

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

Maja Lucas, forfatter & underviser

Jesper Vinther, højskoleforstander
og kursusleder

PRAKTISK INFO

TILMELDING

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

KURSUSPRIS: 5.450,-

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

Vandring & skrivning

- skriveglæde i naturen, 4-6 km/dag

13. maj - 19. maj 2026

16C

SENIORHØJSKOLEN
N Ø R R E N I S S U M



Vandring & skrivning

- skriveglæde i naturen, 4-6 km/dag

OM KURSET

Naturen gør dig kreativ! Det vidste de engelske romantikere, der skrev deres digte på vandreture. Det vidste også Rousseau, Hamsun og mange andre store forfattere. På dette kursus går vi dem i bedene og kombinerer skønlitterær skrivning med vandring. Vi skriver om det, vi oplever udendørs, og lader naturen hjælpe os med at udforske sproget.

Kurset veksler mellem oplæg, skriveøvelser og vandringer. Undervisningen foregår både på højskolen og i naturen. Vi diskuterer litterære greb og genrer, og vi lytter til hinandens tekster. Vi taler bl.a. om sansninger, plot, billedsprog og undertekst. Det er ikke en forudsætning, at du har skrevet før. Gåpåmod er alt nok.

Underviseren er skønlitterær forfatter Maja Lucas.
Desuden får vi besøg af forfatter Jens Smærup Sørensen, som vil fortælle om sin skriveproces.

EKSKURSION

Vesterhavet & Ferring Sø
Klosterheden Plantage
Dollerup Bakker

FOREDRAGSHOLDER

Jens Smærup Sørensen, forfatter

UNDERVISER

Maja Lucas, forfatter og Ph.d.

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	Maja Lucas - ML

PROGRAM		16C
Onsdag 13. maj		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/ML	
Kl. 19.30	Aftenarrangement	
Torsdag 14. maj		DAG 2
Kl. 09.30	"Kreativitet og skrivestrategier" v/ML	
Kl. 14.00	"Ønskesang fra Højskolesangbogen" v/JV	
Kl. 19.30	Aftenarrangement	
Fredag 15. maj		DAG 3
Kl. 09.30	"Hjælp fra hvalen - berettermodellen og plot" v/ML	
Kl. 13.30	EKSKURSION v/ML - Vesterhavet	
Kl. 19.30	Aftenarrangement	
Lørdag 16. maj		DAG 4
Kl. 09.30	HELDAGSEKSKURSION v/ML - Dollerup Bakke - Sansning og billedsprog	
Kl. 19.30	Aftenarrangement	
Søndag 17. maj		DAG 5
Kl. 09.30	"Undertekst" v/ML	
Kl. 14.00	Jens Smærup Sørensen om sin skriveproces	
Kl. 19.30	Aftenarrangement	
Mandag 18. maj		DAG 6
Kl. 09.30	Less is more" v/ML	
Kl. 13.30	EKSKURSION v/ML - Klosterheden	
Kl. 18.00	Afslutningsmiddag	
Tirsdag 19. maj		DAG 7
Kl. 07.45	Morgenmad	
Kl. 08.45	Morgensang	
Kl. 09.15	Afgang med bus til Struer Station	

Ret til ændringer forbeholdes