

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

Kristian Tikjøb, gæstelærer
Gitte Bitsch, gæstelærer
Henrik Adler, gæstelærer
Jette Christensen, gæstelærer
Peder Laursen, gæstelærer
Knud Sørensen, gæstelærer
Astrid Skou Hansen, højskolelærer
Johanne K. Andersen, højskolelærer
Julieta Jensen, højskolelærer
Mette Hjuler Hansen
Niels Bjørn Wied, viceforstander
Jesper Vinther, højskoleforstander

PRAKTISK INFO

TILMELDING

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

KURSUSPRIS: 7.650,-

TILLÆG FOR ENKELTVÆRELSE 600,-

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, to enkeltværelser & 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 Nissum . 7620 Lemvig,
Tlf. 97 89 10 11 . www.seniorhoejskolen.dk

23. juni 2025

Lyset slår blink...

- 14 dage på højskole med valgfag, fællesskab og ekskursioner

27. august - 9. september 2025

29

SENIORHØJSKOLEN
N Ø R R E N I S S U M

Lyset slår blink...

- 14 dage på højskole med valgfag, fællesskab og ekskursioner

Velkommen til SeniorHøjskolen i Nørre Nisum

Vestjylland har en nærmest magisk natur, der plejer at vise sig fra den smukkeste side om sensommeren. Vestjylland er også et levende kulturlandskab med fortællinger om de mennesker og miljøer, som har præget egnen gennem historien. Vesterhavet og Limfjorden har sat sine spor i natur, kultur og mennesker. Vi skal opleve noget af denne fine stemning på dette 14-dagskursus, og måske få at se, hvordan lyset slår blink over Limfjordens vande. Her hos os i Vestjylland er der et særligt samspil mellem vejret, lyset og vandet - som sætter liv i mennesker og natur.

På kurset skal du vælge mellem en række valgfag, hvor der både er noget for hovedet, benene, hjertet og ørerne. Du bestemmer selv, hvilken kropsdel du helst vil sætte i bevægelse. Henrik har valgfag om populærmusik fra 50'erne til 80'erne og Niels har et om vores nye verdensorden. Vil du gerne ud at gå, se og lære sammen med Knud, så tager han dig med ud i det blå. Peder inviterer til kulturekspeditioner, hvor du skal møde interessante steder og mennesker. Du kan desværre ikke nå at være med til det hele - men skal vælge 2 valgfag.

Vi har planlagt spændende temadage: I skal med på **H. C. Andersens store Jyllandsrejse**. Niels laver en **status over en verden i opbrud** og Kristian laver en hel dag om **dansk filmhistorie** som slutes af med, at vi synger en række af de kendte sange fra 100 års dansk filmhistorie.

Køkkenet byder som sædvanlig på spændende mad, der ofte er kendte retter, som så får et lille twist. Måltidet er en vigtig del af et højskoleophold. Derfor gør personalet sig umage med at få maden til at smage og præsentere sig på bedste vis. Sensommeren er fyldt med spændende råvarer, og køkkenet vil på kurset tilberede en række

måltider, der er årstidsnære. Der vil blive pyntet op i anledningen af høsten. Et par dage vil I få vegetarmad fyldt med årstiden gode grøntsager, og en anden vil der være hyggeaften med gode oste fra Thise.

På kurset vælger du også 2 af valfagene 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 3

- NW: Vores nye verdensorden
- HA: Musikken, der formede os - populærmusik fra 50'erne til 80'erne
- JC: I Danmark er æ føj, der hår æ jæv'

Valgfag 2 - vælg 1 af de 3

- KT & MH: Strejftog i kunsthistorien
- PL: Kulturekspeditioner
- KS: Ud i det blå, 4-6 km

EKSKURSIONER

Vesterhavet
Trans

TEMADAGE

H. C. Andersens Store Jyllandsrejse
Status over en verden i opbrud
Dansk filmhistorie

ARRANGEMENTER

100 års danske ballader
Vi synger med Kaaberbøl & Vinther
Koncert med Vestjysk Big Band

Medvirkende:	Jesper Vinther - JV	Julietta Jensen - JJ	Peder Laursen - PL
	Niels Bjørn Wied - NW	Mette Hjuler Hansen - MH	Knud Sørensen - KS
	Astrid Skou Hansen - AH	Henrik Adler - HA	Gitte Bitsch - GB
	Johanne K. Andersen - JA	Jette Christensen, JC	Kristian Tikjøb - KT

UGE 1

Onsdag 27. august

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	"Aftensange - om aftensang" v/ PO

Torsdag 28. august

DAG 2

KL. 09.30	Valgfag 1
KL. 14.00	Valgfag 2
KL. 19.30	"Dans for krop, hjerte & hjerne" v/ JA

Fredeg 29. august

DAG 3

KL. 09.30	Valgfag 1
KL. 14.00	Valgfag 2
KL. 19.30	"Ansigt til ansigt med Egtved-pigen" v/ AH

Lørdag 30. august

DAG 4

KL. 09.30	"Kunstnere ved hav & fjord" v/KT
KL. 13.30	Ekskursion v/KT
	- Bovbjerg Fyr
KL. 19.30	"Royale billeder" v/ KT

Søndag 31. august

DAG 5

TEMADAG	H.C. ANDERSENS STORE JYLLANDSREJSE
KL. 09.30	"H.C. Andersen og den store Jyllandsrejse i 1859" v/Anne Hindkær
KL. 14.00	Ekskursion v/AG
	- Trans & Vesterhavet
KL. 19.30	"Fossiler, mufloner og den farlige Færgemand" v/ PL

Mandag 1. september

DAG 6

KL. 09.30	Valgfag 1
KL. 14.00	Valgfag 2
KL. 19.30	Aftenarrangement v/ MH

Tirsdag 2. september

DAG 7

KL. 09.30	Valgfag 1
KL. 14.00	Valgfag 1
KL. 19.30	Koncert med Vestjysk Bigband v/JV

UGE 2

Onsdag 3. september

KL. 09.30	"Mental sundhed nu - en sag, der kræver omtanke" v/GB
KL. 14.00	Ekskursion til Hotel Lidenlund og bytur i Gantriis' fodspor v/GB
KL. 19.30	"Dancing in the street" v/ HA

Torsdag 4. september

DAG 9

KL. 09.30	Valgfag 2
KL. 14.00	Valgfag 2
KL. 19.30	Ølsmagning v/ NW

Fredeg 5. september

DAG 10

KL. 09.30	Valgfag 1
KL. 14.00	Valgfag 2
KL. 19.30	"100 års danske ballader" v/Karen Grarup & Jesper Vinther

Lørdag 6. september

DAG 11

TEMADAG	EN VERDEN I OPBRUD
	v/NW
KL. 09.30	"Det amerikanske skæbnevalg"
KL. 14.00	"Storbritannien efter Brexit"
KL. 19.30	Aftenarrangement v/ GB

Søndag 7. september

DAG 12

TEMADAG	DANSK FILMHISTORIE
	v/Kristian Kaaberbøl
KL. 09.30	"Nedslag i dansk filmhistorie fra 1910 til i dag"
KL. 14.00	"Danske litterære filmatiseringer"
KL. 19.30	"Filmmelodier, som vi kan synge med på" Vinther & Kaaberbøl

Mandag 8. september

DAG 13

KL. 09.30	"Højskolesangbogen for fuld musik" v/Martin Ravn & JV
KL. 14.00	"Højskolesangbogen for fuld musik" v/Martin Ravn & JV
KL. 18.00	Afslutningsmiddag

Tirsdag 9. september

DAG 14

KL. 07.45	Morgenmad
KL. 08.45	Fælles morgensang
KL. 09.15	Bus til Struer Station

29