

## 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

Peder Laursen, gæstelærer  
Julie Jane Nissen, gæstelærer  
Henrik Adler, gæstelærer  
Kristian Tikjøb, gæstelærer  
Janni K. Østergaard, højskolelærer  
Astrid Skou Hansen, højskolelærer  
Julieta P. Jensen, højskolelærer  
Ole Jørgensen, højskolelærer  
Niels Bjørn Wied, højskolelærer  
Jesper Vinther, højskoleforstander  
og kursusleder

## PRAKTISK INFO

På dette 14-dages kursus holder vi også den årlige generalforsamling i skolekredsen. Det er torsdag 27. april.

På kurset skal du vælge 2 valgfag - 1 fra hver gruppe. Der vil være en udgift på max 250,- kr. på flere af valgfagene.

## TILMELDING

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

**KURSUSPRIS: 7.050,-**  
TILLÆG FOR ENKELTVÆRELSE 600,-  
SKOLEKREDSRABAT 700,-

## LIDT OM SENIORHØJSKOLEN

SeniorHøjskolen er folkehøjskole for aktive og nysgerrige seniorer. Vi har plads til 90 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 VÆRELSER:

- Dobbeltværelse med eget bad/toilet og egen indgang.
- Enkeltværelser med eget bad/toilet. Man deler indgang med et andet enkeltværelse.
- Familiehusene, hvor der er plads til 3-4 personer, der tager sammen på højskole og kan være fælles om et badeværelse. Her er der stue, to enkeltværelser og et 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 Nisum . 7620 Lemvig,  
Tlf. 97 89 10 11 . www.seniorhoejskolen.dk

4. april 2024

## "Blæsten går frisk..."

- 14 dages højskole med valgfag, fællesskab og ekskursioner

17. april - 30. april 2024

13



# SENIORHØJSKOLEN

N Ø R R E N I S S U M

# "Blæsten går frisk..."

- 14 dages højskole med valgfag, fællesskab og ekskursioner

## Velkommen til SeniorHøjskolen i Nørre Nisum

"Blæsten" er næsten en nationalsang for alle, der bor i Limfjordslandet - for blæsten går ofte frisk her i Vestjylland. Aprilvejr er også forårsvejr, solskinsvejr og ekskursioner i Bakkers og Bølgers Land. Og jo: Limfjord, vi elsker dit blå humør. Det kan man ikke lade være med, når man er på SeniorHøjskolen.

På valgfagene blæser en række interessante vinde, og der er noget for enhver smag. Du kan synge & vandre, komme i kunstværkstedet, tale og lære om danskernes tro, Ruslands skygge eller dansk rockmusik. Du kan komme ud at vandre 4-6 kilometer i kuperet terræn - uanset vejr og vind - eller besøge 10 museer på 5 dage.

Kurset byder på hele 4 temadage: "H. C. Andersens store Jyllandsrejse" og en anden med "Noget om fugle", hvor der er ekskursion til Geddal Strandenge, "Kina, Dragen vågner" med en historisk tour-de-force gennem Kinas historie samt "Søhøjlandet", hvor vi drager til både Moesgaard Museum, Gl. Rye og Klostermølle ved Mossø.

Kurset byder på flere koncerter: **Vestjysk Big Band** kommer og spiller swingende musik for os, Ole Jørgensen (sang) kommer sammen med Kristian Kaaberbøl (sax) og Jesper Vinther (klaver) og spiller "**Presley, Cole og Sinatra**" - og sidst, men ikke mindst, kommer **Mette Jakobsen Trio**.

Du skal vælge 2 af valgfagene til højre - 1 fra hver gruppe - og på den måde skræddersy dit helt eget højskoleophold. De ønskede valgfag oplyses ved tilmelding.

Velkommen til 14 dage fyldt med højskolestemning i et forårsklædt Vestjylland.

Ret til ændringer forbeholdes

## Valgfag 1 - vælg 1 af de 4

- NW: I Ruslands skygge
- OJ: Smurte stemmelæber & gode ben
- PL: Kulturekspeditioner
- JN: Papirets poetiske potentialer - med kul, pen og pensel

## Valgfag 2 - vælg 1 af de 4

- JØ: Hvad tror danskerne på?
- JJ: Naturvandring ved hav & fjord, 4-6 km
- AH: 10 museer på 5 dage
- HA: Dansk rockmusik fra 50'erne til 80'erne - den musik, der formede os

## EKSKURSIONER

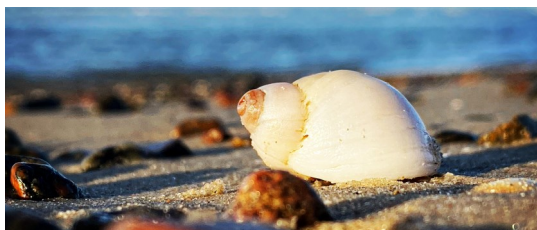
Vestkysten - Rammedige og Bovbjerg  
Søhøjlandet ved Gl. Rye  
Moesgaard Museum  
Geddal Strandenge  
Klostermølle

## ARRANGEMENT

Teaterkredsen Limfjorden  
Presley, Cole og Sinatra  
Mette Jakobsen Trio  
Vestjysk Big Band

## SKOLEKREDSTILBUD

Rabat til skolekredsmedlemmer 700 kr.  
Skolekredsens generalforsamling er 25. april 2024



**Medvirkende:** Jesper Vinther - JV  
Niels Bjørn Wied - NW  
Astrid Skou Hansen - AH  
Julietta P. Jensen - JJ  
Ole Jørgensen - OJ  
Janni Østergaard - JØ  
Peder Laursen - PL  
Julie Jane Nissen - JN  
Henrik Adler - HA  
Kristian Tikjøb - KT  
Erik Sommer - ES

## UGE 1

### Onsdag 17. april DAG 1

Kl. 13-14 Indkvartering  
Kl. 14.00 Fælles kursusstart med velkomst, personaleintroduktion og kaffe  
Kl. 15.00 Kursusintroduktion, introduktion til SeniorHøjskolen og omgivelserne v/JV  
Kl. 19.30 "Med Kess & detektor" v/PL

### Torsdag 18. april DAG 2

Kl. 09.30 Valgfag 1  
Kl. 14.00 Valgfag 2  
Kl. 19.30 "Det begynder at blive koldt om fødderne" v/Teaterkredsen

### Fredag 19. april DAG 3

Kl. 09.30 Valgfag 1  
Kl. 14.00 Valgfag 2  
Kl. 19.30 Aftenarrangement

### Lørdag 20. april DAG 4

**TEMADAG - Søhøjlandet & Moesgaard v/NW**  
Kl. 08.45 **Heldagsekspursion**  
- Søhøjlandet ved Gl. Rye  
- Moesgaard Museum  
- Klostermølle ved Mossø  
Kl. 19.30 Aftenarrangement

### Søndag 21. april DAG 5

**TEMADAG - Kina, dragen vågner v/NW**  
Kl. 09.30 "Dragen vågner - en historisk tour-de-force gennem Kinas historie"  
Kl. 14.00 "Fra de 100 års ydmygelser til spirende supermagt"  
Kl. 19.30 Aftenarrangement

### Mandag 22. april DAG 6

Kl. 09.30 "Rundt i Højskolesangbogen" v/ES  
Kl. 14.00 Valgfag 2  
Kl. 19.30 Aftenarrangement

### Tirsdag 23. april DAG 7

Kl. 09.30 Valgfag 1  
Kl. 14.00 Valgfag 1  
Kl. 19.30 Koncert med Vestjysk Big Band

## UGE 2

13

### Onsdag 24. april DAG 8

**TEMADAG - Noget om fugle v/KT**  
Kl. 09.30 "Noget om fugle"  
Kl. 14.00 **Ekskursion ud i det vestjyske fuglelandskab**  
Kl. 19.30 "Livets gang i Lidenlund" v/KT

### Torsdag 25. april DAG 9

Kl. 09.30 Valgfag 1  
Kl. 13.30 Fri - mulighed for bus til Lemvig  
Kl. 16.00 **SKOLEKREDSMØDE**  
Kl. 19.30 "Cole, Presley & Sinatra" v/OJ & JV

### Fredag 26. april DAG 10

Kl. 09.30 Valgfag 2  
Kl. 14.00 Valgfag 2  
Kl. 19.30 Aftenarrangement

### Lørdag 27. april DAG 11

**TEMADAGE**  
- H.C. Andersen og den store Jyllandsrejse v/JØ  
Kl. 09.30 "H.C. Andersen og den store Jyllandsrejse i 1859"  
Kl. 14.00 **Ekskursion**  
- Vestkysten i H.C. Andersens fodspor  
Kl. 19.30 Aftenarrangement

### Søndag 28. april DAG 12

Kl. 09.30 "Hvad kan vi lære af H.C. Andersens eventyr?" v/JØ  
Kl. 14.00 **Koncert med Mette Jakobsen Trio**  
Kl. 19.30 Aftenarrangement

### Mandag 29. april DAG 13

Kl. 09.30 Valgfag 1  
Kl. 14.00 Valgfag 2  
Kl. 18.00 Afslutningsmiddag

### Tirsdag 30. april DAG 14

Kl. 07.45 Morgenmad  
Kl. 08.45 Fælles morgensang  
Kl. 09.25 Bus til Struer Station