

Her kommer årets første nyhedsbrev, med inspiration til spændende, lærerige og udfordrende aktiviteter. Så hvad enten du vil lære et sprog, blive bikiniklar til sommeren, få en ny hobby, blive dus med din PC, har historisk interesse, trænger til en omgang massage til de vinterstive lemmer, møde nye mennesker, eller noget helt andet. Så håber vi at du kan finde det hos os.



Gratis foredrag...

120 års dansk filmhistorie.

Flyv med filmekspert Anne V. Gross på en eksprestur gennem næsten 120 års dansk filmhistorie.

Lørdag den 6. februar kl 13⁰⁰

Se nogle af dansk filmhistories kendteste klip fra Asta Niensens gauchodans og Panzerbasse over Dreyers Ordet og Ballings Olsen Banden til "den grønne tale" fra Vinterbergs Festen. Hør om Nordisk Films grundlæggelse, frihedskæmpfilmene fra 2. verdenskrig og om stærke kvindelige personligheder og flotte, modige helte. Vær med, når vi kigger på højdepunkterne i dansk filmhistorie Lørdag d. 6. februar 2016 kl. 13- 15 på Næstved Bibliotek. (kvægtorvet) Foredraget er gratis og kræver ingen tilmelding. Kom bare forbi og lad dig indfange af noget af alt det fantastiske den danske filmbranche har frembragt!

Hold nr. 161-973

Den danske filmhistorie kan vi med rette være stolte af!

Kommende Foredrag

Overskrifterne fungerer som links

Hvis du gik glip af foredragsrækken om dansk film gennem mere end 100 år, så har du chancen igen

Lordagsforedrag på Næstved Bibliotek om Den danske Films Historie



Den inspirerende fortæller, cand.mag. og filmekspert Anne V. Gross, der arbejder som revisor for Nordisk Film, fører os gennem det hele med såvel seriøse historiske vinkler som sjove anekdoter – og selvfølgelig assistent af en mængde spændende filmklip.

Alle foredragene er i Biblioteksalen på Næstved Bibliotek på lørdage her i Forret kl. 13-15 og er inkludert kaffe og kage i prisen. Du kan købe alle 12 foredrag for 1000 kr eller de enkelt for 100 kr. For næstved betalede i Næstved er prisen 875 kr for alle 12 foredrag og 88 kr for de enkelt.

Køb billetter gennem AOP via hjemmesiden:

www.aop-næstved.dk
- Eller skriv til post@aop-næstved.dk
- Eller ring på: 26 40 42 10

27.02.2016 Fra smørbag til verdensomsejler	161-980	05.03.2016 Dreyer, alvorlig film og kernek	161-981
1995-1913	161-980	1914-1930	161-981
12.03.2016 Lyfilmen kommer til Danmark	161-962	1931-2016 Film noir og krimifilm	161-963
1900'erne	161-962	1900'erne	161-963
02.04.2016 Problemfilm og poetisk realisme	161-964	05.04.2016 Folkemusikens årti	161-965
1950'erne	161-964	1950'erne	161-965
23.04.2016 Nye problemer. Ungdom og købskab	161-966	20.04.2016 Den ny helte og sexvoldstrusl	161-967
1950'erne	161-966	1950'erne	161-967
07.05.2016 Under staterne vinger	161-968	14.05.2016 Gitter, børneliv og filmhistorier	161-969
1970'erne	161-968	20.05.2016 Ny dansk film. Hverdag, vold og noir.	161-971
1980'erne	161-970	2000-2015	161-972

Alle 12 foredrag i perioden 27.02.2016 – 20.05.2016 – tilsendingsnummer: 161-972
Fantastisk spændende foredrag med helt unik foredragsholder
Der serveres kaffe og kage midtvejs under foredragene...

Klik på billedet for nærmere info

Spændende tilbageblik - Foredrag om dansk filmhistorie 12 lørdage kl 13-15 på Næstved Bibliotek (foredragssalen, Kvægtorvet)

Levende fortællinger om en svunden tid og et gensyn med filmens helte...

Glemmer du – så husker jeg....

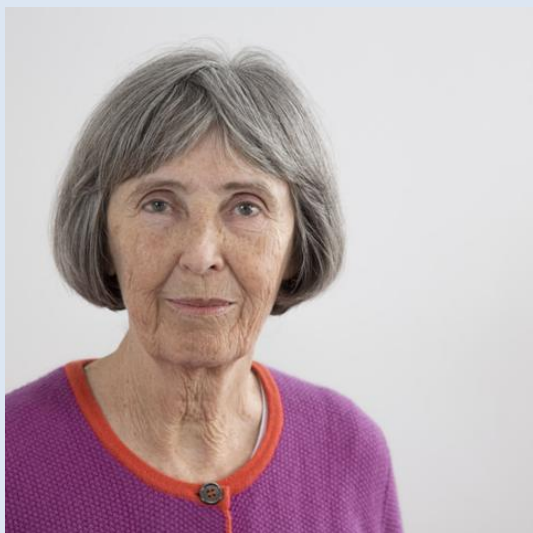
Kom og hør Anne Gross spændende fortællinger om den danske filmskat og om alle de personer der gjorde den levende

Myter og videnskab om Det sensitive personlighedstræk:

Foredrag v/ Psykolog Athina Delskov

Det sensitive personlighedstræk: Myter og videnskab for alle, der vil udskifte formodninger med en større viden

Foredrag af psykolog Athina Delskov
15-20 % af alle mennesker har det særligt sensitive personlighedstræk, det betyder, at de er født med et ekstra fintmærkende nervesystem, der tager flere indtryk ind og bearbejder dem dybere og mere nuanceret. Mange har efterhånden hørt lidt om det, og forstår det ud fra deres egen baggrund. Vi hører rigtig mange myter og en del misforståelser omkring de særligt sensitive. Det forstår vi godt. De særligt sensitive mennesker har jo altid været der, og nu bliver vi pludselig opfordret til at forholde os til dem. Vi kommer ind på forskellige myter og deres formodede baggrund. Foredraget synliggør den forskning, der har fundet sted og stadig foregår omkring det sensitive personlighedstræk. Vi sammenholder myter og forskning. Vi kommer i dybden med, hvad det sensitive personlighedstræk indebærer, og ser på, hvordan vi som enkeltpersoner og samfund kan forholde os til sensitiviteten. Der vil være plads til spørgsmål og dialog.



Torsdag den 11. februar kl. 19 – 21.30
Musikstalden, Grønnegade Kaserne
Hold nr. 161-900 Pris kr. 100,-



Søndags cafe

Musik og humor v/Steen Svanholm



I dette musikalske foredrag præsenterer og fremfører Steen Svanholm et bredt udvalg af humor i musik, som vitterligt kan komme til udtryk på mange måder lige fra sjofle smædesange til elegante sproglige finurligheder, ironi, satire og lune.

Steen Svanholm har selv skrevet og optrådt med sjove sange i 25 år, så han kender begrebet ud og ind, og der slipper sikkert også et par hans egne platheder ind i foredraget.

Der vil blive lejlighed til både at synge og grine med...

Søndag den 28. februar kl. 13-15
Birkebjergcentret – billetter købes ved indgangen
Pris kr. 50,- inkl. kaffe og kage

Kulturel Tirsdag

Kast fortøjningerne og tag med til Middelhavet v/Malene Wilken

Læn dig tilbage og tag med ned til sydens sol og varme.



Sådan lyder opfordringen fra forfatter Malene Wilken, der med sit populære foredrag tager publikum med på en rejse, der byder på smukke bugter, store naturoplevelser og masser af tid til at være sammen som familie.

Tirsdag den 9. februar kl. 13.30-15.30
Birkebjergcentret – billetter købes ved indgangen
Pris kr. 50,- inkl. kaffe og kage

Kom og dans dig glad!

Folkedanse fra forskellige lande

Dansen skaber glæde og fællesskab, og humøret løftes efter bare få minutters bevægelse til lystig musik.

Dansemotion har tydelig effekt, ikke bare på den fysiske tilstand, men også på det mentale velbefindende på længere sigt- således kan det virke positivt på stress og depression.

På kurset vil vi bl.a. danse skotske og nordiske folkedanse samt amerikansk squaredance. Der kræves ikke danseerfaring eller partner for at deltage.

Kom og få energierne ladet op i et fornøjeligt samvær som styrker både krop og sjæl.

Der kræves ingen særlige forudsætninger for at deltage.

Hold nr. 161-195
9 torsdage
Start: den 11. februar 2016 – kl 12.30-14.00
Sted: Musikstalden, Grønnegade , 4700 Næstved
Pris kr. 660,- (578,-)



Stærk bækkenbund og smidig krop

For bedre livskvalitet

Har du problemer med at holde på vandet, smerter i underlivet, eller følelsen af manglende kontrol, tilbydes du effektiv træning af hele kroppen med fokus på styrke af ryg, mave og bækkenbund.



Hold nr. 161-270
10 tirsdage
Start: den 23. februar 2016 – kl 18.00-19.30
Sted: Munkebo , 4700 Næstved

Vælg den rigtige motionsform

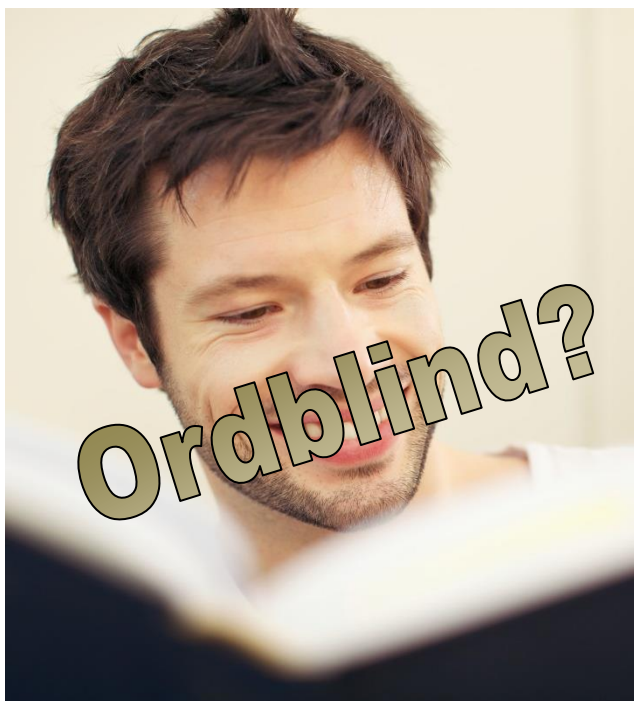
Hvis du overvejer at dyrke motion, men er i tvivl om hvilken motionsform der er den rette for dig, er du altid velkommen til at ringe og få en snak med vores træningsvejleder, sygeplejerske og ernæringsvejleder.

Kirsten Skov Nielsen på

Tlf.: 2169 4950

Busture – foredrag – kurser

www.aof-naestved.dk



Ordblindeundervisning i Næstved.

Undervisning dag og aften, når det passer dig.

Undervisning tæt på din bopæl / arbejdsplads.

Undervisningen er fuldstændig gratis.

Vil du vide mere kontakt.

AOF Næstved & Susålandet

Connie Skov Hansen 20 40 42 10
post@aof-naestved.dk

eller:

AOF Østsjælland

John Christensen 56 31 69 12
info@aof-oestsjælland.dk

[Klik her for flere oplysninger.](#)

Sådan bestiller du NÆSTVED-KORET til dit arrangement:

Ring eller mail i så god tid som overhovedet muligt og fortæl om dit ønske til formanden:

Marianne Muusmann Tlf. 55 70 03 17
e-mail: mk.muusmann@mail.dk

NY REJSEMULIGHED FOR ÆLDRE I NÆSTVED

Det kan snildt lade sig gøre at komme på rejse sydpå, selvom man er ældre. En ny type grupperejser sikrer, at der altid er jævnaldrende hjemmefra at dele oplevelser og minder med.

Blå himmel og duftende appelsiner er noget af det karakteristiske ved Mallorca og en ny brochure målrettet de ældre i Næstved kommune sender straks tankerne på solskinsrejse sydover. Brochuren omhandler en ny slags grupperejse for seniorer, og tilbuddet fra rejsebureauet Bella Mallorca gælder alle pensionister i Næstved kommune.

Der er fælles transport til og fra Kastrup, så der fra start til slut er gode rammer for at netværke på tværs. På vej til lufthavnen er der tid til at tale om forventningerne til rejsen. Og til sidst kan deltagerne så fordøje de sidste indtryk sammen, inden man returnerer med bussen til Næstved.

Det otte dages lange program er spækket med autentiske oplevelser og hyggeligt samvær for deltagerne. Læs mere om de enkelte dage i den nye brochure der nu ligger bl.a. på bibliotekerne og i Næstveds aktivitetscentre samt andre samlingssteder for pensionister.

Brochuren kan også downloades på rejsebureauets hjemmeside [Klik her](#)



Yderligere information: Bella Mallorca, att. Kim Thorsgaard – info@bellamallorca.dk – tlf. 2731 3705

Yderligere information:

AOF Næstved & Susålandet
2040 4210
www.aof-naestved.dk

Du kan altid framelde dig NYHEDSBREVET –
besvar blot denne mail og skriv **FRAMELD**



