

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

Kristian Tikjøb, tidl. højskolelærer
Astrid Skou Hansen, højskolelærer
Janni K. Østergaard, højskolelærer
Johanne K. Andersen, højskolelærer
Mette Hjuler Hansen, højskolelærer
Niels Bjørn Wied, viceforstander

Jesper Vinther, højskoleforstander

Julietta Jensen, højskolelærer
og kursusleder

PRAKTISK INFO

*HUSK - Vandresko/støvler, tøj til årstidens vind og vejr, siddeunderlag, samt evt. en kikkert. Vi går 4-5 km på ekskursionerne, i kuperet og ujævnt terræn, væk fra vej og sti. Uanset vejr og vind.
Tempo: 4-5 km i timen*

TILMELDING

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

KURSUSPRIS: 5.350,-
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

9. januar 2026

Fugle & fugletræk

- og fantastiske fuglelandskaber i Nord-og Vestjylland

8. april - 14. april 2026

12A



SENIORHØJSKOLEN
N Ø R R E N I S S U M



Fugle & fugletræk

- og fantastiske fuglelandskaber i Nord- og Vestjylland

HUSK

Vandresko/støvler,
tøj til årstidens
vind og vejr,
siddeunderlag,
samt evt. en kikkert.

Vi går 4-5 km på
ekskursionerne, i
kuperet og ujævnt
terræn, væk fra vej
og sti. Uanset vejr
og vind.

Tempo:
4-5 km i timen

OM KURSET

Et kursus fyldt med forunderlige og fantastiske fortællinger om fugle, og fuglenes landskaber, med ekskursioner rundt i Nord- og Vestjylland.

Der kræves ingen forudgående kendskab til fugle, men en god fysisk form, da vi skal gå 4-5 km ud og rundt på lokaliteterne.

Et højskolekursus sprængfyldt med naturoplevelser, fysisk aktivitet (vandreture 4-5 km), foredrag, fællesskab, sang og musik.

EKSKURSIONER

Vejlerne og Østerild Testcenter
Agger Tange, Lodbjerg Klitplantage, Nationalpark Thy
Klosterheden Plantage
Skjern enge

Skolens undervisere:	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	Kristian Tikjøb - KT

PROGRAM

12A

Onsdag 8. april

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/
Kl. 19.30	"Pip i låget - fugle og forårsfornemmelser" v/JJ

Torsdag 9. april

DAG 2

Kl. 09.30	Heldagsekskursion v/JJ - Agger Tange, Nationalpark Thy
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Fredag 10. april

DAG 3

Kl. 09.30	"Ønskesang i Højskolesangbogen" v/JV
Kl. 14.00	"Naturen under lup" - oplæg til morgenturen lørdag v/JJ
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Lørdag 11. april

DAG 4

Kl. 05.30	Morgentur i Klosterheden Plantage v/JJ
- 10.30	- med morgenmad i skoven
Kl. 14.00	"Fuglefri - fugle skildret i billedkunsten" v/KT
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Søndag 12. april

DAG 5

Kl. 08.30	Heldagsekskursion v/JJ - Vejlerne og Østerild Testcenter
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Mandag 13. april

DAG 6

Kl. 09.30	Heldagsekskursion v/JJ - Skjern Enge
Kl. 18.00	Afslutningsmiddag

Tirsdag 14. april

DAG 7

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