

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	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
Julieta Jensen, højskolelærer
Mette Hjuler Hansen, højskolelærer
Niels Bjørn Wied, viceforstander
Henrik Adler, gæstelærer
Jette Gøjsen Christensen, gæstelærer
Martin Ravn, gæstelærer
Peder Laursen, gæstelærer
Jesper Vinther, højskoleforstander
og kursusleder

PRAKTISK INFO

På kurset skal du vælge 2 valgfag - 1 fra hver gruppe. Der vil være en udgift på maks. 250 kr på flere af valgfagene.

TILMELDING

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

KURSUSPRIS: 8.650,-

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, 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

9. januar 2026

Lyset slår blink

- 14 dage på højskole med valgfag, fællesskab og ekskursioner

30

26. august - 8. september 2026

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 Nissum

Sensommer er vidunderlig i Vestjylland og på SeniorHøjskolen. Her er det godt at tage en spadseretur i parken og sætte sig i "drivehuset" og få en hyggelig og lun snak med de andre kursister. Sensommer er tiden, hvor naturen begynder at skifte farve, og man kan opleve en blanding af sommerens varme og efterårets kølighed. Det er årstiden, hvor lyset slår blink. I sangen "Blæsten går frisk over Limfjordens vande" beskrives, hvordan lyset reflekteres og spiller i vandets overflade, når vinden er frisk.

Kurset er fyldt med lys, luft og fællesskab, når vi mødes over måltiderne, i undervisning og samvær på temadage og valgfag. Du kan i valgfagene være sammen med Janni om jyske fortællinger eller have fællessang med Martin. Du kan dykke ned i historiske highlights sammen med Astrid, høre om dialekter og andet godt sammen med Jette, tage på kulturekspeditioner med Peder eller lytte til rockmusik sammen med Henrik. Jo, der er noget for alle.

På temadagene skal vi blandt andet høre om Lemvigs lokale digter, Thøger Larsen (1875-1928), der har givet os sange som "Du danske sommer jeg elsker dig" og "Danmark, nu blunder den lyse nat".

Som på de fleste kurser, er der også ønskesang fra højskolesangbogen, hvor forstanderen trakterer tangenterne og byder ind til fællessang og små musikalske oplevelser. Han har desuden inviteret saxofonisten Kristian Kaaberbøl, som giver en koncert, der er fyldt med hans yndlings-saxofonhits. Endelig kommer også det svingende Vestjysk Big Band og spiller for os.

Højskolens køkken byder som altid på spændende og velsmagende mad. Det er ofte kendte retter, som så får et lille twist. Sensommeren er

fyldt med dejlige råvarer. Køkkenet vil på kurset tilberede en række måltider, der er årstidsnære, og der vil blive pyntet op i anledningen af høsten.

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 3

- JØ: Jyske fortællinger
- MR: Nu er dagen fuld af sang
- AH: Historiske Highlights

Valgfag 2 - vælg 1 af de 3

- JC: I Danmark er æ føj, der hår æ jæm'
- PL: Kulturekspeditioner
- HA: Musikken, der formede os

EKSKURSIONER

Lemvig Museum
Gjellerodde
Kristendom ved Vestkysten
Kloster Mølle ved Mossø
Knudsø ved Ry

TEMADAGE

Thøger Larsen
Kunst fra imperiets kant
Tro i Øst & Vest

ARRANGEMENTER

Kaaberbøls saxofonhits
Vestjysk Big Band

Ret til ændringer forbeholdes

Skolens undervisere:	Jesper Vinther - JV	Johanne K. Andersen - JA	Jette G. Christensen - JC
	Niels Bjørn Wied - NW	Julietta Jensen - JJ	Martin Ravn - MR
	Astrid Skou Hansen - AH	Mette Hjuler Hansen - MH	Peder Laursen - PL
	Janni K. Østergaard - JØ	Henrik Adler - HA	

UGE 1

Onsdag 26. 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	Aftenarrangement

Torsdag 27. august DAG 2

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

Freitag 28. august DAG 3

Kl. 09.30	Valgfag 1
Kl. 13.00	Valgfag 2
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Lørdag 29. august DAG 4

TEMADAG - Tro i Øst & Vest v/JØ	
Kl. 09.30	"På sporet af verdens religioner"
Kl. 14.00	Samtale-café
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Søndag 30. august DAG 5

TEMADAG - Tro i Øst & Vest v/JØ	
Kl. 09.30	"Hvad tror danskerne på?"
Kl. 13.30	Ekskursion - Kristendom ved Vestkysten
Kl. 19.30	Syng-med-koncert - Efterkrigstidens sange i Højskolesangbogen v/ JV og Kristian Kaaberbøl

Mandag 31. august DAG 6

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

Tirsdag 1. september DAG 7

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

UGE 2

30

Onsdag 2. september DAG 8

TEMADAG - THØGER LARSEN v/MR	
Kl. 09.30	"En digter under stjernerne"
Kl. 13.30	Ekskursion i Thøgers fodspor - Lemvig Museum og Gjellerodde
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Torsdag 3. september DAG 9

Kl. 09.30	Valgfag 2
Kl. 13.00	Valgfag 2
Kl. 19.30	Saxhits - koncert v/Kristian Kaaberbøl og JV

Freitag 4. september DAG 10

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

Lørdag 5. september DAG 11

TEMADAG - KUNST FRA IMPERIETS KANT v/NW	
Kl. 09.30	"Russisk kunst og kultur fra Peter den Store til Putin v/NW"
Kl. 14.00	Kunst fra kanten af det russiske imperium - Chagall, Klucis, Rothko
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Søndag 6. september DAG 12

Kl. 09.30	Heldagsekskursion v/NW
	- Kloster Mølle ved Mossø
	- Knudsø ved Ry
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Mandag 7. september DAG 13

Kl. 09.30	"Ønskesang fra Højskolesangbogen" v/JV & MR
Kl. 14.00	"Fortrydelsens alder - erindring, længsel og humor" v/Flemming Nees
Kl. 18.00	Afslutningsmiddag

Tirsdag 8. september DAG 14

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