

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
Julietta Jensen, højskolelærer
Mette Hjuler Hansen, højskolelærer
Niels Bjørn Wied, viceforstander

Jesper Vinther, højskoleforstander

Johanne K. Andersen, højskolelærer
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

Strik

- kreativitet, eksperimenter og fællesskab

7. januar - 13. januar 2026

1B

SENIORHØJSKOLEN
N Ø R R E N I S S U M



Strik

- kreativitet, eksperimenter og fællesskab

OM KURSET

Velkommen til en uge dedikeret til strik!

Vi skal eksperimentere, lege og prøve nye teknikker af - og dette skal vi gøre i hyggeligt samvær med hinanden. I løbet af ugen skal vi lege med garnrester, farvesammensætninger, mønstre, tofarvet patent og plantefarvning af garn. Torsdag eftermiddag besøger vi strikdesigner Lotte Kjærs værksted, og lørdag prøver vi selv at farve garn ved hjælp af planter, hvor Astrid kommer og underviser os.

Ugen skydes i gang med en fælles opgave, men derudover er de forskellige workshops i løbet af ugen frivillige, hvor du selv kan vælge, hvad du ønsker at fordybe dig i.
I løbet af ugen laver vi også lidt stole- og håndyoga.

Alle kan deltage i kurset, men det er en fordel, hvis du har haft strikkepinde i hænderne før.

På skolen har vi et udvalg af restegarn, du kan benytte dig af. Ønsker du at strikke i en bestemt kvalitet så medbring det gerne. Det er ligeledes muligt at købe garn hos Lotte Kjær.

EKSKURSION

Lotte Kjærs værksted i Holstebro

GÆSTEUNDERVISER

Astrid Skou Hansen

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

PROGRAM

1B

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 v/JA
Kl. 19.30	"Latindans" v/ JA

Torsdag 8. januar

DAG 2

Kl. 09.30	"Det gemte guld - lær at bruge dine garnrester" samt fælles opgave v/JA
Kl. 13.00	Ekskursion til Lotte Kjærs værksted i Holstebro
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	"Farver og mønstre" samt workshop i Fair Isle v/JA
Kl. 19.30	"100 års danske ballader" med Karen Grarup & Jesper Vinther

Lørdag 10. januar

DAG 4

Kl. 09.30	Strikkeværksted v/JA
Kl. 13.30	Workshop i plantefarvning v/AH
Kl. 19.30	Swingcafé og saxhits med Kaaberbøl & Vinther

Søndag 11. januar

DAG 5

Kl. 09.30	Oplæg og workshop "Tofarvet patent" v/JA
Kl. 14.00	Strikkeværksted v/JA
Kl. 19.30	"Nye veje - om livets skift, vaner og nye begyndelser" v/ JA

Mandag 12. januar

DAG 6

Kl. 09.30	"Craft-psykologi" samt strikkeværksted v/JA
Kl. 14.00	Strikkeværksted v/JA
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