). Morten Scheibye-Knudsen, lektor, KU, og Tinna Stevnsner, professor, AU. Moderator: Line Friis Frederiksen, videnskabsjournalist

14.50-15.25: HVAD SKAL DU PREPPE TIL FREMTIDEN? (AMFISCENEN). Anders Søgaard, professor, KU, og Rosanna Farbøl, lektor, Universitetet i Oslo. Moderator: Bjørg Tulinus, journalist, Kristeligt Dagblad

18.15-18.50: NÅR DEN GRØNNE OMSTILLING GÅR I SORT – OM 'BAG LITIUMBJERGENE' (AMFISCENEN) Kristian Hvidtfelt, lektor, AU, og Theis Ørntoft, forfatter. Moderator: Bjørg Tulinus, journalist, Kristeligt Dagblad

18.50-19.20: FREMTIDENS GRØNNERE ENERGI (AULAEN) Dorte Ravnsbæk, professor, AU, og Marie Münster, professor, DTU. Moderator: Line Friis Frederiksen, videnskabsjournalist

20.25-20.55: NATURVIDENSKAB FOR FULDT BLUS (AMFISCENEN). Kemishow og Fysikshow

21.15-22.00: KONCERT MED WHO KILLED BAMBI + MADS LANGER (AMFISCENEN)

SØNDAG 23/8, KL. 10-18

11.10-11.45: KAN LITTERATUR OG KULTUR REDDE KLIMAET? HVAD SIGER FORSKEREN, FORFATTEREN OG HISTORIKEREN? (AMFISCENEN). Stefan Gaarsmand Jacobsen, lektor, KU, Johanne Mygind, forfatter. Moderator: Søren Bitsch Christensen, vicedirektør, Det Kgl. Bibliotek

11.50-12.20: SLANGEBID – EN OVERSET TROPISK SYGDOM (AULAEN). Andreas Hougaard Laustsen-Kiel, professor, DTU

12.20-12.55: USA OG EUROPA – HVOR STÅR FORHOLDET I DAG? (AMFISCENEN). Derek Beach, professor, AU, og Alberte Bové Rud, postdoc, Det Danske Institut i Rom. Moderator: Sanne Gram Fadel, ledende udlandsredaktør, DR

12.35-13.05: HVOR MEGET KINA ER DER I DIT LIV? FRA TEMU OG ELBILER TIL EN NY VERDENSORDEN (AULAEN) Mette Thunø, lektor, AU

13.30-14.15: KONCERT MED WHO KILLED BAMBI + STEFFEN BRANDT (AMFISCENEN)

14.30-15.05: DANMARKS STØRSTE SUNDHEDSUDFORDRINGER (AMFISCENEN). Naja Hulvej Rod, professor, KU, og Alexandra Brandt Ryborg Jønsson, lektor, RUC. Moderator: Sanne Gram Fadel, ledende udlandsredaktør, DR

15.55-16.30: MELLEMØSTEN PÅ GODT OG ONDT (AMFISCENEN) Rasmus Christian Elling, lektor i Iranstudier, KU, og Mona Kanwal Sheikh, seniorforsker, DIIS. Moderator: Sanne Gram Fadel, ledende udlandsredaktør, DR

17.15-18.00: KONCERT MED WHO KILLED BAMBI + KATINKA (AMFISCENEN)

ANDRE SCENER:

Det Kgl. Bibliotek

Tag plads i de unikke rammer, og hør foredrag og musik – eller dyk ned i bibliotekets arkiver.

Antikmuseet

Oplev en perle i Universitetsparken, og tag med på omvisninger i museets flotte samlinger.

Vandrehallen

Smag på videnskaben, mens du bliver klogere til eksklusive arrangementer. Kræver særskilt tilmelding.



22.-23. august kl. 10-15

I BØRNEPARK er der plads til leg, kreativitet og overraskelser for særligt de 6-12-årige.

Lav forsøg, hør om seje dyr, tag på safari, bryd koder og meget mere. På scenen kan du opleve spændende shows. Og på pladsen får du overraskende oplevelser og workshops.

Efterår 2026

Særomvisning på Tirpitz

HOLD: 2623-281

TID: 22/8, 1 lørdag, kl. 11.00-12.30

PRIS: 260 kr.

STED: Tirpitz, mødested ved billetsalget,

Tirpitzvej 1. NB! Deltagerne sørger selv for kørsel

UNDERVISER: John V. Jensen, museumsinspektør, Vardemuseerne

Tag med på besøg på Tirpitz i Blåvand. Hertet i museet er den store Tirpitz-bunker, der er en del af Hitlers store Atlantvold, der strakte sig fra Nordkap til Pyrenæerne, som forsvar mod et allieret angreb fra vest. Museumsinspektør John V. Jensen giver en eksklusiv omvisning i den gamle Tirpitz-bunker og i Bjarke Ingels imponerende museumsbygninger, der graver sig ind i sandet. Der bliver også lejlighed til at se nærmere på museets udstillinger, bl.a. den nyeste om besættelsen og de første efterkrigsår, der åbnede i anledning af 80-året for befrielsen.

Det psykopatiske sind

HOLD: 2623-067

TID: 2/9, 1 onsdag, kl. 17.15-19.00

PRIS: 195 kr., studerende 95 kr.

UNDERVISER: Lars Bjerggaard, autoriseret klinisk psykolog, specialist og supervisor i psykopatologi, retspsykiatrisk afdeling, Aarhus Universitetshospital

Vi kigger undersøgende på chefen, hvis hun har lidt for spidse albuer: Er hun mon psykopat? Men det er næppe så enkelt. Psykopati, eller dyssocial personlighedsforstyrrelse, er en kompleks personlighedsforstyrrelse karakteriseret ved manglende empati, overfladiske følelser og manipulerende adfærd. Psykopati er også en forstyrrelse, der ofte misforstås i samfundet, og forstyrrelsen er mere nuanceret end den stereotype 'kold-blodige' kriminelle. Denne aften stiller vi skarpt på det psykopatiske sind, adfærd, personlighedstræk og behandlingsmuligheder.



Naturmedicin og functional foods

HOLD: 2623-068

TID: 2/9, 1 onsdag, kl. 17.15-21.15

PRIS: 350 kr., studerende 175 kr.

UNDERVISER: Per Bendix Jeppesen, lektor i endokrinologi, Aarhus Universitetshospital

Gennem århundreder har mennesker brugt naturen til behandling af sygdomme. Det er ikke nyt, at naturlige kilder som fx medicinalplanter har en effekt. Men med nutidens analysemetoder, teknologier og forståelse er det nu muligt at udvikle oprensede, naturlige kemiske forbindelser som nye lægemidler. Ca. 70 % af al den medicin, der anvendes i dag, har sin oprindelse fra en naturkilde. Forelæsningsen sætter fokus på udvikling af forskellige lægemidler, der alle har naturen som kilde. Hør også om kost i form af 'functional foods' – fødevarer, der har positiv effekt på helbredet.

Til sidst kommer det frem: En hyldest til whistlebloweren

HOLD: 2613-565

TID: 2/9, 1 onsdag, kl. 17.15-19.00

PRIS: 195 kr., studerende 95 kr.

UNDERVISER: Christian Jensen, ansvarshavende chefredaktør, Dagbladet Politiken

Demokrati, medier og afsløringer – kom med ind i maskinrummet, når Politikens chefredaktør Christian Jensen fortæller om nogle af de største afsløringer i dansk presse fra Edward Snowden over den forbudte PET-bog til afsløringen af Inger Støjberg. Sagerne er forskellige, men har én ting til fælles: whistleblowerens stemme og skjulte hånd. Vores samfund er ikke stærkere end de modige kilder, der tør stå frem, men de sande helte glemmer vi ofte at hylde. Forelæsningsen tager udgangspunkt i bogen 'Til sidst kommer det frem. En hyldest til whistlebloweren' (Politikens Forlag, 2025).

Mental sundhed i hverdagen

HOLD: 2623-069

TID: 2/9, 6 onsdage, kl. 17:15-19.00

PRIS: 895 kr., studerende 450 kr.

Vores mentale sundhed har stor indflydelse på vores livskvalitet og på risikoen for at udvikle psykiske lidelser. For at opnå mental sundhed lyder nogle af rådene bl.a., at vi skal spise sundt og varieret, vi skal sove godt, og vi skal huske at tage en pause fra bekymringerne. Men hvad skal vi spise? Hvordan sørger man for at sove godt? Og hvordan slipper vi bekymringerne? Seks eksperter giver viden og inspiration til, hvordan vi selv kan bidrage til at passe godt på vores mentale helbred.

02/09: Søvn og mental sundhed. Ali Amidi, lektor i neurovidensabelig psykologi, Aarhus Universitet

09/09: Kan du spise dig tilpas? Esben Skipper Sørensen, professor i molekylær ernæring, Aarhus Universitet

16/09: Forstå dit nervesystem, og styr uden om den usunde stress. Karen Johanne Pallesen, lektor, biolog og ph.d. i sundhedsvidenskab, Aarhus Universitet

23/09: Psykisk sygdom og terapeutiske værktøjer. Michelle Sophia Lange, autoriseret psykolog, Afdeling for Depression og Angst, Aarhus Universitetshospital, og Inge Dalby Nielsen, autoriseret psykolog, Afdeling for PTSD og Angst, Aarhus Universitetshospital

30/09: Brug hænderne, og få ro i hovedet. Lærke Egebjerg, læge, forfatter og billedkunstner

07/10: Fysisk aktivitet – hvad og hvor meget skal der til? Marina Aagaard, træningsekspert, master i fitness og træning og ekstern underviser, Syddansk Universitet

Dansk erhvervshistories giganter

HOLD: 2623-157

TID: 2/9, 3 onsdage, kl. 17:15-19.00

PRIS: 495 kr., studerende 250 kr.

Hvordan gik Danmark fra at være et udpræget landbrugsland til en moderne økonomi med store internationale selskaber som Novo Nordisk, LEGO og Mærsk? Vi skal se på, hvordan nogle af Danmarks helt store virksomheder fik positioneret sig som internationale sværvægtetere. Hvad kendetegner deres organisation og kultur? Hvordan har de navigeret gennem en stadig mere globaliseret verden, og hvordan ser fremtiden ud for de store fyrtårne i dansk erhvervshistorie?

02/09: Novo Nordisk. Kurt Jacobsen, professor i virksomhedshistorie, Copenhagen Business School

09/09: LEGO. Niels Lunde, cand.scient.pol., forfatter, erhvervskommentator og tidl. chefredaktør på Børsen

16/09: Mærsk. Martin Jes Iversen, lektor, prodekan for international uddannelse, Copenhagen Business School

Heldagskurser med
inspiration til dit arbejdsliv

SE SIDE 17



Tang – havets smagfulde problemknuser

HOLD: 2623-580

TID: 9/9, 1 onsdag, kl. 17:15-19.00

PRIS: 100 kr., inkl. 1 glas vin

UNDERVISER: Annette Bruhn, seniorforsker i marin økologi, Aarhus Universitet

Tang har længe været en overset – måske endda il-deset – ressource. Men tang kan faktisk vise sig at bære løsningen på mange af tidens store udfordringer. Det er både sundt, lækkert, og fuldt af muligheder for udvikling af fremtidens proteiner, materialer og medicin – og dyrkning af tang kan også bidrage til at forbedre vores havmiljø. Men hvad er tang egentlig? Hvordan dyrker man det? Hvordan smager det? Og hvad skal vi bruge det til i fremtiden? Kom og hør, smag og spørg, når seniorforsker Annette Bruhn fortæller om tang i Danmark.

Den gode hukommelse

HOLD: 2623-111

TID: 9/9, 4 onsdage, kl. 17.15-19.00

PRIS: 795 kr., studerende 395 kr.

Hukommelsen er en helt afgørende forudsætning for vores liv og derfor også for vores arbejdsliv. Vi bruger den, når vi skal huske, hvad der blev sagt på mødet, og når vi prioriterer i vores arbejdsopgaver. Men hvad er hukommelse, og kan man tale om flere slags? Hvad sker der med den, når vi bliver ramt af stress eller bliver ældre? Kan vi lære at aflaste hjernen og optimere vores hukommelse? Bliv klog på den gode og den dårlige hukommelse i arbejdslivet.

09/09: Introduktion: Hvordan fungerer hukommelsen? Ole

Lauridsen, lektor emeritus i undervisning og læring, Aarhus Universitet

16/09: Aldring og hukommelse. Ole Lauridsen, lektor emeritus i undervisning og læring, Aarhus Universitet

23/09: Stress og hukommelse. Karen Johanne Pallesen, lektor, biolog og ph.d. i sundhedsvidenskab, Aarhus Universitet

30/09: Aflast din hjerne, og styrk din hukommelse. Peter Thybo, master i læreprocesser, PD i alm.pæd., fysioterapeut, certificeret specialist i arbejdsliv samt CEO i Sundheds-Universet.com

Få mere ud af kunsten

HOLD: 2623-320

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

PRIS: 495 kr., studerende 250 kr.

UNDERVISER: Teresa Østergaard Pedersen, samlings- og forskningsinspektør, ph.d., Holstebro Kunstmuseum

Et kunstværk er ikke en rebus, der skal løses. Men hvad er det så? 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? Over tre aftener undersøger vi, hvad kunsten vil. Omdrejningspunktet er de kunsthistoriske perioder samt forskellige kunstneres udtryksformer og stilarter. Få værktøjer til at knække kunstens kode.



Teresa Østergaard Pedersen om at læse kunsten

Kvindemord eller sund fornuft? Myterne bag de danske hekseprocesser

HOLD: 2623-192

TID: 30/9, 1 onsdag, kl. 17.15-19.00

PRIS: 195 kr., studerende 95 kr.

UNDERVISER: Louise Hauberg Lindgaard, ph.d. i historie

Vi tror, vi kender heksen – fra Harry Potter, gamle eventyr, sankthansbålet og tv-serier – men hvad med de virkelige mennesker, der blev anklaget for at udøve trolddom og brændt på bålet som hekse i 15-1600-tallet? Hvad var kirkens rolle? Hvem var de kloge koner? Og brugte man virkelig vandprøver til at afsløre hekse? Denne aften punkterer vi de mest sejlviede myter om heksejagten og giver et nuanceret indblik i en af Europas mørkeste perioder – og i, hvordan virkelighed og fortælling kan gå i hver sin retning, og hvorfor denne historie er relevant i dag.

De stærke kvinder og de slatne mænd i Matador

HOLD: 2623-194

TID: 7/10, 1 onsdag, kl. 19.30-21.15

PRIS: 195 kr., studerende 95 kr.

UNDERVISER: John V. Jensen, museumsinspektør, Vardemuseerne

“Min afdøde hustru serverede aldrig kødrand, hun kendte mine følelser for kogt fars“. Man ser stadig scenen for sig med overlærer Andersen og Violet Vinter i Matador. Lise Nørgaard er til tider blevet kritiseret for sin fremstilling af seriens mænd som uduelige og umodne, mens kvinderne kan klare sig selv og viser viljestyrke og mod, når det gælder. I selskab med Katrine, Maude, Hans Christian, Agnes, Ingeborg og Mads ser vi på, om kritikken holder vand. Vi kaster også et blik på mellemkrigstiden og besættelsesårene og seriens enestående skildring af et stykke danmarkshistorie. Hvordan er tiden fremstillet i forhold til den nyeste forskning om især besættelsen?

Fusionsenergi

HOLD: 2623-211

TID: 21/10, 1 onsdag, kl. 17.15-19.00

PRIS: 195 kr., studerende 95 kr.

UNDERVISER: Søren Bang Korsholm, seniorforsker i plasmafysik og fusionsenergiforskning, Danmarks Tekniske Universitet

Vi står over for at skulle frigøre os af fossile brændsler og finde et bæredygtigt energisystem. Med fusionsenergi har vi potentielt løsningen. Fusionsenergi er populært sagt Solens energiform, hvor energi udvindes ved sammensmeltning af lette atomkerner. Et potentielt fusionskraftværk vil være sikkert, CO₂-neutralt og med begrænset affald. Bliv klogere på, hvad fusionsenergi er, og hvad det vil betyde for menneskeheden, hvis vi lykkes med at skabe et fusionskraftværk.



Sjov med sprog: Udvandrerdansk

HOLD: 2623-110

TID: 21/10, 1 onsdag, kl. 17.15-19.00

PRIS: 195 kr., studerende 95 kr.

UNDERVISER: Jan Heegård Petersen, lektor, Institut for Nordiske Studier og Sprogvidenskab, Københavns Universitet

Gennem 1800- og 1900-tallet rejste tusindvis af danskere ud i verden, og med sig tog de deres sprog. I dag kan man stadig finde spor af dansk i byer og bygder i både Nord- og Sydamerika, hvor efterkommere af udvandrerne taler et dansk, der har udviklet sig på helt særlige måder, hvor det både er præget af engelsk, spansk og lokale dialekter. Vær med, når vi dykker ned i historien om de danske udvandreres sprog – fra de første bosættere til nutidens efterkommere – og undersøger, hvordan dansk har levet, blandet sig og forandret sig i mødet med verden.

Clement Kjersgaard om Trump, Putin, Xi og fremtiden

SE SIDE 16

En ny verdensorden?

HOLD: 2623-024

TID: 21/10, 7 onsdage, kl. 17.15-19.00

PRIS: 995 kr., studerende 495 kr.

De globale udfordringer hober sig op. Klimaforandringerne viser sig i form af tiltagende ekstreme vejrforhold. Trumps overtagelse af magten i USA har varslet nye handels- og sikkerhedspolitiske tider. Der hersker store humanitære kriser i og omkring konfliktområder. Og Vestens dominans i den globale magtbalance bliver godt og grundigt udfordret. Hvordan vil forholdet mellem stormagterne udvikle sig? Og hvilke former for konflikter og krige står vi over for i de kommende år? Er vi på vej mod en ny verdensorden?

21/10: Arktis. Camilla Tenna Nørup Sørensen, lektor, Institut for Strategi, Forsvarsakademiet

28/10: Afrika. Anne Mette Kjær, professor i statskundskab, Aarhus Universitet

04/11: Latinamerika. Marie Kolling, seniorforsker ved Dansk Institut for Internationale Studier

11/11: Asien. Camilla Tenna Nørup Sørensen, lektor, Institut for Strategi, Forsvarsakademiet

18/11: EU. Rasmus Brun Pedersen, lektor i statskundskab, Aarhus Universitet

25/11: Mellemøsten. Helle Lykke Nielsen, lektor i mellemøststudier, Syddansk Universitet

02/12: USA. Derek Beach, professor i statskundskab, Aarhus Universitet

Store tanker om hverdagslivet

HOLD: 2623-232

TID: 21/10, 6 onsdage, kl. 17.15-19.00

PRIS: 895 kr., studerende 450 kr.

Hvordan ser ensomhed ud fra et filosofisk standpunkt? Hvad siger Bibelen om tilgivelse? Og hvordan har man i filosofien reflekteret over kærligheden til forskellige tider? Bliv klogere på seks emner, som ikke er spor hverdagsfjerne, men tæt inde på livet for ethvert menneske. Alle har følt kærlighed, ensomhed og lykke, men hvilke tanker har kloge hoveder gjort sig om disse sindstilstande gennem tiden? Og hvordan kan vi bruge deres tanker til at tænke noget om vores dagligdag?

21/10: Kærlighed. Tone Grosen Dandanell, cand.mag. i filosofi

28/10: Lykke. Morten Dige, lektor i filosofi, Aarhus Universitet

04/11: Ensomhed. Cathrine Bjørnholt Michaelsen, adjunkt i filosofi, Copenhagen Business School

11/11: Frihed. Peter Aaboe Sørensen, adjunkt i idéhistorie, Aarhus Universitet

18/11: Tilgivelse. Anders-Christian Lund Jacobsen, professor i teologi, Aarhus Universitet

25/11: Moral. Christina Busk, teolog, stifter af Etikos og erhvervschef

Temaaften om Leonard Cohen

HOLD: 2623-042

TID: 28/10, 1 onsdag, kl. 17.15-19.00

PRIS: 195 kr., studerende 95 kr.

UNDERVISER: Espen Strunk, cand.mag. i litteraturhistorie, forfatter og rockjournalist, Musikmagasinet GAFFA

Denne aften opruller litteraturhistoriker og musikjournalist Espen Strunk hele historien om Cohens liv og karriere. Og ikke mindst om de store, eksistentielle temaer, som løber gennem hele værket – fra debutromanen 'Let Us Compare Mythologies' fra 1956 til Cohens allersidste album, som udkom kort før hans død i efteråret 2016. Espen Strunk er musikjournalist og forfatter, cand.mag. i litteraturhistorie og til daglig nyhedsredaktør på musikmagasinet GAFFA. Han har skrevet en række biografier og musikbøger – og så er han én af de få danske journalister, der har mødt og interviewet Leonard Cohen.

En ny livsfase – brug den meningsfuldt

HOLD: 2623-066

TID: 28/10, 6 onsdage, kl. 17:15-19:00

PRIS: 895 kr., studerende 450kr.

Vi lever længere og bedre. Uden at det rigtig er gået op for os, har vi fået en helt ny livsfase mellem voksenalivet og alderdommen. Stadig flere oplever, at de både mentalt og fysisk er i stand til meget mere, end de selv og omverdenen forventer, og at det derfor ikke er dem, men snarere den ensidige fortælling om forfald og tab, der skal pensioneres. Men hvad skal prioriteres højest, når denne nye begyndelse med større frihed banker på døren?

28/10: Fysisk aktivitet og boldspil – hold kroppen ung og

humøret højt. Peter Krstrup, professor i sport og sundhed, Syddansk Universitet

04/11: Hold hjernen skarp med kunst og kreativitet. Lærke Ege-fjord, læge, forfatter og billedkunstner

11/11: Den nye livsfase – når 'det er alderbedst'. Poul-Erik Tind-bæk, chefkonsulent og ph.d., en3karriere

18/11: Alderdommes biologi – hvordan får man en sund og aktiv aldring (på letforståeligt engelsk). Suresh Rattan, professor emeritus i biogerontologi, Aarhus Universitet

25/11: Skønlitteratur – hvordan kan læsning give livskvalitet?

Peter Simonsen, professor i europæisk litteratur, Syddansk Universitet

02/12: Vendepunkter – tab, sorg og vækst. Mai-Britt Guldin, cand.psych. aut., specialist i psykoterapi og seniorforsker, Aarhus Universitet, samt leder af Center for Sorg og Eksistens

D-dag og slaget om Normandiet 1944

HOLD: 2623-152

TID: 4/11, 3 onsdage, kl. 17:15-19:00

PRIS: 495 kr., studerende 250 kr.

UNDERVISER: Martin Ammitsbøll Husted, cand.mag. i historie, filosofi og samfundsfag

Med katastrofale tyske nederlag på slagmarkerne tegnede udfaldet af 2. verdenskrig sig allerede i sommeren 1944, men Nazityskland fortsatte krigsindsatsen, og de sidste krigsår blev derfor de mest voldsomme. Vi følger krigens dramatiske slutfase med særligt fokus på D-dag, de allieredes landgang i Normandiet og verdens største militære operation. I Storbritannien opbyggede man fra 1942 en enorm luft-, sø- og landstyrke med britiske, amerikanske, canadiske, franske og polske styrker, der gennemførte invasionen den 6. juni 1944. Vi ser på planlægningen af invasionen af Vesteuropa, kampene på D-dag og de efterfølgende slag mellem de allierede og den tyske krigsmaskine.

04/11: Optakten til D-dag

11/11: D-dag

18/11: Slaget om Normandiet

Kroppens sprog i professionel praksis

HOLD: 2623-112

TID: 4/11, 1 onsdag, kl. 17:30-21:00

PRIS: 425 kr., studerende 200 kr.

UNDERVISER: Helle Winther, lektor i dans, bevægelsespsykologi og danseterapi (DMT), Københavns Universitet

Kroppens sprog har stor betydning for autenticitet, nærvær, empati, lederskab, relationskompetence og krisehåndtering i professionel praksis. Bevægelse og kropssprog er vores primære sprog. Ordenes strøm kan stoppes, men kroppen er altid i bevægelse – altid kommunikerende. Alligevel er kroppen, og ikke mindst bevægelsen, overset i psykologien. Gennem et kalejdoskop af forskningsbaseret teori og praksisnære fortællinger dykker vi denne aften ned i kropslighedens, sanselighedens og personlighedens betydning.

Universet – fra Big Bang til Beethoven

HOLD: 2623-046

TID: 14/11, 1 lørdag, kl. 10:00-16:00

PRIS: 495 kr., studerende 250 kr.

UNDERVISER: Michael J.D. Linden-Vørnle, astrofysiker og chefkonsulent, DTU Space

Hvad skete der i Big Bang? Hvad bliver universets skæbne? Lever vi i virkeligheden i et multivers med uendeligt mange parallelle universer? Tag med på en forunderlig rejse ud i universet. Forelæsnningen stiller skarpt på en række af de helt store spørgsmål inden for kosmologien og præsenterer vores forståelse af, hvordan verden har udviklet sig frem til i dag. Vi skal forbi stjerner og planeter, der fødes i glødende skyer af gas og støv, gigantiske sorte huller samt mørkt stof og mørk energi.



Kunsten at blive rask – temadag på Regionshospitalet Gødstrup

HOLD: 2623-604

TID: 30/10, kl. 10.00-15.00

PRIS: 75 kr. inkl. frokost, kaffe/the og lidt sødt

STED: Aulaen, Regionshospitalet Gødstrup, Hospitalsparken 15, 7400 Herning

Kom til temadag om kunst og kultur som sundhedsfremme på Regionshospitalet Gødstrup. Hvad sker der, når kunsten rykker ind på hospitalet? Når kulturen udvider lægetasken, og når billedkunstnere, musikere, skuespillere og forfattere arbejder tæt sammen med sygeplejersker og læger. Vær med, og bliv klogere på, hvad den nyeste forskning siger om samspillet mellem sundhed, kunst og kultur. Oplev bl.a. foredrag, samtaler, musik, guidede ture og meget mere. Følg med i programmet og tilmeld dig på fuau.dk.



Tolkien og nordisk mytologi

HOLD: 2623-050

TID: 14/11, 1 lørdag, kl. 10.00-16.00

PRIS: 495 kr., studerende 250 kr.

UNDERVISER: Anders Lundt Hansen, historiker og forfatter

På denne temalørdag dykker vi på hovedet ned i den verden mellem mytologi og historie, hvor Tolkien skabte sine store fortællinger. De nordiske sagn var hans inspiration, og hans kærlighed til sprog og til de fantastiske eventyr, sprog kan fortælle, var hans drivkraft. Ringe, drager, elverfolk og dværge har rødder, der går tusind år tilbage i historien. Følg sporene, og oplev den virkelige dybde i Tolkiens univers.

Over 500.000
har fulgt vores
gratis livestreams.
Se det nye program

SE SIDE 6-7

Tænk dig om

HOLD: 2623-090

TID: 14/11, 1 lørdag, kl. 10.00-16.00

PRIS: 495 kr., studerende 250 kr.

UNDERVISER: Jens Christian Bjerring, professor i filosofi, Aarhus Universitet

Vi møder argumenter overalt, hvor mennesker forsøger at overbevise andre om en påstand: Når politikere taler for deres politik, når reklamefolk taler for deres produkt, når videnskabsfolk taler for deres teori eller præster for deres tro – og når vi taler med hinanden i hverdagen. Derfor er det en uundværlig evne at kunne argumentere på effektiv vis. Med dette forløb får du en introduktion til en række begreber og metoder, der gør det muligt at forstå og afkode argumenters indre logik og at opbygge din egen evne til at konstruere holdbare argumenter og kommunikere dem effektivt. Med andre ord: Du bliver bedre til at tænke dig om.

Hvem er Gud? Om gudsbegrebet fra Luther over Kierkegaard til i dag

HOLD: 2623-071

TID: 18/11, 1 onsdag, kl. 17.15-21.15

PRIS: 350 kr., studerende 175 kr.

BOG: Mulighed for særpris hos forlaget via holdsidens på fuau.dk

UNDERVISERE: Peter Lodberg, professor MSO i teologi, Aarhus Universitet, og Henning Kjær Thomsen, undervisningsleder og teologisk specialkonsulent, Viborg Stift

Er Gud den samme til alle tider – eller ændrer vores forståelse af Gud sig, når verden ændrer sig? Vær med, når vi følger teologiens rejse fra Martin Luthers førmoderne blik på Gud, over Søren Kierkegaards moderne gudsbegreb, til efter-moderne strømninger, der udfordrer og nyfortolker gudsbegrebet. Undervejs bliver det tydeligt, hvordan tro og teologi altid formes af samtiden – og hvordan vores egen samtid ligeledes påvirker vores syn på kirken og menneskets plads i verden. Forelæsningsen tager udgangspunkt i bogen 'Gud gennem tiden – gudsbegrebet under forandring' (Eksistensen, 2025)



Clement Kjersgaard

Konflikthåndtering

HOLD: 2623-056

TID: 14/11, 1 lørdag, kl. 10.00-16.00

PRIS: 650 kr., studerende 325 kr.

UNDERVISER: Rikke Bjergaard, lektor i ledelse og kommunikation, Erhvervsakademi København, cand.mag. i kommunikation, journalist og forfatter

Vil du have den nyeste viden inden for konfliktteori og blive klogere på forskningen om, hvordan vi bedst muligt løser konflikter? Så kom med til denne dag om konflikthåndtering. Lær, hvorfor konflikter opstår, hvilke typer af konflikter der findes, og hvordan de udvikler sig. På kurset får du også mulighed for at tage en konfliktstilstest og få indblik i din egen personlige konfliktstil. Om eftermiddagen får du konkrete redskaber til, hvordan du sætter grænser på en hensigtsmæssig måde og løser konflikter konstruktivt.

Tysk efterkrigstidskunsts hovedværker: Joseph Beuys, Gerhard Richter og Anselm Kiefer

HOLD: 2623-061

TID: 25/11, 1 onsdag, kl. 17.15-19.00

PRIS: 195 kr., studerende 95 kr.

UNDERVISER: Gitte Tandrup, mag.art. i kunsthistorie

Hvordan bearbejder kunsten krigens traumer og de spor, historien efterlader? Hvordan kan kunstnere som Joseph Beuys, Gerhard Richter og Anselm Kiefer siges at tage et opgør med Tysklands fortid gennem deres arbejde med materialer, billedstrukturer og historiske referencer? I løbet af en enkelt aften undersøger vi, hvordan disse tre og andre tyske kunstnere har brugt kunsten til at konfrontere, fortolke og huske krigens og efterkrigstidens komplekse og ofte smertefulde arv.

Kort og godt om overgangsalderen

HOLD: 2623-065

TID: 2/12, 1 onsdag, kl. 17.15-19.00

PRIS: 195 kr., studerende 95 kr.

UNDERVISER: Ditte Trolle, overlæge og speciallæge i gynækologi og obstetrik, Center for Konsidentitet, Aalborg Universitetshospital

Kvindens overgangsalder medfører store ændringer i kroppen og til tider også i sindet. Men hvad er det, der sker? Hvad med hormoner, humørsvingninger og sexliv? Spørgsmålene trænger sig på, når man som kvinde træder ind i overgangsalderen, og for mange kvinder kan det være en svær tid at navigere i. Denne aften vil gynækolog og sexolog Ditte Trolle fortælle om overgangsalderen og om, hvordan man kan lære at forstå og styre sig vej igennem overgangen. Undervisningen tager afsæt i bogen 'Kort og godt om overgangsalderen' (Dansk Psykologisk Forlag, 2024)

Trump, Putin, Xi og fremtiden for verden – mød Clement Kjersgaard

HOLD: 2623-064

TID: 2/12, 1 onsdag, kl. 17.15-19.00

PRIS: 195 kr., studerende 95 kr.

UNDERVISER: Clement Behrendt Kjersgaard, journalist, tv-vært og udgiver af RÆSON og ÆRA

Særligt Putins krige og genvalget af Trump har efterladt de europæiske statsledere i en næsten utænkelig situation: Det, der ligner afviklingen af det internationale system, som verden har kendt siden 1945. Hvad venter der os nu? Og hvad afgør fremtiden for Europa og Danmark i det nye, globale magtspil? Clement Kjersgaard giver sit bud – i et skarpt og tempofyldt foredrag med god tid til spørgsmål fra salen.



Gerhard Richter

Heldagskurser på Moesgaard

– få inspiration og redskaber til dit arbejdsliv

Leder uden kasket

HOLD: 2621-357 og 2621-358

TID: 10/11 eller 11/11, 1 tirsdag eller 1 onsdag, kl. 10.30-16.15

PRIS: 1600 kr. inkl. forplejning

STED: Moesgaard Museum i Aarhus, Moesgård Alle 15, 8270 Højbjerg

UNDERVISER: Bodil Egede-Lassen, ledelsesudviklingskonsulent og indehaver af Naturligt Lederskab

Mange fagligt stærke specialister har ledelsesfunktioner uden officielt mandat. Her er de vigtigste redskaber for at trives og lykkes dig selv, din personlige autoritet og gennemslagskraft. Men hvordan håndterer du krydspres, kollegaer, der ikke samarbejder optimalt, og konflikter, som du er en del af, når du ikke har den formelle ledelse-autoritet? Forløbet introducerer dig til konkrete værktøjer inden for relationsledelse, kommunikation og konflikthåndtering, der gør det muligt for dig at navigere i et krydspres af forventninger.

Konflikthåndtering

HOLD: 2621-360

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

PRIS: 1600 kr. inkl. forplejning

STED: Moesgaard Museum i Aarhus, Moesgård Alle 15, 8270 Højbjerg

UNDERVISER: Rikke Bjerggaard, lektor i ledelse og kommunikation, Erhvervsakademi København, cand.mag. i kommunikation, journalist og forfatter

Vil du have den nyeste viden inden for konfliktteori og blive klogere på forskningen om, hvordan vi bedst muligt løser konflikter? Lær, hvorfor konflikter opstår, hvilke typer af konflikter der findes, og hvordan de udvikler sig. På kurset får du også mulighed for at tage en konfliktstilstest og få indblik i din egen personlige konfliktstil. Du får også konkrete redskaber til, hvordan du sætter grænser på en hensigtsmæssig måde og løser konflikter konstruktivt.

Forstår du, hvad jeg skriver? Skriftlig kommunikation for professionelle på én dag

HOLD: 2621-359

TID: 25/11, 1 onsdag, kl. 10.30-16.15

PRIS: 1600 kr. inkl. forplejning

STED: Moesgaard Museum i Aarhus, Moesgård Alle 15, 8270 Højbjerg

UNDERVISER: Michael Ejstrup, sprogforsker, forfatter og projektleder

Så blev klokken 15.37, og du mangler stadig at få bakset den der mail afsted, som du har udskudt hele dagen. Nu går det stærkt, og du trykker send og klapper computeren sammen. Men bliver du forstået? At gøre sig forståelig handler både om at skrive godt og at skrive rigtigt. Det er to forskellige kompetencer, som alle med stillesiddende arbejde har brug for hver eneste dag i deres arbejdsliv. Vi skriver mere og mere, og det kræver, at vi kan sætte os i andres sted, så vi forstår deres kontekst. Bare rolig; det kan læres.



Heldagskurserne foregår i smukke omgivelser på Moesgaard Museum i Aarhus.

Det meningsfulde arbejdsliv

HOLD: 2621-361

TID: 25/11, 1 onsdag, kl. 10.30-16.15

PRIS: 1600 kr. inkl. forplejning

STED: Moesgaard Museum i Aarhus, Moesgård Alle 15, 8270 Højbjerg

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 stadigvæk 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. 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. Dagen indeholder konkret og meget let tilgængelige metoder til langsomt, men sikkert at udvikle dit og fællesskabets behov for stadig mere mening i arbejdslivet.

Forår 2027

Kort og godt om gigt. Slid- og leddegigt

HOLD: 2713-279

TID: 20/1, 2 onsdage, kl. 17.15-19.00

PRIS: 350 kr., studerende 175 kr.

UNDERVISER: Jonathan Vela, speciallæge i reumatologi, Aalborg Universitetshospital

Smerter, ømme og stive led og nedsat bevægelighed. Slidgigt er en folkesygdom, som kommer med alderen, og det er langt den mest udbredte af alle gigtsygdomme. Leddegigt er en gigtsygdom udløst af betændelsesprocesser i leddene og kroppen generelt. Hvad er forskellen på slid- og leddegigt? Hvad kan man selv gøre for at bevare et godt og aktivt liv? Og hvilke muligheder er der for behandling? Hør om sygdommenes årsager, symptomer og behandlingsmuligheder, og få indblik i den nyeste forskning på området.

20/01: Kort og godt om slidgigt

27/01: Kort og godt om leddegigt

En sund tarm

HOLD: 2713-280

TID: 20/1, 4 onsdage, kl. 17.15-19.00

PRIS: 650 kr., studerende 325 kr.

Ondt i maven? Du er langt fra alene. Rigtig mange danskere dør med maveproblemer, selvom det sjældent er noget, vi taler højt om. I de senere år har forskningen tydeliggjort, hvor vigtig en sund tarm er for både krop og sind. Bliv klogere på tarmens funktion, udbredte lidelser som irritabel tyktarm, forstoppelse og glutenintolerance – og på, hvordan din kost påvirker tarmens sundhed. Få brugbar viden om, hvad du selv kan gøre for at styrke din tarm, og hvornår det er tid til at søge professionel hjælp.

20/01: Fødevarers betydning for tarmens sundhed. Mette Borre, klinisk diætist, Aarhus Universitetshospital

27/01: Forstoppelse og irritabel tyktarm. Lotte Fynne, speciallæge og forsker i mave-tarm-lidelser

03/02: Cøliaki – glutenintolerance. Mette Borre, klinisk diætist, Aarhus Universitetshospital

10/02: Hvornår bør du søge læge – laktoseintolerans, inflammatorisk tarmsygdom m.m. Janne Fassov, overlæge, Lever-, Mave- og Tarmsygdomme, Aarhus Universitetshospital

Når mennesker arbejder med mennesker – pas på din mentale sundhed

HOLD: 2713-106

TID: 20/1, 1 onsdag, kl. 17.15-21.15

PRIS: 495 kr., studerende 250 kr.

UNDERVISERE: Lærke Egebjerg, læge, forfatter og billedkunstner, og Lise Holck Jørgensen, lektor i psykologi

At arbejde med mennesker kræver både empati og styrke, men over tid kan det også slide på overskuddet og glæden ved arbejdet. Relationsarbejdet er samtidig noget af det mest meningsfulde, vi kan beskæftige os med. Kom med til workshop, hvor du lærer at forstå belastningerne ved følelsesmæssigt arbejde og finder sunde måder at passe på dig selv imens. I løbet af aftenen kombinerer to erfarne og engagerede undervisere indsigtfuld forskning med inspirerende metoder og øvelser, som du nemt kan bruge allerede næste dag i dit arbejde med mennesker.

Mød Steffen Brandt i samtale med Ole Rosenstand
Svidt fra Gaffa – om sangene, inspirationen og tv·2



Bag om Trumps USA

HOLD: 2713-120

TID: 20/1, 6 onsdage, kl. 17.15-19.00

PRIS: 895 kr., studerende 450 kr.

Mange havde nok forventet, at Donald Trumps politiske liv ville ende efter stormen på Kongressen. Men fire år senere stod han alligevel klar til at indtage Det Ovale Kontor igen – og denne gang meget bedre forberedt på at få gennemført sin politiske agenda. Halvvejs igennem embedsperioden og på bagkant af midtvejsvalget tager vi temperaturen på Trumps USA. Hvordan kan vi forstå den loyale MAGA-bevægelse? Hvad præger den amerikanske maskulinitetskultur? Og hvordan påvirker Trumps politikker USA og resten af verden? Hvad betyder udfaldet af midtvejsvalget for de sidste to år af Trumps tid som præsident?

20/01: Forstå det amerikanske midtvejsvalg. Anne Mørk, ph.d. i amerikanske studier

27/01: Trusler og toldkrig: Konsekvenserne af Trumps økonomiske politik. Jens Ladefoged Mortensen, lektor i international politik, Københavns Universitet

03/02: MAGA-bevægelsen og den amerikanske højrefløj. Niels Bjerre-Poulsen, lektor i historie, Syddansk Universitet

10/02: Maskuliniteter i amerikansk politik og samfund. Thomas Ærvold Bjerre, lektor i amerikanske studier, Syddansk Universitet

17/02: Race, multikulturalisme og immigration i Trumps USA. Jørn Brøndal, professor og leder af Center for Amerikanske Studier, Syddansk Universitet

24/02: Trump og udenrigspolitikken. Jakob Sinding Skött, ph.d. i statskundskab og lektor i samfundsfag, Nyborg Gymnasium

Indblik i Europa

HOLD: 2713-241

TID: 20/1, 7 onsdage, kl. 17.15-19.00

PRIS: 995 kr., studerende 495 kr.

Hvor godt kender du de enkelte lande i Europa? Hvordan har kampen om Storbritannien udviklet sig fra Brexit, gennem konservativt økonomisk og politisk kollaps, til en ny Labourregering? Hvilken rolle spiller den fascistiske fortid i dagens Italien? Hænger Spanien sammen i en tid med fortsat pres om selvstændighed fra flere regioner? Kan Frankrig forene en plads i et nyt Europa med sin gamle forestilling om unik fransk 'grandeur'? Hvordan står det til i de 'nye' lande i Østeuropa? Og kan Tyskland redde det europæiske projekt uden at gå på kompromis med sin egen befolkning?

20/01: Storbritannien. Sara Dybris McQuaid, lektor i britisk og irsk historie og samfund, Aarhus Universitet

27/01: Tyskland. Thomas Wegener Friis, lektor i historie, Syddansk Universitet

03/02: Østeuropa. Peter Bugge, lektor i europastudier, Aarhus Universitet

10/02: Italien. Gert Sørensen, seniorforsker med fokus på italiensk historie og kultur, Københavns Universitet

17/02: Frankrig. Jørn Boisen, lektor i fransk, Københavns Universitet

24/02: Spanien. Svend Christian Rybner, forfatter, foredragsholder og historiker

03/03: Tyrkiet. Mathias Findalen, historiker og forfatter

Positiv psykologi i hverdagen

HOLD: 2713-278

TID: 27/1, 5 onsdage, kl. 19.30-21.15

PRIS: 795 kr., studerende 395 kr.

Hvordan skaber vi et godt liv – for os selv og andre? Positiv psykologi er en nyere gren af psykologien, der fokuserer på det, der får os til at trives som mennesker. Hvor traditionel psykologi ofte beskæftiger sig med at behandle mentale lidelser og problemer, har positiv psykologi et andet fokus: det velfungerende og det forebyggende. I praksis handler positiv psykologi ikke om at ignorere livets udfordringer, men om at finde måder at håndtere dem på og styrke det, der virker.

27/01: Introduktion til den positive psykologi. Hans Henrik Knoop, lektor i psykologi, Aarhus Universitet, samt ekstraordinær professor, North-West University, SA

03/02: Håb og handling i hverdagen. Mads Bab, tidligere ekstern lektor i positiv psykologi, bestyrelsesmedlem i Det Nationale Videnscenter for Positiv Psykologi, forfatter, indehaver af Gnist

10/02: Taknemmelighed i hverdagen. Jane Flarup, cand.mag., master i positiv psykologi og forsker i taknemmelighed

17/02: Flow i hverdagen. Jørgen Lyhne, neuropsykolog, konsulent og forfatter

24/02: Glæde og lykke i hverdagen. Louise Tidmand, ph.d., adjunkt, Københavns Professionshøjskole og uddannelseschef i Styrkeakademiet

Rav – et vindue til fortiden

HOLD: 2713-121

TID: 27/1, 1 onsdag, kl. 19.30-21.15

PRIS: 195 kr., studerende 95 kr.

UNDERVISER: Anders Leth Damgaard, ravforsker

Rav er et forunderligt og næsten magisk materiale. Der findes over 150 forskellige typer af rav i verden, og hver type fungerer som en portal tilbage i tiden, hvorigennem vi kan se et øjeblik fra Jordens fjern fortid fastfrosset i 3D. Ravets rolle i forståelsen af livets udvikling er dybt undervurderet hos de fleste. I dette foredrag vil du få en nuanceret indsigt i, hvorfor dette materiale er så fantastisk og med egne øjne se, hvordan livet har set ud på Jorden for mange millioner år siden.



Trækteori

– personlighedens fem byggesten

HOLD: 2713-129

TID: 3/2, 3 onsdage, kl. 17.15-19.00

PRIS: 495 kr., studerende 250 kr.

UNDERVISER: Anna Pacak-Vedel, adjunkt i psykologi, Aalborg Universitet

Er personlighed noget, man har, eller noget, man gør? Kan man kategorisere mennesker i personlighedstyper? Hvordan er personligheden egentlig stykket sammen? Hvor stabil eller foranderlig er personligheden? Og hvilken betydning har personligheden for vores liv? Nyere forskning inden for trækteori peger på, at personlighed i høj grad handler om menneskers kombination af fem afgørende personlighedstræk: 'Big Five'. I løbet af tre aftener skal vi omkring de fem personlighedstræk.

03/02: 'Big Five' og neuroticisme

10/02: Ekstroversion og åbenhed

17/02: Omgængelighed og samvittighedsfuldhed

Det meningsfulde liv

HOLD: 2713-134

TID: 3/2, 7 onsdage, kl. 17.15-19.00

PRIS: 995 kr., studerende 495 kr.

Spørgsmålet om, hvad der giver livet mening, er lige så gammelt som menneskelivet selv, men svarene har ændret sig meget gennem tiden. Bliv klog på det meningsfulde liv set fra syv forskellige fagområder. Hør om, hvordan en lang række forhold som sprog, politik, teknologi, etik, tro, natur og menneskelige fællesskaber er horisonter, som et meningsfuldt liv udfolder sig igennem.

03/02: Det meningsfulde liv ifølge filosofien. Cecilie Eriksen, ph.d., ekstern lektor, Afd. for Filosofi og Idéhistorie, Aarhus Universitet

10/02: Det meningsfulde liv ifølge lægevidenskaben. Tobias Anker Stripp, postdoc, Center for Videnskab og Tro, Københavns Universitet

17/02: Det meningsfulde liv ifølge litteraturen. Anne Valbjørn Odgaard, cand.mag. i litteraturhistorie og religionsvidenskab og forfatter

24/02: Det meningsfulde liv ifølge naturvidenskaben. Hans Henrik Hjermitzlev, ph.d. i videnskabshistorie, lektor, University College Syddanmark

03/03: Det meningsfulde liv ifølge teologien. Birgitte Graakjær Hjort, domprovst, Aarhus Stift

10/03: Det meningsfulde liv ifølge samfundsvidenskaben. Christian T. Lystbæk, lektor i organisation og ledelse, Aarhus Universitet

17/03: Det meningsfulde liv ifølge psykologien. Hanne Nørr Fentz, cand.psych aut., ph.d., Forskningsenheden for par- og familieforskning, Aarhus Universitet

Livet, universet og alting

HOLD: 2713-295

TID: 10/2, 6 onsdage, kl. 17.15-19.00

PRIS: 895 kr., studerende 450 kr.

STED: AU, Campus Herning, lokale 3042, Birk Centerpark 15

Hvordan er universet og planeterne opstået? Er der liv i universet, og hvordan ser det liv ud? Hvad er der for enden af universet, og hvordan er universets endeligt? Kan naturens mindste kvantepartikler være flere steder på samme tid, og kan vi? Tag med på en galaktisk dannelsesrejse gennem Douglas Adams' skæve univers – og ind i forskningens verden. Vi bruger temaer fra 'Hitchhiker's Guide to the Galaxy' som springbræt for at forsøge at besvare nogle af universets største spørgsmål.

10/02: Universets byggesten. Michael J.D. Linden-Vørnle, astrofysiker og chefkonsulent, DTU Space

17/02: Planetdannelse og exoplaneter. Anders Johansen, professor i planetfysik og planetdannelse, Københavns Universitet

24/02: Mystiske kvantefænomener. Jan Joachim Arlt, lektor i kvanteteknologi, Aarhus Universitet

03/03: Kunstig intelligens. Kasper Green Larsen, lektor i datalogi, Aarhus Universitet

10/03: Liv i rummet. Kai Finster, professor i astrobiologi, Aarhus Universitet

17/03: Universets ende(r). Ole Eggers Bjælde, astrofysiker og museumsinspektør, Science Museerne, Aarhus Universitet

Det, der får mennesker til at lykkes – forstå hjernen og skab læring og trivsel i hverdagen

HOLD: 2713-132

TID: 10/2, 2 onsdage, kl. 19.30-21.15

PRIS: 495 kr., studerende 250 kr.

UNDERVISER: Peter Thybo, master i læreprocesser, PD i alm.pæd., fysioterapeut, certificeret specialist i arbejdsliv samt CEO i SundhedsUniverset.com

Menneskets hjerne fascinerer os som aldrig før. Men hvordan hænger hjerne, følelser, adfærd, læring og hukommelse egentlig sammen – og hvordan kan viden om hjernens funktion bruges i helt almindelige livssituationer? Over to forelæsninger introduceres neuropædagogik på en levende, forståelig og praksisnær måde. Med afsæt i mere end 30 års arbejde med neuropædagogik samt grundbogen 'Neuropædagogik – hjerne, liv og læring' får deltagerne indsigt i hjernens grundlæggende funktioner og konkrete perspektiver på, hvordan hjerneviden kan bruges til at fremme læring, trivsel og reducere konflikter hos børn, unge og voksne.

10/02: Hjernen – fundamentet for læring, adfærd og trivsel

17/02: Neuropædagogik i praksis – fra hjerneviden til hverdagsliv



24.-25. APRIL 2027

Weekend på Sandbjerg Gods

Som landsdel på kanten af det danske rige gemmer Sønderjylland på en stor og dramatisk historie, der ud over betydningen for lokale forhold har spillet en afgørende rolle for Danmarks historie og har perspektiver ud i Europa. Vi dykker ned i historien i weekenden den 24.-25. april 2027, hvor Folkeuniversitetet traditionen tro rykker ind på Sandbjerg Gods ved Sønderborg. I en blanding af gods- og højskolestemning byder weekenden på spændende foredrag krydret med musik og fællesspisning. Vi er i fuld gang med at sammensætte weekendens program. Send en mail til rfe@fuau.dk, så sender vi programmet til dig, så snart det er færdigt. Og husk at sætte kryds i kalenderen!

Din hjerne snyder dig

HOLD: 2713-277

TID: 24/2, 1 onsdag, kl. 17.15-21.00

PRIS: 350 kr., studerende 175 kr.

UNDERVISER: Jakob Linnet, dr.med., ph.d., cand. psych. aut. samt leder af klinik for ludomani og BED, Odense Universitetshospital

Hvad enten det handler om en trang til at spille om penge, overspise, drikke eller andet, er det hjernen, der snyder os til afhængighed. Afhængighed kan antage mange former. Men hvorfor udløses denne kraftige, tilsyneladende ukontrollerbare trang? Og hvordan slipper man ud af den igen? Denne aften dykker vi ned i den nyeste forskning i hjernen og afhængighed. Hør bl.a. om hjernens belønningssystemer, og få indblik i, hvordan man kan komme ud af afhængighed med en række simple psykologiske redskaber. Undervisningen tager afsæt i bogen 'Din hjerne snyder dig' (Gyldendal, 2021).

Et demokrati har brug for religion – om Hartmut Rosas religionssyn

HOLD: 2713-148

TID: 24/2, 1 onsdag, kl. 17.15-19.00

PRIS: 195 kr., studerende 95 kr.

UNDERVISER: Peter Lodberg, professor MSO i teologi, Aarhus Universitet

Hvad går vi glip af, hvis religionen forsvinder ud af det moderne samfunds bevidsthed? Er religion blot en anakronisme, der står i vejen for vækst og fremskridt – eller rummer den en moralsk og kulturel arv, som vores demokrati ikke kan undvære? Professor MSO i teologi Peter Lodberg dykker ned i spørgsmålet med afsæt i sociologen Hartmut Rosas religionssyn. Han udfolder religionens potentiale i en tid præget af acceleration og meningstab – og spørger, hvad vi mister som samfund, hvis det religiøse idéreservoir går tabt. Kom og få nye perspektiver på troens rolle i demokratiet – og på, hvorfor religion stadig kan være en nødvendig stemme i det moderne fællesskab.

Neurodiversitet – forståelse af forskellige hjerner

HOLD: 2713-131

TID: 17/3, 1 onsdag, kl. 17.15-19.00

PRIS: 195 kr., studerende 95 kr.

UNDERVISER: Anne-Mette Lange, klinisk psykolog, autoriseret specialist i børne- og ungepsykologi, Aarhus Universitetshospital

Neurodiversitet handler om den naturlige variation i, hvordan mennesker tænker, lærer og oplever verden. Nogle har en diagnose som ADHD, autisme eller dysleksi, mens andre blot mærker, at deres hjerner fungerer anderledes end flertallet. At forstå neurodiversitet handler om at anerkende, at vi fungerer forskelligt – og at trivsel afhænger af, hvordan omgivelserne møder os. Hør, hvordan vi kan udvide vores forståelse af forskellige hjerner og skabe rammer, der giver flere mulighed for at deltage, trives og bruge deres styrker – i skolen, på arbejdet og i livet. Undervisningen tager bl.a. afsæt i 'Guiden til neurodiversitet' (Dansk Psykologisk Forlag, 2025).

Steffen Brandt i samtale om sangene, inspirationen og tv-2

HOLD: 2713-123

TID: 7/4, 1 onsdag, kl. 19.30-21.15

PRIS: 195 kr., studerende 95 kr.

UNDERVISERE: Steffen Brandt, rockpoet og forfatter, tv-2, og Ole Rosenstand Svidt, magasinredaktør, Musikmagasinet GAFFA

Steffen Brandt er en af de mest roste og populære sangskrivere de sidste 45 år. I denne samtale med den mangeårige GAFFA-skribent Ole Rosenstand Svidt taler han om, hvad der inspirerer ham, hvordan en sang bliver til, og hvordan hans band tv-2 har kunnet eksistere i snart 50 år uden en eneste udskiftning. Ole Rosenstand Svidt er cand. mag. i æstetik og kultur fra Aarhus Universitet og har siden 2002 været fastansat på musikmagasinet GAFFA, hvor han i dag er magasinredaktør.



David Bowie – 80 år

HOLD: 2713-122

TID: 31/3, 1 onsdag, kl. 17.15-21.15

PRIS: 350 kr., studerende 175 kr.

UNDERVISER: Espen Strunk, cand.mag. i litteraturhistorie, forfatter og rockjournalist, Musikmagasinet GAFFA

I 2027 kunne rockikonet David Bowie være fyldt 80 år. I den anledning stilles denne aften skarpt på den engelske original. Undervejs trækkes uundgåelige tråde og perspektiveringer til vestlig kulturhistorie og kunstnere som William S. Burroughs, Andy Warhol, Lou Reed, Edgar Allan Poe og Bob Dylan. Din guide ind i Bowies særegne univers er litteraturhistoriker og forfatter Espen Strunk, der har interviewet en række af rockens største ikoner. I 2019 udgav han bogen 'Den sidste rockjournalist', en samling samtaler med bl.a. Lou Reed, John Cale og Leonard Cohen.

Tyskere på flugt 1945-1949

HOLD: 2713-271

TID: 31/3, 1 onsdag, kl. 17.15-20.00

PRIS: 260 kr., studerende 130 kr.

STED: AU, Campus Herning, Birk Centerpark 15

UNDERVISER: John V. Jensen, museumsinspektør, Vardemuseerne

I besættelsens sidste måneder ankom ca. 250.000 tyske flygtninge til Danmark. Forrelæsningsen fortæller den oversete, tankevækkende og aktuelle historie om de tyske flygtninge i Danmark i årene 1945-49. Vi skal høre om flugten, den modvillige modtagelse, manglende lægehjælp, afnazificering, liv og død. Var der tale om den største humanitære katastrofe i danmarkshistorien, eller løstes opgaven tilfredsstillende under de vanskelige betingelser? Vi ser også nærmere på flygtningesituationen i Midtjylland i bl.a. Herning og Grove-Gedhus-lejrene. John V. Jensen har skrevet bogen 'Tyskere på flugt' (Aarhus Universitetsforlag). For særømsvisning i Oksbøllejren se side 24.

Heidegger og Arendt – om angsten og enden, kærligheden og begyndelsen

HOLD: 2713-043

TID: 3/4, 1 lørdag, kl. 12.00-16.00

PRIS: 350 kr., studerende 175 kr.

UNDERVISER: Kasper Lysemose, postdoc i filosofi, Aarhus Universitet

Denne dag vil vi undersøge to filosofiske forfattere og spejle dem i hinanden: Martin Heidegger taler om den eksistentielle angst og forholdet til døden og Hannah Arendt om det aktive liv og forholdet til fødslen. Heideggers og Arendts skæbner var ikke bare personligt, men også filosofisk forviklede, fordi de begge tog bestik af yderpunkterne i den menneskelige eksistens. Spender en dag i selskab med to af det 20. århundredes allerstørste tænkere, og se, om du kan blive lidt klogere på den menneskelige eksistens.

Lær at leve med tinnitus

HOLD: 2713-130

TID: 3/4, 1 lørdag, kl. 14.15-16.00

PRIS: 195 kr., studerende 95 kr.

UNDERVISER: Anne-Mette Mohr, cand.psych. aut., specialist i klinisk psykologi, House of Hearing

Op mod 700.000 danskere skønnes at være plaget af øresusen eller ringen i ørene, som ikke kommer fra omgivelserne. Når man får tinnitus, kan man nemt blive angst og bekymret: Hvordan kan jeg leve med det? Bliver jeg skør? Kan jeg passe mit arbejde og min familie? Hvad hvis det bliver værre? Heldigvis er der meget at gøre for at få tinnitus til at fylde mindre, så glæden ved livet kan fylde mere. Psykolog Anne-Mette Mohr har arbejdet i mere end 30 år med tinnitus og tinnitushåndtering. Få del i ny viden, og hør, hvordan du kan få et godt liv på trods af tinnitus.



Verdens historie – fra oldtiden til i dag

HOLD: 2713-135

TID: 3/4, 1 lørdag, kl. 10.00-14.00

PRIS: 350 kr., studerende 175 kr.

UNDERVISER: Lars Hovbakke Sørensen, lektor, ph.d., Professionshøjskolen Absalon

Få overblik over hovedlinjerne og de vigtigste begivenheder i verdenshistorien. Vi starter for ca. 12.000 år siden og fortsætter på en hæsblesende rejse med fokus på forskelle og ligheder mellem udviklingen i de forskellige verdensdele og på, hvordan man har påvirket hinanden politisk, økonomisk, socialt og kulturelt. Undervejs støder vi bl.a. på kong Hammurapi af Babylonien, kejser Augustus og mongolernes leder Djengis Khan og på begivenheder som kristningen af Romerriget, delingen af Frankerriget, Columbus' opdagelse af Amerika, den franske revolution, 1. og 2. verdenskrig og Berlinmurens fald. Vi når det 21. århundrede med 9/11, det arabiske forår og krigene i Ukraine og Mellemøsten.

Lyt til en af vores podcasts, fx
'Fuld af viden – forskernes fredagsbar'

FIND DEN, DER HVOR DU LYTTER TIL PODCASTS



Museet FLUGT i Oksbøl

Sjov med sprog: Internetkommunikation

HOLD: 2713-182

TID: 7/4, 1 onsdag, kl. 17:15-19.00

PRIS: 195 kr., studerende 95 kr.

UNDERVISER: Tina Thode Hougaard, lektor i nordisk sprog og litteratur, Aarhus Universitet

Er det pinligt at sende en ferskenemoji til en kvinde – eller hvad med den emoji, der blinker? Emojier udfordrer både vores forståelse af, hvad sprog er, og hvad vi bruger sproget til, og så kan der være stor forskel mellem generationer på, hvad vi forstår ved den samme emoji. Vi krydrer vores internetkommunikation med forskellige elementer, vi normalt ikke tænker så meget over, fx tegnsætning, og med nye visuelle former, som vi knap forstår – fx memes og klistermærker. Fælles for mange af de nye sprogformer er behovet for relationskommunikation. Vi bruger sproget til at være i kontakt med hinanden – både for sjov og i alvor.

Kan du stole på din intuition og dømmekraft på job og i livet?

HOLD: 2713-022

TID: 7/4, 1 onsdag, kl. 17:15-21:15

PRIS: 495 kr., studerende 250 kr.

UNDERVISER: Mette Møller, cand.psych. aut., erhvervspsykolog samt specialist- og supervisor godkendt i ledelse og organisation

Intuition og naturlig dømmekraft er i mange år i vores liv og virke blevet stedmoderligt behandlet som en underlødige måde at beslutte på. Måske fordi vi ikke har haft særlig stor viden om, hvad intuition er, og hvordan den fungerer som del af vores evne til at bruge vores egen dømmekraft. Måske fordi vores samfund fokuserer mere på, hvad der kan måles og vejes. Intuitionen holder fast i vores menneskelighed og medfødte evner til at kunne navigere i og træffe selvstændige beslutninger. Få indsigt i faldgruberne og input til, hvordan du kan bruge din og andres intuition i vigtige beslutningsprocesser – både som menneske og i arbejdslivet.

Taknemmelighed

HOLD: 2713-128

TID: 7/4, 1 onsdag, kl. 17:15-21:15

PRIS: 350 kr., studerende 175 kr.

UNDERVISER: Jane Flarup, cand.mag., master i positiv psykologi og forsker i taknemmelighed

TAK. Et lille ord, der kan give dig et bedre liv. Gennem mere taknemmelighed i dagligdagen kan du nemlig opleve øget velvære og sundhed og få stærkere relationer til andre mennesker. Taknemmelighed er et urgammelt redskab til at danne sunde relationer mellem mennesker og dyr. Selv chimpanser viser taknemmelighed over for hinanden. Undervisningen gennemgår forskningen i taknemmelighed siden Aristoteles og frem til nutidens psykologiske forskning i trivsel og livskvalitet. Undervisningen tager afsæt i 'Taknemmelighed', som er en del af Aarhus Universitetsforlags populære Tænkepause-serie.

Særomvisning: Danmarkshistoriens største flygtningelejr og museet FLUGT

HOLD: 2713-270

TID: 10/4, 1 lørdag, kl. 13.30-15.30

PRIS: 260 kr.

STED: FLUGT, i foyeren ved hovedindgangen, Præstegårdsvej 21. Deltagerne sørger selv for kørsel

UNDERVISER: John V. Jensen, museumsinspektør, Vardemuseerne

Danmarkshistoriens største flygtningelejr lå i Oksbøl. I 1946 husede den 36.000 og var dermed en overgang Danmarks femtestørste by. Lejrens historie er fyldt med skæbner – nogle tragiske, andre fyldt med håb. Museumsinspektør John V. Jensen viser rundt i den tidligere flygtningelejrs område og på flygtningekirkegården, hvis knap 2.000 navne maner til eftertanke. Undervejs hører vi om lejren, dens mennesker, problemer, hverdag, glæder og sorger. Vi skal også se museet med museumsbygning tegnet af BIG – Bjarke Ingels Group. John V. Jensen har netop færdiggjort en ny bog om Oksbøllejren og de tyske flygtninge. For forelæsning om de tyske flygtninge se side 23.

GRATIS
VIDENSFESTIVAL
I AARHUS OG ONLINE

SARA ALFORT, MADS ROSENDAHL THOMSEN
BERTEL NYGAARD, SØREN ULRIK THOMSEN
MARLENE WIND, ANNE INGEMANN JOHANSEN
JONAS ROSS KJÆRGÅRD, ASSER AMDISEN
JENS ERIK KRISTENSEN, JØRGEN MØLLER
SØREN FAUTH, ANNA CORNELIA PLOUG
NANNA BØTTCHER, LENE BØGH RØNBERG

TILMELD DIG PÅ
EUROPA360.DK



Realiseres med støtte fra:

CARLSBERG
FONDET

Folkeuniversitetet

28. NOV 26
KL. 10-17

EN FESTIVAL OM HJERNEN

HEARTS & MINDS VIDENSFESTIVAL

25.-27. SEPTEMBER

Årets festival stiller skarpt på hjernen og sindet — og på alt det, der gør os til tænkende, sansende, skabende og drømmende mennesker.

I en tid, hvor kunstig intelligens udfordrer vores forestillinger om kreativitet, bevidsthed og det menneskelige, bliver spørgsmålene om hjernen og sindet kun mere presserende: Hvad sker der med hjernen, når teknologien hjælper os? Gør AI os dovne? Kan ChatGPT blive din nye psykolog? Og hvad betyder udviklingen for vores hjernesundhed og mentale trivsel?

Det og meget mere kan du blive klogere på d. 25.-27. september på Dokk1. Gennem foredrag, samtaler, workshops og oplevelser inviterer førende forskere og eksperter til forundring og fordybelse — og til nye indsigter i alt fra kunstig intelligens, neurogastronomi og longevity til angst, demens og hjernerystelse.

Velkommen til en festival for nysgerrige hjerner!

Realiseres med støtte fra:



PROGRAM AARHUS

FREDAG

25. SEPTEMBER

Intelligens og høj begavelse

Hvor meget betyder intelligens egentlig for, hvordan vi lærer, trives og klarer os i livet – og for de muligheder og udfordringer, vi møder undervejs? I disse år er der øget opmærksomhed på høj begavelse – bl.a. i debatten om børn og unges trivsel. Men hvad vil det sige at være højt begavet? Er der forskel på høj begavelse og intelligens? Og hvorfor er høj begavelse ikke altid en gylden billet til et let liv? Forsker i psykologi **Morten Christoffersen** fra Aalborg Universitet og autoriseret psykolog **Dea Franck** mødes til en nuanceret samtale. Samtalen modereres af journalist **Louise Sloth**.

HOLD-NR.: 2621-589 og 2621-590

TID: Fredag 25/9, kl. 17.30-18.30

STED: Dokk1, Rampen, og livestreames via YouTube

PRIS: Gratis, men tilmelding nødvendig

Overgangsalderen – hvad gemmer sig i hjernetågen?

Overgangsalderen er en livsfase, som alle kvinder går igennem – og alligevel er den ofte omgærdet af tavshed, overraskelse og manglende viden. Hvad sker der egentlig i kroppen og sindet, når hormonerne ændrer sig? Og hvordan finder man fodfæste i en tid præget af både fysiske forandringer og nye livsperspektiver? Psykolog **Yoon Frederiksen** og journalist og foredragsholder **Annamette Fuhrmann** sætter fokus på overgangsalderen. Med udgangspunkt i både faglig indsigt og personlige erfaringer kan du blive klogere på en livsfase, der for mange kan være svær at navigere i. Samtalen modereres af journalist **Björg Tulinius**.

HOLD-NR.: 2621-537

TID: Fredag 25/9, kl. 17.30-18.30

STED: Dokk1, Store Sal

PRIS: 50 kr.

Craft – strik dig til mental velvære med PetiteKnit og Anne Kirketerp

Håndarbejde har fået en renæssance – ikke kun som hobby, men som kilde til ro, kreativitet og mental trivsel. Når hænderne arbejder, falder tankerne til ro, og mange oplever en særlig form for nærvær og meningsfuld selvforglemmelse. Men hvad er det egentlig, der sker i hjernen og kroppen, når vi arbejder med hænderne? Medbring dit strikkesøj, når **Anne Kirketerp**, kunsthåndværker, psykolog og ophavskvinde til 'craft-psykologi', møder strikdesigner **Mette Wendelboe Okkels**, kvinden bag PetiteKnit, i en inspirerende samtale om håndarbejde og mental velvære. Samtalen modereres af journalist **Björg Tulinius**.

HOLD-NR.: 2621-573

TID: Fredag 25/9, kl. 19.00-20.00

STED: Dokk1, Store Sal

PRIS: 50 kr.

Udstilling: Kunst på hjernen

Velkommen til en udstilling, hvor hjerneforskning og kunst mødes – ikke som modsætninger, men som forskellige måder at undersøge verden på. **Hjerneforskere fra DANDRITE** ved Aarhus Universitet har forvandlet neuroner, synapser og hjernens mindste byggesten til kunst. Hjernen kan undersøges på utallige måder, og det afspejles i udstillingens værker. Her møder du både mikroskopiske universer, der afslører hjernens skjulte landskaber, og håndskabte fortolkninger af neurale mønstre og forbindelser. Materialer, farver og stemninger skifter fra værk til værk – præcis som hjernen selv rummer en mangfoldighed af former og funktioner.

HOLD-NR.: 2621-519

TID: Tirsdag 22/9-onsdag 30/9

STED: Dokk1, Torvet

PRIS: Gratis, bare mød op



PROGRAM AARHUS

LØRDAG

26. SEPTEMBER

Depression i et nyt lys
– hvad gør immunfor-
svaret ved sindet?

Depression er en af de mest udbredte psykiske lidelser i verden – men hvad hvis vi har overset en vigtig brik i sygdommens gåde? Ny forskning peger på, at depression i nogle tilfælde kan skyldes en overaktiv immunrespons og betændelsestilstande i kroppen.

Anna Mathia Klawonn, hjerneforsker og gruppeleder ved DANDRITE, Aarhus Universitet, stiller skarpt på de seneste gennembrud i forskningen. Bliv klogere på en ny forståelse af depression – som både en psykisk og en fysisk sygdom.

HOLD-NR.: 2621-555

TID: Lørdag 26/9, kl. 10.00-10.40

STED: Dokk1, Rampen

PRIS: Gratis, men tilmelding nødvendig

Funktionelle lidelser
– hjerne og krop i
alarmberedskab

Funktionelle lidelser som irritable tyktarm, fibromyalgi og kronisk træthedssyndrom rammer mange mennesker, men er stadig omgærdet af tvivl og misforståelser. Med afsæt i ny viden og personlige erfaringer stiller læge og ph.d.-studerende i medicin **Cecilia Pihl Jespersen** fra Aarhus Universitet og patientrepræsentant **Sandie Lykkehøus** skarpt på funktionelle lidelser. Samtalen modereres af videnskabsjournalist **Line Friis Frederiksen**.

HOLD-NR.: 2621-571

TID: Lørdag 26/9, kl. 11.00-11.40

STED: Dokk1, Rampen

PRIS: Gratis, men tilmelding nødvendig

Nydelse og
neurogastronomi

Hvad sker der, når duften af nybagt brød får minderne til at vælte frem? Eller når synet af en citron får munden til at løbe i vand, før vi overhovedet har smagt den? Med afsæt i ny forskning og gastronomisk praksis stiller læge og forsker i lugtesans **Alexander Wieck Fjældstad** fra Flavour Institute, Aarhus Universitet, og kok **Rasmus Bredahl**, skarpt på smag, duft og neurogastronomi – og alt det, der sker i hjernen, når vi spiser. Samtalen modereres af videnskabsjournalist **Line Friis Frederiksen**.

HOLD-NR.: 2621-578

TID: Lørdag 26/9, kl. 12.00-12.40

STED: Dokk1, Rampen

PRIS: Gratis, men tilmelding nødvendig

Omgivelser der gør
hjernen glad – natur
og arkitektur

Hvordan former rum, natur og design vores tanker, følelser og trivsel? Lektor i arkitektur og kognitiv neurovidenskab **Zakaria Djebbara** fra Aalborg Universitet og lektor i naturbaseret terapi og sundhedsfremme **Dorthe Varning Poulsen** fra Københavns Universitet stiller skarpt på, hvordan alt fra loftshøjde, lyd og lys til grønne miljøer, landskaber og naturbaseret design kan præge vores adfærd og mentale sundhed. Samtalen modereres af videnskabsjournalist **Line Friis Frederiksen**.

HOLD-NR.: 2621-536

TID: Lørdag 26/9, kl. 14.00-14.40

STED: Dokk1, Rampen

PRIS: Gratis, men tilmelding nødvendig

Vagusnerven
– nøglen til ro, resti-
tution og sundhed?

Vagusnerven strækker sig fra hjernestammen og forgrener sig til kroppens organer. Ny forskning tyder på, at nerven også spiller en vigtig rolle i reguleringen af et sundt immunforsvar. Men hvordan fungerer den egentlig? Hvad sker der, når nerven stimuleres, og hvordan kan den spille en rolle i behandlingen af autoimmune sygdomme og stress? Bliv klogere med neurobiolog **Karen Johanne Pallesen** samt læge og ph.d.-studerende i medicin **Amanda Hempel Zinglersen** fra Rigshospitalet. Samtalen modereres af videnskabsjournalist **Line Friis Frederiksen**.

HOLD-NR.: 2621-533

TID: Lørdag 26/9, kl. 15.00-15.40

STED: Dokk1, Rampen

PRIS: Gratis, men tilmelding nødvendig

Longevity – hvad er
op og ned i jagten på
det evige liv?

Jagten på et længere liv fylder stadig mere – i videnskaben, i medierne og i trends på sociale medier. Men hvad siger forskningen om, hvad vi selv kan gøre for at få et godt og langt liv? Bliv klogere med aldringsforsker **Morten Scheibye-Knudsen** fra Københavns Universitet og lektor i filosofi **Morten Dige** fra Aarhus Universitet. Samtalen modereres af videnskabsjournalist og sociolog **Anne Sofie Hoffmann Schrøder**.

HOLD-NR.: 2621-523

TID: Lørdag 26/9, kl. 16.00-17.00

STED: Dokk1, Store Sal

PRIS: 50 kr.

Når kroppen sætter sig selv i karantæne

Hvorfor mister vi lysten til det meste, når vi er syge? Det spørgsmål besvarer vi instinktivt med "fordi vi føler os dårlige". Men Anna Mathia Klawonn, hjerneforsker og gruppeleder ved forskningscenteret DANDRITE, Aarhus Universitet, vender det på hovedet. Den manglende lyst er ikke en fejl, men en intelligent strategi, hvor immunsystemet får hjernen til at spare energi. Forskningen kobler også dette til udviklingen af depression.

Af Charlotte Koldbye

Når vi bliver syge, gør vi alle det samme. Vi trækker os. Vi mister lysten til at se venner, spille computerspil eller gå på arbejde. Instinktivt tror vi, at vi isolerer os, fordi vi føler os dårlige. Men egentlig er det vores immunsystem, der overtager kontrollen over hjernen. Formålet er rent biologisk. Vi skal spare alle tilgængelige ressourcer, så energien kan bruges på at bekæmpe infektionen. Det, vi oplever som manglende motivation og måske også lidt dårligt humør, er i virkeligheden en intelligent mekanisme, der sparer energi. Anna Mathia Klawonns forskning peger på, at netop denne mekanisme kan være nøglen til at forstå depression.

KAN DEPRESSION BEGYNDE I KROPPEN?

Ifølge Anna Mathia Klawonn er der noget, der tyder på, at depression i mange tilfælde ikke bare er en psykisk lidelse. Det kan være en fysisk tilstand drevet af inflammation, som i virkeligheden kan være selve årsagen til depressionen. Når kroppen bekæmper en betændelsestilstand, frigiver immunsystemet signalstoffer kaldet cytokiner. Det er disse cytokiner, som sender et kraftigt signal til hjernen om at udvise sygdomsadfærd i form af isolation, hvile og manglende interesse for omverdenen, fordi vi skal spare på energien.

"Men det er også den samme adfærd, vi ser ved depression. Min forskning har vist i sygdomsmodeller, at immunsystemets cytokiner direkte påvirker humøret. Jeg mener derfor, det er muligt, at depression egentlig er udtryk for, hvordan immunsystemet kommunikerer med hjernen," forklarer Anna Mathia Klawonn.

Grunden til, at vi begynder at udvise sygdomsadfærd, er, at immunsystemets cytokiner får vores hjerne til at slukke for vores belønningssystem. Det, der normalt ville udløse dopamin og give os en følelse af glæde – et godt måltid, en samtale med en ven eller en hobby – udløser ikke længere dopamin. Som Anna Mathia Klawonn forklarer:

"Dopamin er en ufattelig stærk driver. Men når dit belønningssystem ikke er responsivt på grund af cytokiner, mister du motoren."

Det åbner op for at undersøge, om visse typer depression rent faktisk skyldes en kronisk betændelsestilstand i kroppen. En sammenhæng, der bakes op af store folkeundersøgelser – bl.a. i Danmark – der har vist, at immunsystemets aktivitet er det, der bedst kan forudsige, om man udvikler depression.

DERFOR KAN MOTION DÆMPE DEPRESSION

Hvis Anna Mathia Klawonns hypotese holder stik, og depression måske er koblet til betændelsestilstande i kroppen, åbner det for nye behandlingsmuligheder. I stedet for kun at behandle symptomerne i hjernen, kan vi adressere årsagen i kroppen. Vi kan hindre cytokinerne i at lægge en dæmper på belønningssystemet. Så vil sygdomsadfærden aftage.

Udover at behandle betændelsestilstanden i kroppen medicinsk kan vi også selv gøre en del. Sund kost og motion har en dæmpende effekt på inflammation. Vi har længe set, at motion i mange tilfælde har en gavnlig virkning på depression. Udover det velvære, som motion giver os, kan forklaringen være, at depression letter, fordi betændelsestilstanden dæmpes.

Udfordringen er dog evolutionær. Vores hjerne er designet til at maksimere overlevelse ved at bruge mindst mulig energi. Det kræver derfor en bevidst indsats at vælge det "lange seje træk" frem for det hurtige fix. Vi skal undgå den inflammatoriske livsstil og i stedet investere i de vaner, der giver sundhed på lang sigt, både fysisk og psykisk.

"For at holde os raske skal vi navigere mellem to ekstremer. På den ene side har vi det underaktive belønningssystem, drevet af cytokiner under depression. På den anden side har vi det overaktive system. Her jagter vi hurtige dopamin-kick gennem misbrug, alkohol eller den moderne fælde 'doom scrolling' på skærme. Fællesnævneren er, at begge fører til ubalance i dopamin-systemet. Det sænker i sidste ende vores hvile-dopamin-niveau og gør os modløse," forklarer Anna Mathia Klawonn.

Det handler om at finde den rigtige balance, hvor vi gør det, som er sundt for os. For det, der er sundt fysisk, er også sundt psykisk.

Oplev Anna Mathia Klawonn til foredraget 'Depression i et nyt lys – hvad gør immunforsvaret ved sinde?' lørdag den 26/9.

Se side 28.

Den oversete lillehjerne – hjernens regnemaskine

Ny forskning vender op og ned på vores billede af lillehjernen, som man hidtil har ment især har haft betydning for vores balance. Men ifølge Lau Møller Andersen, lektor i kognitionsvidenskab ved Aarhus Universitet, tegner lillehjernen til at være et avanceret beregningscenter, der forudsiger fremtiden og strukturerer vores samtaler.

Af Charlotte Koldbye

Vi har længe vidst, at lillehjernen er klemt inde mellem storhjernen og hjernestammen, men vi har set den som et uinteressant organ. Men det billede er Lau Møller Andersen i gang med at ændre. Tidligere troede man, at lillehjernen kun var ansvarlig for finmotorik, men nu peger forskning på, at den udfører langt mere avancerede beregninger. Og at den er nøglen til at forstå alt fra vores bevægelser til, hvordan vi finder rytmen, når vi går på trapper.

For at forstå dette skift skal vi se på fortidens tekniske begrænsninger. Lillehjernen har nemlig været svær at måle på uden at bruge invasive metoder, og de gamle teknikker genererede for meget 'støj'. Derfor drog man den konklusion, at hvis vi ikke kan måle ordentligt på lillehjernen, så må den være af mindre betydning.

Lau Møller Andersen og hans forskerhold har nu fundet en vej til at tilgå lillehjernen med teknikken magnetoencefalografi (MEG) – en billeddannende metode, der måler de magnetfelter, som hjernens elektriske aktivitet producerer. Ved hjælp af den har de kunnet påvise, at der foregår meget mere i lillehjernen, end man hidtil har troet.

HJERNEN LEVER HELE TIDEN LIDT I FREMTIDEN

Lillehjernen er en avanceret computer, der konstant beregner, hvad der sker i næste sekund.

"Vi kan se, at lillehjernen er involveret i sofistikerede forudsigelsesprocesser," forklarer Lau Møller Andersen og fortsætter:

"Vores hjerne lever konstant i fremtiden. Den fremsætter hypoteser, den beregner, og den justerer. Og her formoder jeg, at lillehjernen spiller en vigtig rolle for dette orkester af forudsigelser."

Selvom lillehjernen fysisk kun udgør mellem 15 og 20 % af hjernens volumen, skal vi ikke undervurdere dens funktion.

"Det tal er i virkeligheden vildledende," advarer Lau Møller Andersen og uddyber:

"Hvis man breder alle lillehjernens mange folder ud, viser det sig, at den udgør hele 80 % af hjernens overflade."

Lau Møller Andersen mener, at når et hjerneareal indeholder en så enorm tæthed af neuroner, er det logisk at konkludere, at dens funktion er kompliceret.

"Vi må formode, at der ligger en stor neural regnekraft i denne struktur."

SPROGETS METRONOM

Lau Møller Andersens nyeste forskningshypotese tager dette et skridt videre. Den bevæger sig ind på det, vi betragter som menneskets unikke domæne: sproget. Vi formoder normalt, at de områder af hjernen, der aktiveres, når vi taler, ligger i hjernebarken. Men Lau Møller Andersens forskning tyder på, at selv i noget så unikt menneskeligt som sprog, er den oversete lillehjerne involveret.

Sandsynligvis er lillehjernen også med til at styre vores dialog, så samtalen flyder i en naturlig, forudsigelig rytme, og vi ikke taler i munden på hinanden. Lillehjernen er med til at give os signal om, hvornår det er vores tur til at sige noget i en samtale. Det kaldes turtagning og er kulturelt betinget, men det har også en biologisk rytme. Lau Møller Andersen vil nu undersøge, om lillehjernen også varetager det, der kaldes den konversationelle pause i en samtale – dvs. pausen fra, at du har talt færdigt, til jeg begynder at tale.

LILLEHJERNEN – EN OVERSET NØGLEFUNKTION

For Lau Møller Andersen handler det ikke kun om at kortlægge neuroner. Det handler også om at forstå den mekanisme, der gør os i stand til at navigere i en verden, der konstant ændrer sig. Når vi justerer vores bevægelser, lærer vi. Når vi taler sammen, skaber vi mening. Og bag det hele sidder lillehjernen og regner på fremtiden, så vi kan leve i nutiden.

Så næste gang du går op ad en trappe, eller næste gang du venter på din tur til at sige noget i en samtale, kan du tænke på den lille, foldede struktur i dit baghoved. Den arbejder på højtryk for dig, lige nu og her, med en præcision og en sofistikering, som vi først nu begynder at ane konturerne af. Vi står måske ved begyndelsen af en ny æra i hjerneforskningen.

Oplev Lau Møller Andersen til foredraget: 'Myter om lillehjernen' søndag den 27/9.

Se side 32.

PROGRAM AARHUS

SØNDAG

27. SEPTEMBER

Workshop: Kære kvinde – mærk din kraft i overgangen

Menopausen er langt mere end en biologisk forandring. Den er en overgang, en invitation og et nyt kapitel i kvindelivet. Få forskningsbaseret viden om forandringerne i kvindekroppen før, under og efter menopausen, og hør om dans og bevægelse som healende praksis. Vi skal arbejde med holistisk dansepraksis, yoga og meditative lyde og frekvenser. Dagens undervisere er **Maria Langbak**, speciallæge i almen medicin, **Helle Winther**, lektor i dans, bevægelsespsykologi og danseterapi ved Københavns Universitet, **Mette Skovhus**, lektor i sundhed, krop og bevægelse ved VIA University College, og **Marie Zabel**, sanger, ergoterapeut og yogalærer. Medbring yogamatte, tæppe og drikkeflaske.

HOLD-NR.: 2621-566**TID:** Søndag 27/9, kl. 10.00-13.00**STED:** Dokk1, U1**PRIS:** 150 kr.

Hurtigere men dummere – gør AI vores hjerner dovne?

Vi har set det før. Der sker noget med vores kognition, når teknologien hjælper os. Lommeregneren har gjort os dårligere til hovedregning. GPS'en har gjort os dårligere til at finde vej. Men hvad sker der, når AI ikke bare hjælper os med at regne og orientere os – men også med at tænke, forstå og navigere i verden? Læge, hjerneforsker og neuroteknolog **Benjamin Svejgaard** og filosof **Pia Lauritzen** mødes til en tankevækkende samtale om, hvordan AI påvirker vores kognitive evner og måder at erkende på. Få nye perspektiver på, hvordan du kan forholde dig til AI – og bruge teknologien uden at give køb på din egen tænkning. Samtalen modereres af litterat og teolog **Michael Bach Henriksen**.

HOLD-NR.: 2621-535**TID:** Søndag 27/9, kl. 10.00-11.00**STED:** Dokk1, Store Sal**PRIS:** 50 kr.

God søvn – også når vi har det svært

Søvn er afgørende for vores trivsel og overskud. Søvnproblemer kan ramme alle, men de bliver ofte særligt tydelige i perioder med stress, bekymringer eller psykisk mistrivsel. Specialpsykolog i psykiatri **Henny Dyrberg**, Psykiatriens Hus og Aarhus Universitetshospital, og klinisk sygeplejespecialist og forsker **Sanne Toft Kristiansen**, Aarhus Universitetshospital, dykker ned i, hvorfor søvnen er sårbar, når man har det svært, hvilken rolle søvnen spiller for vores mentale trivsel, og hvad man kan gøre, når søvnen ikke bare kommer af sig selv. Hør bl.a. om døgnrytme og ikke-medicinske behandlingsmuligheder. Samtalen modereres af videnskabsjournalist **Line Friis Frederiksen**.

HOLD-NR.: 2621-532**TID:** Søndag 27/9, kl. 10.00-10.40**STED:** Dokk1, Rampen**PRIS:** Gratis, men tilmelding nødvendig

Banebrydende behandling af hjernen

Hjernen er vores mest gådefulde organ – og samtidig centrum for nogle af de mest banebrydende fremskridt i moderne lægevidenskab. **Dan Bang**, lektor i kognitiv neurovidenskab ved Aarhus Universitet, og **Jens Christian Hedemann Sørensen**, hjernekirurg, professor og formand for Dansk NeuroforskningsCenter ved Aarhus Universitetshospital, tager dig med ind i en verden, hvor avanceret teknologi, kirurgisk præcision og ny forskning åbner for helt nye muligheder i behandlingen af hjernens sygdomme. Hør bl.a. om dyb hjernestimulation ved Parkinsons sygdom og andre bevægelsesforstyrrelser og rygmarvsstimulation mod svære kroniske smerter. Få indblik i fremtidens behandling – og de gennembrud, der allerede nu forandrer liv. Samtalen modereres af videnskabsjournalist **Line Friis Frederiksen**.

HOLD-NR.: 2621-599**TID:** Søndag 27/9, kl. 11.00-11.40**STED:** Dokk1, Rampen**PRIS:** Gratis, men tilmelding nødvendig

Hjernehack – gode hjernevaner i en digital tid

Notifikationer larmer, mails skal besvares, og du skal lige se et sidste afsnit af yndlingsserien, inden du går i seng. Hjernen er udviklet til at holde os i live og sørge for, at vi formerer os. I vores digitale tidsalder er det nemt at få både bekræftelse og behov dækket med få klik. Men med hvert klik, scroll og indkøb vil hjernen have mere, og vi får sværere og sværere ved at lægge skærmen fra os. Hvorfor er det sådan? Og hvad kan vi gøre ved det? Læge, hjerneforsker og neuroteknolog **Benjamin Svejgaard** forklarer, hvorfor hjernen er så sårbar over for digitale fristelser – og hvad du kan gøre for at hacke dig til lidt bedre hjernevaner.

HOLD-NR.: 2621-572

TID: Søndag 27/9, kl. 12.00-12.40

STED: Dokk1, Rampen

PRIS: Gratis, men tilmelding nødvendig

Appetit og vægt – hvad styrer os?

Vægttab bliver ofte gjort til et spørgsmål om viljestyrke, men så enkelt er det sjældent. Hvad sker der i kroppen, tarmen og hjernen, når vi føler sult og mæthed? Og hvordan kan den viden bruges til at forebygge og behandle type 2-diabetes og overvægt? Flere og flere lever med overvægt i dag. Hvordan har vores kostvaner og livsstil ændret sig, og hvilken rolle spiller ultraforarbejdede fødevarer og vægttabsmedicin? Og hvorfor er det svært at opretholde et varigt vægttab? Bliv klogere med læge og forsker **Nikolaj Rittig** og professor i epidemiologi **Christina C. Dahm** fra Aarhus Universitet. Samtalen modereres af videnskabsjournalist **Line Friis Frederiksen**.

HOLD-NR.: 2621-528

TID: Søndag 27/9, 13.00-13.40

STED: Dokk1, Rampen

PRIS: Gratis, men tilmelding nødvendig

Er ChatGPT din nye psykolog?

"Jeg har det svært. Kan du hjælpe mig med at forstå hvorfor?" For nogle er det blevet naturligt at stille den slags spørgsmål til en chatbot. Men hvad sker der, når vi bruger en chatbot baseret på kunstig intelligens (AI) som fortrolig samtalepartner – eller måske endda som psykolog? Kan teknologien tilbyde reel støtte, eller kan det sågar være farligt at korrespondere med chatbots? Mød **Bolette Windfeld Thesbjerg**, ph.d. i psykologi ved Aalborg Universitet, og **Søren Dinesen Østergaard**, professor i translationel psykiatri ved Aarhus Universitet, til en samtale om AI-chatbots som psykologisk redskab. Samtalen modereres af videnskabsjournalist **Line Friis Frederiksen**.

HOLD-NR.: 2621-538

TID: Søndag 27/9, kl. 14.00-14.40

STED: Dokk1, Rampen

PRIS: Gratis, men tilmelding nødvendig

Det grønne monster – misundelse og jalousi

Misundelse og jalousi er følelser, de fleste af os kender til, men som de færreste har lyst til at tale højt om. Hvad sker der i os – psykologisk og neurologisk – når andres succes eller kærlighed vækker det grønne monster i os? Hvad er forskellen på misundelse og jalousi, og hvordan kan vi blive bedre til at forstå og håndtere de svære følelser? Og hvad kan følelserne lære os om os selv, vores relationer og det, vi længes efter? Bliv klogere sammen med **Katrine Sværke**, autoriseret psykolog og ph.d. i neuropsykologi ved Københavns Universitet, og **Alfred Sköld**, lektor i psykologi ved Aalborg Universitet. Samtalen modereres af videnskabsjournalist **Line Friis Frederiksen**.

HOLD-NR.: 2621-613

TID: Søndag 27/9, kl. 15.00-15.40

STED: Dokk1, Rampen

PRIS: Gratis, men tilmelding nødvendig

Koncert med MusikBeRiget

Musik kan skabe forbindelse, nærvær og øjeblikke af lys – også når livet er allermost sårbart. **MusikBeRiget** er et musikinitiativ, der skaber musikalske frirum midt i det svære. Oplev de nærværende musikere, der til daglig spiller levende musik for alvorligt og kronisk syge patienter og deres pårørende på hospitaler over hele landet – både inden for psykiatrien og somatikken. Med varme, hjerterum og musikalsk kvalitet åbner de et rum for håb, glæde, eftertanke og forløsning. MusikBeRiget spiller musik dér, hvor ordene ofte kommer til kort.

HOLD-NR.: 2621-596

TID: Søndag 27/9, kl. 16.00-16.30

STED: Dokk1, Rampen

PRIS: Gratis, men tilmelding nødvendig



Når arkitekturen former din hjerne

Arkitektur handler om meget mere end flotte facader og funktionel indretning. Zakaria Djebbara, lektor i arkitektur og kognitiv neurovidenskab ved Aalborg Universitet, undersøger, hvordan arkitekturen ikke bare er en ramme om vores liv, men også påvirker vores hjerne og er med til at styre vores adfærd.

Af Charlotte Koldbye

Vender vi blikket bagud, har vi boet meget mere simpelt, end vi gør i dag, hvor flere og flere tilbringer en stor del af deres tid i glaspaladser i kæmpemetropoler. Men der er ikke rigtig nogen, der har set på, hvordan arkitektur påvirker vores hjerner – indtil nu, hvor Zakaria Djebbara er i gang med at undersøge, hvordan vores hjerne responderer på de arkitektoniske omgivelser.

"Arkitekturen arbejder bevidst med rytme ud fra et æstetisk udgangspunkt. Men de æstetiske regler er noget, man traditionelt har følt sig frem til. Jeg vil gerne undersøge det neurale grundlag for, hvordan vi oplever arkitektur," fortæller Zakaria Djebbara og fortsætter:

"Vi mennesker tilbringer de fleste af døgnets timer i arkitektoniske rum, bygninger eller urbane miljøer. Men det er et udforsket felt."

NEURALE PROCESSER PÅVIRKES AF ARKITEKTUR

Der er arkitektoniske elementer, der indbyder til en særlig adfærd – en dør inviterer os til at gå ind ad den, en trappe til at gå op og ned. De kan også være med til at skabe en rytme – fx kan afstanden mellem en række vinduer i en lang gang påvirke vores ganghastighed.

"I lang tid har det været svært for arkitektur og neurovidenskab at mødes. Arkitekter tegnede rum ud fra intuition og æstetiske konventioner, mens hjerneforskere studerede hjernen i statiske laboratorieopsætninger. De kunne ikke fange, hvordan vi rent faktisk oplever rum i bevægelse. Vi har slet ikke undersøgt, hvordan vores neurale processer påvirkes af arkitektur," forklarer Zakaria Djebbara.

Det er forskningsgruppen Brain Body Architecture Research på Aalborg Universitet nu i gang med. Ved hjælp af Mobile Brain/Body Imaging kan det måles, hvordan vores neurale aktivitet synkroniseres med de omgivelser, vi bevæger os i. Metoden kombinerer mobile EEG-headsets, der måler den elektriske aktivitet i hjernen, med virtual reality og bevægelsessporing.

"Arkitektur handler om mere end facader og funktion, som man tidligere har antaget. Vi kan se, at bygningers strukturelle elemen-

ter skaber neurale mønstre. De påvirker, hvordan vi opfatter og bearbejder information," fortæller Zakaria Djebbara.

Arkitektur er altså ikke bare en fysisk ramme. Vores omgivelser former vores opmærksomhed, bevægelseshastighed og endda følelsesmæssige tilstand.

"Vores hjerne responderer på arkitektoniske udtryk og de invitationer til adfærd, som et rum udsender. Men det er ikke noget, der sker på et bevidst plan," siger Zakaria Djebbara.

FREMTIDENS HUSE

Intuitivt afkoder vi hele tiden vores omgivelser og tilrettelægger vores opførsel derefter. Selv noget så simpelt som skarpe hjørner påvirker den måde, vi færdes på. Når vi runder et skarpt 90 graders hjørne, har vi mindre udsyn end ved de mere bløde hjørner på 120 grader. Denne lille forskel giver en større kognitiv belastning, fordi det øger usikkerheden for, hvad vi møder omkring hjørnet.

Det er nærliggende for Zakaria Djebbara, at hans neurovidenskabelige fund bliver videreformidlet til de arkitekter, der netop nu arbejder på morgendagens bygninger. Derfor har han taget initiativ til et tværfagligt samarbejde med seks af de største tegnestuer i Danmark, hvor han jævnligt deler sine nyeste opdagelser og også det, som andre forskningsgrupper finder frem til. Neuroarkitektur er vokset som forskningsområde, og Aalborg er ikke længere det eneste sted, hvor man arbejder med feltet. Der findes forskningscentre i bl.a. Berlin, London, Melbourne og Paris.

"Hvordan vi bevæger os gennem et rum, hvornår vi stopper op, hvordan vi orienterer os, alt dette har en biologisk og neural dimension. Vi er dybt påvirket af de rum, vi befinder os i," forklarer Zakaria Djebbara.

Med den viden kan vi begynde at bygge huse, der fx er designet til, at vi kan finde ro og fordybelse. Eller som indbyder til meningsfulde fællesskaber.

Oplev Zakaria Djebbara til foredraget: 'Omgivelser der gør hjernen glad – natur og arkitektur' lørdag den 26/9.

Se side 28.

ÅRHUNDREDETS
FESTIVAL

05—14 MAR
2027

FR HED
FR HED
FR HED
FR HED
FR HED



Folkeuniversitetet

Sekretariatet



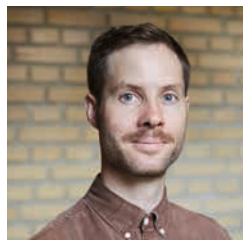
Anne Marie S. Sorgenfrei
Redaktør Psykologi & sundhed. Projektleder Hearts & Minds Festival



Anne Møller Hansen
Redaktør Litteratur, sprog, film & musik. Kommunikation



Henrik T. Rasmussen
Udviklingschef. Projektleder Historiske Dage



Joakim Quorp Matthiesen
Projektchef



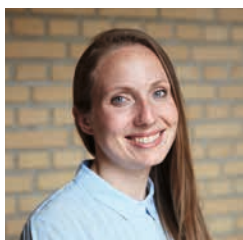
Kasper Dam Nielsen
Redaktør Kunst, arkitektur & design



Lotte Vestergård
Grafik



Louise Højbjerg Jacobsen
Redaktør Arkæologi & historie og programansvarlig



Lærke Sofie G. Hansen
Redaktør Natur & univers. Projektkoordinator PARK Festival



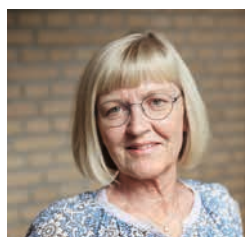
Mathilde Bach
Redaktør Religion & filosofi. Projektkoordinator Europa-projekt



Mette Nyman Kvist
Projektleder Århundredets Festival



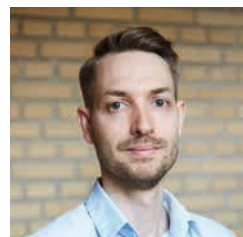
Noa Kjærsgaard Hansen
Koordinator og moderator livestream-program



Randi Dahlin
Økonomi- og administrationschef



Rasmus Friis Effersøe
Projektkoordinator Historiske Dage



Simon Kusk Holm
Redaktør Samfund & verden. Arbejdsliv, ledelse & kommunikation



Sten Tiedemann
Rektor

Tilmelding

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

Afmelding

Billetter til en enkeltstående forelæsning (2 x 45 min.) eller et festivalarrangement kan ikke refunderes eller ombyttes. Det samme gælder billetter til ekskursioner, ture, museumsbesøg og weekender med overnatning. Er du tilmeldt en forelæsningsrække, en helafstensforelæsning eller weekendforelæsninger, kan du afmelde dig og få pengene retur frem til 14 dage før holdstart fratrukket et ekspeditionsgebyr på 125 kr. pr. billet. Aflyses et hold, refunderes beløbet til det kort, der er brugt ved tilmelding.

Fotos og grafik

Martin Bubandt: 1, 5, 11 / Pexels: 6 / Shutterstock: 7, 10 / Wiki Commons: 13, 16, 23 / Martin Dam Kristensen: 8, 12 / Hanne Lundgren Poulsen: 15 / Tommy Frost: 16 / Hufton Crow: 17 / Unsplash: 14, 19 / Sandbjerg: 21 / Søren Solkær Starbird: 22 / Rasmus Hjortshøj: 24. Grafik og layout: Walk Agency.

Noter og slides

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

Studierabat

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

Forbehold

Folkeuniversitetet forbeholder sig ret til ændring af underviser, lokale, dato, tidspunkt og format. Sådanne ændringer giver ikke ret til refusion af billet. Ændringer oplyses på fuau.dk og via mail og/eller sms.

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.



Folkeuniversitetet

LUNDBECK
FONDEN

Festival på Dokk1 om **HJERNEN**

Anna Mathia Klawonn
Hjerneforsker



HEARTS ~~&~~ MINDS

25.—27. sep. i Aarhus