

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. 13.30/14.00	Ekskursion/Undervisning
Kl. 15.00	Eftermiddagskaffe
Kl. 15.30	Undervisning
Kl. 18.00	Aftenbuffet
Kl. 19.30	Aftenarrangement med kaffe

MEDVIRKENDE

Martin Ravn, gæstelærer
Gitte Bitsch, gæstelærer
Kristian Tikjøb, gæstelærer
Peder Laursen, gæstelærer
Per Odgaard, gæstelærer
Astrid Skou Hansen, højskolelærer
Janni K. Østergaard, højskolelærer
Johanne K. Andersen, højskolelærer
Julieta Jensen, højskolelærer
Mette Hjuler Hansen, højskolelærer
Niels Bjørn Wied, viceforstander
Jesper Vinther, højskoleforstander

PRAKTISK INFO

SKOLEKREDSTILBUD

Rabat til Skolekredsmedlemmer 700 kr.
Skolekredsens generalforsamling er
22.april 2027

TILMELDING

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

KURSUSPRIS: 9.150,-

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 3 TYPER VÆRELSE:

- Dobbeltværelse med eget bad/toilet og egen indgang.
- Enkeltværelser med eget bad/toilet. Man deler indgang med et andet enkeltværelse.
- Lejligheder i grundplan med fælles køkkenalrum. I lejlighederne kan man bo på enkeltværelse med delt bad/toilet og - man er kun to, der deles om samme bad/toilet. Her er også et dobbeltværelse med eget bad/toilet.

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

20. august 2026

”Blæsten går frisk”

- 14 dage med valgfag, fællesskab & ekskursioner

21. april - 4. maj 2027

15



SENIORHØJSKOLEN
N Ø R R E N I S S U M

"Blæsten går frisk"

- 14 dage med valgfag, fællesskab & ekskursjoner

Velkommen til SeniorHøjskolen i Nørre Nisum

Vi vil gerne byde dig indenfor på SeniorHøjskolen til et skønt forår. Mange af os kan nynne med på "Blæsten går frisk over Limfjordens vande". Og blæsten går ofte frisk i Vestjylland, giver vind i håret, ny energi og friske kinder.

På VALGFAGENE møder du højskolens lærere: Om formiddagen finder Janni forskellige sangbøger frem, Gitte er klar med meditation og vejrtrækningsøvelser, Mette tager dig med på opdagelse i kunsthistorien og Kristian åbner krea-lokalet op til blandt andet akvarel og kultegning. Om eftermiddagen vil Julle tage dig med på naturvandringer ad kuperede stier ved hav og fjord, Martin inviterer ind i visernes verden og fortæller om Benny, Halfdan og Frank, Peder er som sædvanlig fyldt med gode historier om den lokale natur og kultur og Per finder kendte musikværker frem og klæder dig på til klassisk

Der vil være flere TEMADAGE - blandt andet om "Vikingernes Vestjylland" - og en anden dag handler det om "Naturens magi - årstidens små og store mirakler". Højskolen bliver også besøgt af Teaterkredsen, der opfører forestillingen "Heksejagt", der handler om heksejægeren fra Rugaard. Endelig bliver der flere koncerter: Sangerinden Karen Grarup kommer og fortolker nogle af Ella Fitzgerald jazzklassikere og vores "saxofonist" Kristian Kaaberbøl, som vil spille og fortælle om Bent Fabricius-Bjerre.

Højskolens køkken byder på velsmagende og veltillavede retter, der ofte er kendte og klassiske retter i ny forklædning. God appetit og velkommen til gode smagsoplevelser.

På kurset vælger du også 2 af valgfagene nedenfor - 1 fra hver gruppe - og på denne måde skræddersyr du dit helt eget højskoleophold. De ønskede valgfag oplyses ved tilmelding.

Valgfag 1 - vælg 1 af de 4

- JØ: Syng sangbogen
MH: På opdagelse i Kunsthistorien
GB: Luft til livet
KT: Kreativt værksted - akvarel, farvekridt & blyant

Valgfag 2 - vælg 1 af de 4

- JJ: Vandreture i vidunderlige Vestjylland, 4-6 km
MR: Benny, Halfdan og Frank - poeter til tiden
PL: Fortællinger mellem hav & fjord
PO: Klædt på til klassisk

EKSKURSIONER

Klosterheden Plantage
Stubbergaard Sø og Klosterruin, Mosestien
Vejlerne, Nordeuropas største fuglereservat
Bulbjerg Fuglefjeld

TEMADAGE

Naturen magi
Velkommen i det grønne
Vikingernes Vestjylland

ARRANGEMENT

- Heksejagt ved Teaterkredsen
• Koncert med Grarup & Vinther
• Koncertforedrag: Tanker fra tangenterne

Ret til ændringer forbeholdes

Medvirkende:	Jesper Vinther - JV	Johanne K. Andersen - JA	Gitte Bitsch - GB
	Niels Bjørn Wied - NW	Julietta Jensen - JJ	Kristian Tikjøb - KT
	Astrid Skou Hansen - AH	Mette Hjuler Hansen - MH	Peder Laursen - PL
	Janni K. Østergaard - JØ	Martin Ravn - MR	Per Odgaard - PO

UGE 1

Onsdag 21. 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
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Torsdag 22. april DAG 2

Kl. 09.30	"Lemvig - Lidenlund og andre fortællinger" v/MR
Kl. 13.30	Ekskursion - Hotel Lidenlund v/MR
Kl. 16.00	Generalforsamling
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Freitag 23. april DAG 3

Kl. 09.30	Valgfag 1
Kl. 13.30/14	Valgfag 2
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Lørdag 24. april DAG 4

TEMADAG - Naturens magi v/JJ	
Kl. 09.30	"Årstidens små og store mirakler"
Kl. 13.30	Ekskursion - Stubbergaard Sø & Klosterruin
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Søndag 25. april DAG 5

TEMADAG - Naturens magi v/JJ	
Kl. 09.00	Heldagsekskursion - Vejlerne, Nordeuropas største fuglereservat - Bulbjerg Fuglefjeld
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Mandag 26. april DAG 6

Kl. 09.30	Valgfag 1
Kl. 13.30/14	Valgfag 2
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Tirsdag 27. april DAG 7

Kl. 09.30	Valgfag 1
Kl. 13.30/14	Valgfag 1
Kl. 19.30	Aftenarrangement

UGE 2

15

Onsdag 28. april DAG 8

Kl. 09.30	Valgfag 1
Kl. 13.30/14	Valgfag 2
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Torsdag 29. april DAG 9

Kl. 09.30	Valgfag 2
Kl. 13.30/14	Valgfag 2
Kl. 19.30	"Heksejagt" v/Teaterkredsen Limfjorden

Freitag 30. april DAG 10

Kl. 09.30	Valgfag 1
Kl. 13.30/14	Valgfag 2
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Lørdag 1. maj DAG 11

TEMADAG - Vikingernes Vestjylland v/AH	
Kl. 09.30	"Vikingernes verden"
Kl. 14.00	"Hvad hånden former"
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Søndag 2. maj DAG 12

TEMADAG - Velkommen i det grønne v/AH	
Kl. 09.30	"Ukrudt"
Kl. 14.00	Ekskursion ud i det grønne - Klosterheden Plantage
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Mandag 3. maj DAG 13

Kl. 09.30	"Foredrag og fællessang" v/NW & JV
Kl. 14.00	
Kl. 18.00	Afslutningsmiddag

Tirsdag 4. maj DAG 14

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