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	Ekskursion/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: 9.150,-
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 3 TYPER VÆRELSER:

- Dobbeltværelse med eget bad/toilet og egen indgang.
- Enkeltværelser med eget bad/toilet. Man deler indgang med et andet enkeltværelse.
- Lejligheder i grundplan med fælles køkkenalrum. I lejlighederne kan man bo på enkeltværelse med delt bad/toilet og - man er kun to, der deles om samme bad/toilet. Her er også et dobbeltværelse med eget bad/toilet.

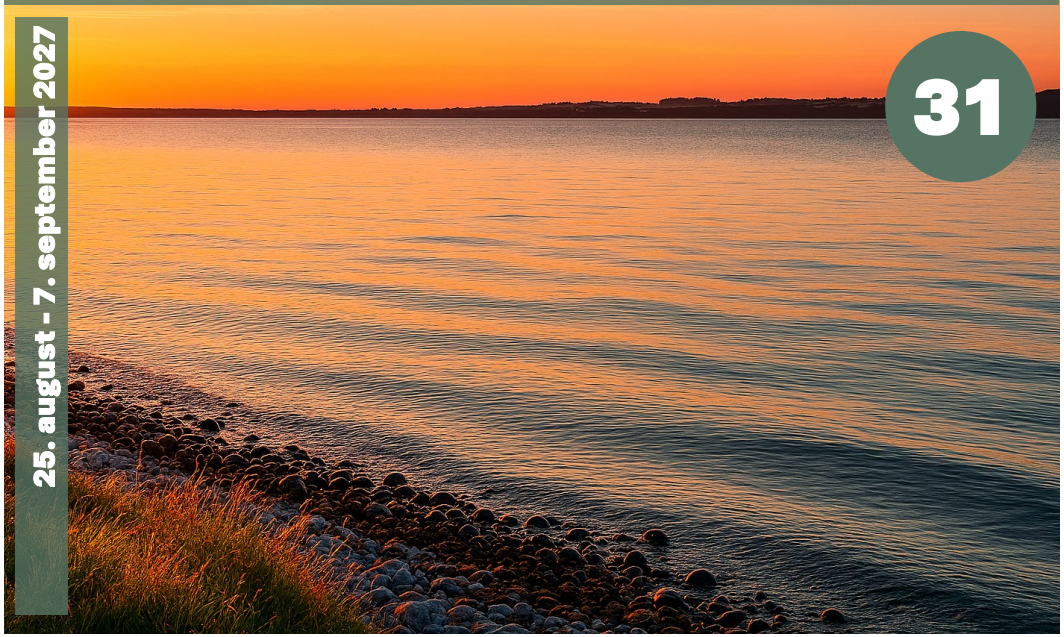
SENIORHØJSKOLEN
NØRRE NISSUM

Degneparken 22 . Nørre Nissum . 7620 Lemvig,
Tlf. 97 89 10 11 . www.seniorhoejskolen.dk

13. oktober 2026

"Lyset slår blink"

- 14 dage på højskole med fordybelsesområder, fællesskab og ekskursioner



SENIORHØJSKOLEN
NØRRE NISSUM

”Lyset slår blink”

- 14 dage på højskole med fordybelsesområder, fællesskab og ekskursioner

Velkommen til SeniorHøjskolen i Nørre Nissum

Når sensommeren rammer den jyske vestkyst, bliver luften klarere, og lyset over klitterne og Vesterhavet tager en magisk, gylden glød. Det er en dejlig tid på året at tage på SeniorHøjskolen, når lyset slår blink over Limfjordens vande.

På dette kursus skal du vælge et FORDYBELSESFAG, som du skal have i 16 timer i løbet af kurset. Du kan vælge mellem tre fordybelsesområder: ”Jyske fortællinger”, hvor du, sammen med Janni og Astrid, får nogle historiske og kulturelle nedslag fra Vestjylland. Eller, du kan synge fra Højskolesangbogen med Martin - og høre om sangenes historie, indhold, forfattere og komponister. Endelig, kan du lære om ”Kunsthistorie”, hvor Kristian vil vælge perioder og værker og fortælle om kunstens mangfoldige verden.

På kurset er også flere TEMADAGE: Et tema tager fat på, hvad det vil sige at være ”Anderledes - og hvad så”, hvor vi blandt andet skal besøge Livø og høre om ”Den Kellerske Anstalt”. En anden temadag tager fat på dokumentarfilmens historie og efterfølges af en temadag om ”Det groteske i dansk film”. Viceforstanderen tager verdenssituationen op til overvejelse i to foredrag - og spørger ”Verden skælver - er det en ny kold krig?”

Som sædvanlig er der masser af sang og musik på kurset. Der bliver en hel temadag med ”Maratonsang for fuld musik”, hvor forstanderen giver den gas og byder op til ønskesang efter højskolesangbogen. En aften kommer sangerinden Karen Grarup forbi og laver en syng-med-koncert med udvalgte sange fra DR’s top 100 over de bedste danske sange. Saxofonisten Kristian Kaaberbøl, når han fortæller om saxofonmusikkens historie.

Og som sædvanlig er der morgensamlinger og aftensamlinger, hvor højskolens lærere kommer med det, som de har på hjerte. Køkkenet trakterer som altid med spændende og velsmagende mad. Sensommeren er fyldt med dejlige råvarer. Køkkenet vil på kurset tilberede en række årstidsnære måltider - og der vil blive pyntet op i anledning af høsten.

FORDYBELSESFAG - vælg 1 af de 3

JØ & AH:	JYSKE FORTÆLLINGER
MR:	NU ER DAGEN FULD AF SANG
KT:	KUNSTHISTORIE

EKSKURSIONER

Limfjordsøen Livø
og den Kellerske Anstalt

Fordybelsesekskursion i Vestjylland

TEMADAGE

Anderledes - og hvad så?

Dokumentarfilmens historie

Maratonsang for fuld musik

Det groteske i dansk film

Verden skælver - er det en ny kold krig?

ARRANGEMENT

De Splittergale

DR’s top 100 - Sangerinden Karen Grarup synger og fortæller

Musik af swingende kvalitet -saxofonens historie

Lune Larsen - syng-med-foredrag med Ravn & Vinther

Ret til ændringer forbeholdes

Medvirkende: Jesper Vinther - JV, Niels Bjørn Wied - NW, Astrid Skou Hansen - AH, Janni K. Østergaard - JØ, Johanne K. Andersen - JA, Julietta Jensen - JJ, Mette Hjuler Hansen - MH, Martin Ravn - MR, Kristian Tikjøb - KT, Gitte Bitsch - GB, Flemming Nees - FN

UGE 1

Onsdag 25. 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 26. august — DAG 2

Kl. 09.30 ”Verden skælver, I
”Er det en ny kold krig?” v/NW
Kl. 13.30/14 Fordybelsesfag
Kl. 19.30 Aftenarrangement

Fredag 27. august — DAG 3

Kl. 09.30 ”65+ og livet foran dig” v/GB
Kl. 13.30/14 Fordybelsesfag
Kl. 19.30 Aftenarrangement

Lørdag 28. august — DAG 4

TEMADAG - Anderledes - og hvad så? *v/JA*
Kl. 09.30 ”Os og dem - historien om Livø og synet på anderledeshed”
Kl. 14.00 Musik og fortællinger med De Splittergale
Kl. 19.30 Aftenarrangement

Søndag 29. august — DAG 5

TEMADAG - Anderledes - og hvad så? *v/JA*
Kl. 09.00 **Heldagsekskursion**
- Livø
- den kellerske anstalt
Kl. 19.30 Aftenarrangement

Mandag 30. august — DAG 6

Kl. 09.30 ”Verden skælver, II
- storm over Europa?” v/NW
Kl. 13.30/14 Fordybelsesfag
Kl. 19.30 Aftenarrangement

Tirsdag 31. august — DAG 7

Kl. 09.30 Fordybelsesfag
Kl. 13.30/14 Fordybelsesfag
Kl. 19.30 Aftenarrangement

UGE 2

Onsdag 1. september — DAG

TEMADAG - maratonsang for fuld musik *v/JV*
Kl. 09.30 Højskolesangbogen for fuld musik, I
Kl. 14.00 Højskolesangbogen for fuld musik, II
Kl. 19.30 Musik af swingende kvalitet
- saxofonens historie v/ KK og JV

Torsdag 2. september — DAG 9

Kl. 09.30 Fordybelsesfag
Kl. 13.30/14 Fordybelsesfag
Kl. 19.30 Aftenarrangement

Fredag 3. september — DAG 10

Kl. 09.30 ”H.C.Andersens Jyllandsrejse” v/JØ
Kl. 13.30/14 Fordybelsesfag
Kl. 19.30 “Smag!” ved Anders Boas

Lørdag 4. september — DAG 11

TEMADAG - Dokumentarfilmens historie *v/KK*
Kl. 09.30 ”En rejse fra de første optagelser til den moderne dokumentar”
Kl. 14.00 ”Nutidens dokumentarfilm og deres rolle i samfundsdebatten”
Kl. 19.30 DRs top 100 - koncert & fællessang v/ Karen Grarup og KK og JV

Søndag 5. september — DAG 12

TEMADAG - Det groteske i dansk film *v/MR*
Kl. 09.30 ”Hvor grotesk”
Kl. 14.00 Filmeftermiddag
- ”Den sidste viking”
Kl. 19.30 Aftenarrangement

Mandag 6. september — DAG 13

Kl. 09.30 ”Foredrag og fortællinger” v/NW & JV
Kl. 14.00 ”Genstart” v/FN
Kl. 18.00 Afslutningsmiddag
Kl. 19.00 Lune Larsen v/ MR og JV

Tirsdag 7. september — DAG 14

Kl. 07.45 Morgenmad
Kl. 08.45 Fælles morgensang
Kl. 09.20 Bus til Struer Station