

DAGLIGDAGEN

Kl. 06.30	Svømmebassinet åbner
Kl. 07.45	Morgenmad
Kl. 08.45	Morgensamling med morgengymnastik
Kl. 09.30	Undervisning
Kl. 12.00	Middag
Kl. 14.00	Undervisning
Kl. 15.00	Eftermiddagskaffe
Kl. 15.30	Undervisning
Kl. 18.00	Aftenbuffet
Kl. 19.30	Aftenarrangement med kaffe

MEDVIRKENDE

Astrid Skou Hansen, højskolelærer
Janni K. Østergaard, højskolelærer
Johanne K. Andersen, højskolelærer
Julietta Jensen, højskolelærer
Mette Hjuler Hansen, højskolelærer
Niels Bjørn Wied, viceforstander
Martin Ravn Hansen, tidl. højskolelærer

Jesper Vinther, højskoleforstander
og kursusleder

PRAKTISK INFO

TILMELDING

Skolens kontor: tlf. 97 89 10 11
Email: kontor@seniorhoejskolen.dk
Web: www.seniorhoejskolen.dk

KURSUSPRIS: 5.250,-

TILLÆG FOR ENKELTVÆRELSE 750,-

LIDT OM SENIORHØJSKOLEN

SeniorHøjskolen er folkehøjskole for aktive og nysgerrige seniorer. Vi har plads til 85 kursister. En stab på 20 faste medarbejdere og yderligere gæstelærere vil sørge for, at du får et godt og inspirerende ophold hos os.

VI HAR 4 TYPER VÆRELSE:

- Dobbeltværelse med eget bad/toilet og egen indgang.
- Enkeltværelser med eget bad/toilet. Man deler indgang med et andet enkeltværelse.
- Familiehuse, hvor der er plads til 3-4 personer, der tager sammen på højskole og kan være fælles om et badeværelse. Her er der stue, 2 enkeltværelser & 1 dobbeltværelse.
- Lejlighederne, hvor man kan bo på enkeltværelse med delt bad/toilet sammen med to andre og til dobbeltværelsespris.

SENIORHØJSKOLEN
N Ø R R E N I S S U M

Degneparken 22 . Nørre Nissum . 7620 Lemvig,
Tlf. 97 89 10 11 . www.seniorhoejskolen.dk

16. oktober 2025

Så syng da, Danmark

- på kryds og tværs i Højskolesangbogen

25. marts - 31. marts 2026

"SÅ SYNG DA,
DANMARK,
LAD
HJERTET
TALE"

"SÅ SYNG DA,
DANMARK,
LAD
HJERTET
TALE"

"SÅ SYNG DA,
DANMARK,
LAD
HJERTET
TALE"

11B

SENIORHØJSKOLEN
N Ø R R E N I S S U M



Så syng da, Danmark

- på kryds og tværs i Højskolesangbogen

OM KURSET

Er du glad for at synge og glad for fællessang og højskolesangbogen?

Så er denne uge lige noget for dig. Vi vil både synge de gamle, kendte sange, men også lære en stribe af de nye sange. Vi vil tale om bl.a. fællessangens historie, kvindernes revolution i den nye højskolesangbog og kigge efter pop- og jazzsange i højskolesangbogen.

Ud over Martin Ravn og Jesper Vinther som sangbogsværter, vil du også møde foredragsholdere og musikere, der er vilde med højskolesangbogen.

Endelig byder opholdet på ekskursion til kulturcenteret Tuskær, Lemvig Kirke og Vesterhavet - og to syng-med-koncerter: "Jazz i højskolesangbogen" med saxofonisten Kristian Kaaberbøl og "100 års danske ballader" med sangerinden Karen Grarup.

EKSKURSIONER

Vesterhavet & Tuskær, Kulinarisk Kunst- og Kulturcenter
Lemvig og Gjellerård

ARRANGEMENT

100 års danske ballader

UNDERVISER

Martin Ravn Jensen, tidl. højskolelærer

Medvirkende:	Jesper Vinther - JV	Astrid Skou Hansen - AH	Julietta Jensen - JJ
	Niels Bjørn Wied - NW	Janni K. Østergaard - JØ	Mette Hjuler Hansen - MH
		Johanne K. Andersen - JA	Martin Ravn Hansen - MR

PROGRAM

11B

Onsdag 25. marts

DAG 1

Kl. 13-14	Indkvartering
Kl. 14.00	Kursusstart med velkomst, personale-introduktion og kaffe
Kl. 15.00	Kursusintroduktion, introduktion til SeniorHøjskolen og omgivelserne samt byvandring v/MR & JV
Kl. 19.30	"Pip i låget - fugle og forårsfornemmelser" v/JJ

Torsdag 26. marts

DAG 2

Kl. 09.30	"Fællessangens historie" v/MR
Kl. 14.00	"De nye og uprøvede" v/MR
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Fredag 27. marts

DAG 3

Kl. 09.30	"Ønskesang i Højskolesangbogen" v/JV
Kl. 14.00	"Kvindernes revolution" v/ Anne Odgård
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Lørdag 28. marts

DAG 4

Kl. 09.30	Heldagsekskursion v/ MR - Tuskær; sange om hav og fjord - Lemvig kirke; nye salmer v/Lisbeth Filtenborg - Gjellerård; Thøger Larsen
Kl. 19.30	Spjæt og spræl - folkedans v/JJ

Søndag 29. marts

DAG 5

Kl. 09.00	"Pop i Højskolesangbogen" v/MR
Kl. 14.00	"Jazz i højskolesangbogen" v/ Kristian Kaaberbøl og JV
Kl. 19.30	"100 års danske ballader" med Karen Grarup, Kaaberbøl & Vinther

Mandag 30. marts

DAG 6

Kl. 09.30	"To generationer synger ud" v/ MR Besøg på Fenskær Efterskole, hvor vi skal synge sammen med efterskoleeleverne.
Kl. 14.00	"Er den blå ikke blot et blålys?" v/ Jesper Moesbøl
Kl. 18.00	Afslutningsmiddag - med efterfølgende syng-med-foredraget "Lune Larsen" v/ MR og JV

Tirsdag 31. marts

DAG 7

Kl. 07.45	Morgenmad
Kl. 08.45	Morgensang
Kl. 09.15	Afgang med bus til Struer Station

Ret til ændringer forbeholdes