

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

Jesper Vinther, højskoleforstander
og kursusleder

PRAKTISK INFO

TILMELDING

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

KURSUSPRIS: 5.150,-
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 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

Højskolesang for fuld musik

- syng med Sommer og Vinther

7. januar - 13. januar 2026

1A



SENIORHØJSKOLEN
N Ø R R E N I S S U M



Højskolesang for fuld musik

- syng med Sommer og Vinther

OM KURSET

Vi starter året op med et forrygende fællessangkursus, hvor vi sammen med Erik Sommer og Jesper Vinther vil dykke ned i højskolesangbogen og synge alle de sange, som vi allerede kender – men også lære nogle af de nye højskolesange. En eftermiddag vil vi være sammen med Ole Jørgensen om sangglæde og sangteknik. Weekenden vil blive helt særlig, da der kommer band på til fællessangen. Her vil det være kursisterne, der bestemmer, hvad vi skal synge. Vi kalder det for ”De ønsker – vi spiller – alle synger”. Ugen inviterer også ind til morgensamlinger, foredrag, folkedans, latindans og to syng-med-koncerter: ”100 års danske ballader” med sangerinden Karen Grarup – og ”Swingcafé & Saxhits” med saxofonisten Kristian Kaaberbøl. Ugen afsluttes med en temadag sammen med Kristian Tikjøb, hvor vi skal høre om ”Kunst & natur i Vestjylland” og på ekskursion til Vesterhavet.

EKSKURSION

Vesterhavet

ARRANGEMENT

100 års danske ballader med Karen Grarup & Jesper Vinther

UNDERVISERE

Erik Sommer, komponist og tidl. højskoleforstander
Ole Jørgensen, korleder og tidl. højskolelærer
Jesper Vinther, jazzmusiker og højskoleforstander

Medvirkende:	Jesper Vinther - JV Niels Bjørn Wied - NW Astrid Skou Hansen - AH	Janni K. Østergaard - JØ Johanne K. Andersen - JA Julieta Jensen - JJ	Mette Hjuler Hansen - MH Erik Sommer - ES Ole Jørgensen - OJ
---------------------	---	---	--

PROGRAM

1A

Onsdag 7. januar

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	”Latindansrne” v/ JA

Torsdag 8. januar

DAG 2

Kl. 09.30	”Syng sammen med Sommer” v/ ES
Kl. 14.00	”Fra komponistens og musikkens værksted og historie” v/ ES
Kl. 19.30	Spjæt & spræl - folkedans v/ JJ

Fredag 9. januar

DAG 3

Kl. 09.30	”Sange fra højskolesangbogen - den, der synger, er aldrig alene” v/ ES
Kl. 14.00	”Vi synger med de stemmer vi har – sangglæde og sangteknik” v/ OJ
Kl. 19.30	”100 års danske ballader” med Karen Grarup & Jesper Vinther

Lørdag 10. januar

DAG 4

Kl. 09.30	”Jazz i højskolesangbogen v/ JV og KK
Kl. 14.00	”De ønsker - vi spiller - alle synger - Fællessang med band 1” v/ JV
Kl. 19.30	Swingcafé og saxhits med Kaaberbøl & Vinther

Søndag 11. januar

DAG 5

Kl. 09.30	”De ønsker - vi spiller - alle synger - Fællessang med band 2” v/ JV
Kl. 14.00	”De ønsker - vi spiller - alle synger - Fællessang med band 3” v/ JV
Kl. 19.30	”Nye veje - om livets skift, vaner og nye begyndelser” v/ JA

Mandag 12. januar - TEMADAG ”KUNST & NATUR”

DAG 6

Kl. 09.30	”Kunst & natur ” v/ KT
Kl. 14.00	Ekskursion v/ KT - Vestjylland & Vesterhavet
Kl. 18.00	Afslutningsmiddag

Tirsdag 13. januar

DAG 7

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

Ret til ændringer forbeholdes