

NORDLYS FESTIVALEN

29. JANUAR – 7. FEBRUAR 2026



**Velkommen til Nordlysfestivalen og
forestillingen Klubb Dagdrønn**

Tid: Lørdag 7. februar kl 17.00

Sted: Lillescenen, Tromsø Kulturhus

Varighet: 40 minutter

Kulturopplevelser skal være for alle, men i realiteten er det ikke alltid tilrettelagt slik at alle har mulighet til å delta. RELÆXTe konserter er åpne for alle, men er spesielt tilpasset barn, voksne og familier som kan finne det utfordrende å delta på ordinære konserter. Vi gjør en rekke tilpasninger både før og under arrangementet slik at du kan senke skuldrene og nyte opplevelsen.

Her kan du lese om hvordan det er å komme på RELÆXT forestilling med Dinosaus. Vi håper den kan gi deg svar på spørsmål du måtte ha i forbindelse med ditt besøk hos oss. Vi ser fram til å møte deg, og ønsker deg en hyggelig og avslappet konsertopplevelse hos oss.

Innhold visuell guide

side 3: Om forestillinga

side 5: Konsertens rammer.

side 6: Velkommen til Lillescenen, fra ankomst til avreise

Klubb Dagdrønn

Er du klar for en mølje av musikk, dans og moro? Dina Konradsen, Jo Einar Jansen og Tone Ingvaldsen, som står bak klubbkonseptet Folkemølje, har nå gleden av å invitere de yngste til en helt egen folkemusikkfest!

Klubb Dagdrønn åpner dørene til et magisk møte mellom tradisjon, musikk, dans og lek.

Velkommen til alle småtasser, danseløver og nysgjerrige sjeler. Foreldre, besteforeldre og barn i alle aldre er selvfølgelig hjertelig velkommen til å delta!

På Klubb Dagdrønn skaper vi bro mellom hverdag og historie, utforsker grensene mellom tradisjon og samtid, og danser og rister løs i samme slengen. Aldri danset folkedans før? Fortvil ikke: Tone er på gulvet og viser sine stiligste dansemoves, og det er lov å herme! Her er det fare for tullete dans, overraskende sanger og sprellende rytmer.

Musikerne Dina og Jo Einar spiller fletta av oss med en kombinasjon av levende felemusikk og DJ-bord. Her blir det heidundrende fremstillinger av tradisjonsmusikk i alle tenkelige former – fra jazzifiserte folketoner til tradisjonsmateriale i metal-ånd, joik i elektronisk drakt og tradisjonelt spill.

Her er vi som spiller og danser i Klubb Dagdrønn!



Dette er Tone. Tone danser og synger, og forteller barna hvordan de kan delta hvis de vil



Dette er Jo Einar. Han spiller fele og fløyte og danser.



Dette er Dina. Hun spiller laptop og danser.

Konsertens gang

I Klubb dagdrønn får du i publikum være med på dansen, og DJ Dina Conradsen og Jo Einar improviserer musikk og danser med. Det vil si at alle forestillingene er litt ulike.

Dette kan du forvente

Innslipp, åpning av arrangementet.

- Hermedans - Tone danser foran og alle som vil hermer etter henne. Jo Einar og Dina spiller musikk og danser med.
- Sang - Tone lærer barna en sangtekst. Alle som vil synger med.
- Lytting/Hallingfremvisning - Tone viser frem hallingdans og Jo Einar spiller seljefløyte.
- Dansestopp - Jo Einar og Dina spiller musikk og Dina stopper og starter musikken. - Her er det om å gjøre å stå i ro når det er stille.
- Avslutning - Vi sier takk for oss og gjentar sangen.
- Vi spiller en siste låt og inviterer til fridans og lek.

Triggerliste:

- Høy lyd (Konserten er laget for små barn)
- Blinkende lys - ikke strobelys, men lysene vil endre farge
- Dans - deltakere inviteres til å holde hender
- Det er mulig det blir litt tett, avhengig av hvor mange folk som kommer, og hvor mange som vil være med på dansegulvet.

Ellers:

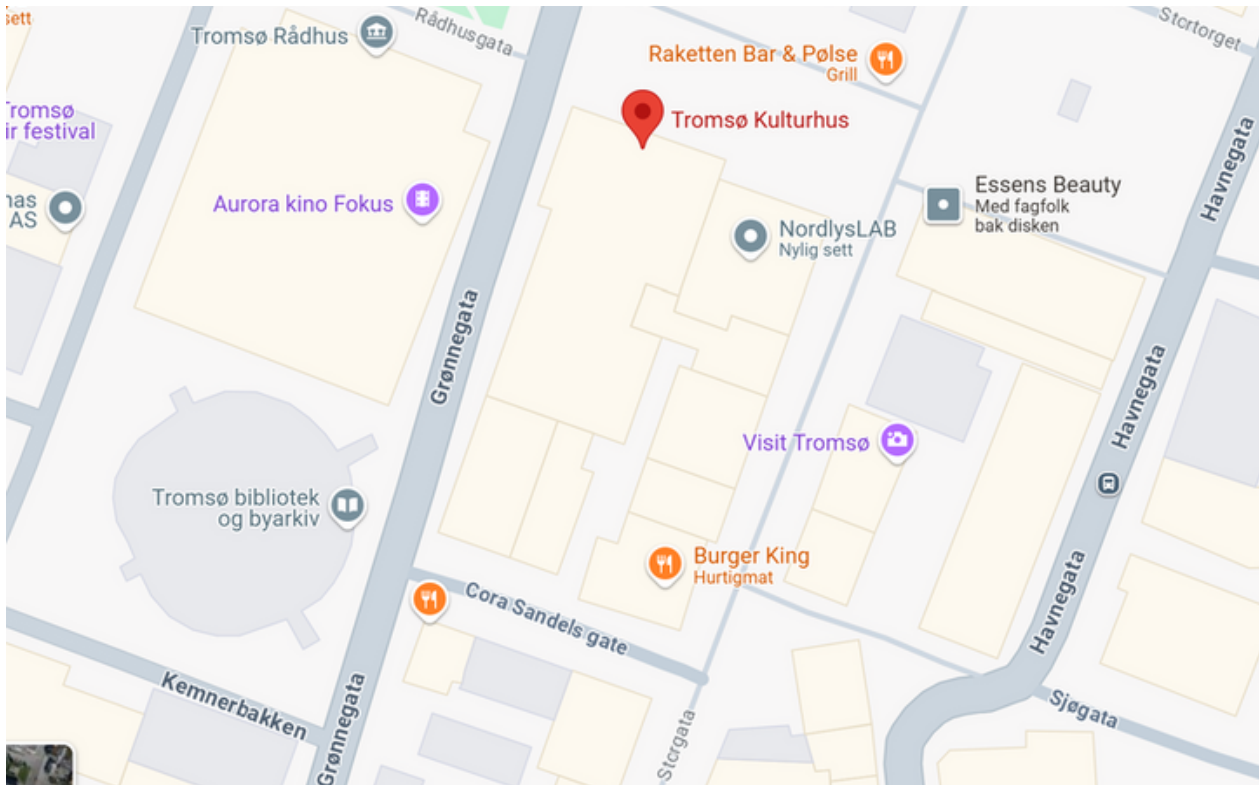
- Det blir ikke tildelt seter, og deltakere kan velge å sitte, stå eller danse hvor de vil.
- Vi kommer til å vurdere aktivitetene etter publikum, og vil prøve å ta hensyn etter beste evne.
- Vi gjør det vi kan for å tilpasse lydnivået. Hvis det blir for høyt, **ikke vær redd for å si ifra**, men si gjerne ifra til lydtekniker eller en av de som jobber med festivalen.
- Vi håper så mange som mulig vil være med på dansen, men det er selvfølgelig lov til å sitte eller stå og se og høre på.

Konsertens rammer

- Når du kommer til Kulturhuset venter du i forum til publikumsvertene er klar for å åpne dørene - de kommer og sier fra
- Når du er klar til å gå inn i salen finner du frem din billett så våre frivillige i døra kan scanne den.
- Under forestillingen kan du gå inn og ut av salen så mye du måtte ønske.
- Like utenfor salen (ved heisen) finner du en sofa du kan slå deg ned i, hit kan du gå ved behov. Disse områdene er tilgjengelig før, under og etter konserten, og vil være ordentlig oppmerket.
- Vi har verter inne i salen for å assistere og være behjelpelig med det dere måtte trenge.
- Når forestillingen starter vil lysene dempes og en fra Nordlysfestivalen komme opp og ønske velkommen. Det vil aldri bli helt mørkt.
- Vi bruker ikke scenerøyk eller strobebelysning.
- Når applausen er slutt slås lysene helt på igjen og det er på tide å dra. Du kan også være igjen og hilse på musikerne om du vil. For å dra benytter du deg av samme vei ut som inn.

Viktigst av alt RELÆXTE konserter er Hysj-fri sone. Under RELÆXTE konserter er det helt lov til både å snakke høyt, le, gråte, tikse og rope.

Velkommen til Kulturhuset



Adresse: Erling Bangsunds plass 1, 9008 Tromsø



Ankomst

Om du har anledning anbefaler vi å benytte kollektivtransport for å komme deg til Kulturhuset

Parkering:

Vi anbefaler å benytte parkeringstunellene i Fjellet P-hus

Inngang til sal:

Hovedinngangen til kulturhuset er via Erling bangsunds plass. Det er mulig å kjøre nært døra for av- og påstigning.

Tilrettelagt toalett:

I førsteetasje og underetasjen (samme etasje som Lillescenen)

Heis:

Ja

Velkommen til Lillescenen



Når du kommer til Kulturhuset vil du møte på våre frivillige. De har på seg en t-skjorte lik den Mali har på seg på bildet. Det er også de frivillige som hjelper deg med å finne dine plasser og scanner billetten din.

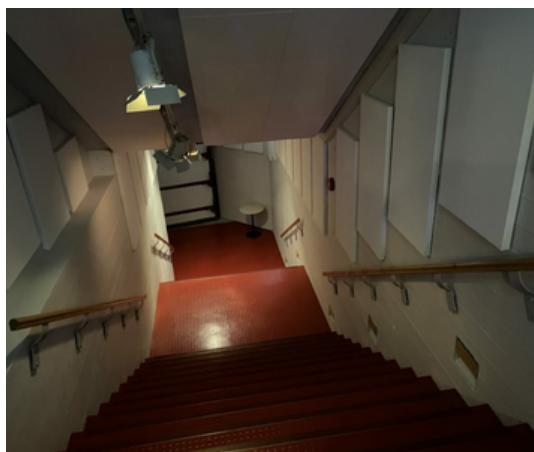
Rett frem når du kommer inn finner du Forum(foajee), her kan du vente til det er klart for å slippe inn i salen. Når det er klart for innslipp vil våre frivillige gi beskjed.



Det er to veier ned til Lillescenen

Husk å scanne billetten din hos de frivillige før du går til salen

Du kan velge mellom å ta trappa eller heisen. Heisen ligger forbi resepsjonen, og leder til en annen inngangsdør til salen. Her må du få hjelp fra en frivillig for å åpne døra.





Lillescenen er formet som et amfi med store trappetrinn rundt scenen. Scenen er rammet inn av sorte scenetepper.



På Lillescenen kan du velge mellom å sitte på puter eller på stol - og i dag er det veldig lov å danse med! Alle stolene er flyttbare og vi kan dermed tilpasse deres behov.

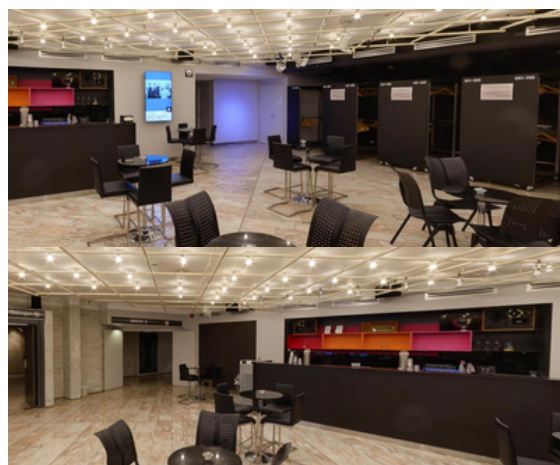


Stolene er lik de sorte på dette bildet. Det vil ikke møbeleres med bord.

Toaletter finner du både nede på Lillescenen og i Forum(foajeen)



Toaletter bakerst i salen



Toaletter i forum, til venstre og høyre for baren

Med dette ønsker vi deg hjertelig velkommen til festival!
Håper du får en god opplevelse hos oss.

Lurer du på noe rundt forestillingen?

Ta kontakt med Mali (mali@nordlysfestivalen.no) så kan hun hjelpe deg.

Fullt program for Nordlysfestivalen finner du på www.nordlysfestivalen.no/program

For nyheter om Relæxt-forestillinger, følg Relæxt på Facebook:

<https://www.facebook.com/relaext>

