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
Mette Hjuler Hansen, højskolelærer
Niels Bjørn Wied, viceforstander

Jesper Vinther, højskoleforstander

Julietta Jensen, højskolelærer
og kursusleder

PRAKTISK INFO

TILMELDING

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

KURSUSPRIS: 5.950,-
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 VÆRELSER:

- Dobbeltværelse med eget bad/toilet og egen indgang.
- Enkeltværelser med eget bad/toilet. Man deler indgang med et andet enkeltværelse.
- Familiehusene, 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
NØRRE NISSUM
Degneparken 22 . Nørre Nissum . 7620 Lemvig,
Tlf. 97 89 10 11 . www.seniorhoejskolen.dk

27. februar 2026

5 Naturnationalparker på stribe

- vandreture 8-10 km

SENIORHØJSKOLEN
NØRRE NISSUM

5 Naturnationalparker på stribe

- vandreture 8-10 km

HUSK

Vandre-sko/støvler, tøj til årstidens vind og vejr, turrygsæk til madpakke og vandflasker, siddeunderlag samt evt. kikkert.

Vi går 8-10 km/dag i kuperet og ujævnt terræn, væk fra vej og sti. Uanset vejr og vind.

Tempo: 4-5 km i timen.

Vandreturene er en kombination af motion og naturoplevelser, med skærpede sanser og et åbent blik for naturens magi

OM KURSET

Vild, vildere med natur, så tag med ud på opdagelse i 5 kommende Naturnationalparker og bliver klogere på de nye tiltag for en mere mangfoldig natur i Danmark

Der er udpeget 15 kommende naturnationalparker i Danmark, og flere kan være på vej. Naturnationalparkerne er blandt de centrale tiltag, der skal hjælpe biodiversiteten i Danmark på rette vej. Natur og biodiversitet skal styrkes ved etablering af store sammenhængende naturområder, hvor naturen i højere grad kan udvikle sig på egne præmisser. Der må ikke drives landbrug eller skovbrug, og skovarealerne overgår til urørt skov.

EKSKURSIONER

Heldagsekskursioner til 5 kommende Naturnationalparker:

- Hanstholm - Thy
- Harrild Hede, Nørlund Plantage og Kompedal Plantage
- Stråsø Plantage og Husby Klitplantage
- Klosterheden Plantage - i bævernes fodspor - med spisning i skoven

Skolens undervisere:

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

PROGRAM

33B

Onsdag 23. september — 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/JJ
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Torsdag 24. september — DAG 2

Kl. 09.30	**Heldagsekskursion** v/JJ **- Ekskursion til Harrild hede, Nørlund plantage og Kompedal Plantage**
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Fredag 25. september — DAG 3

Kl. 09.30	**Heldagsekskursion** v/JJ **- Naturnationalparkerne Stråsø og Husby klitplantage**
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Lørdag 26. september — DAG 4

Kl. 09.30	"Vild, vildere med natur" v/JJ
Kl. 13.30	**Ekskursion** v/JJ **- Klosterheden Plantage, i bævernes fodspor**
- 21.30	**- med spisning i skoven**

Søndag 27. september — DAG 5

Kl. 08.45	**Heldagsekskursion** v/JJ **- Ekskursion til Naturnationalpark Hanstholm**
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Mandag 28. september — DAG 6

Kl. 09.30	"Ønskesang i Højskolesangbogen" v/JV
Kl. 14.00	"Naturen under lup" v/JJ
Kl. 18.00	Afslutningsmiddag

Tirsdag 29. september — DAG 7

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

Ret til ændringer forbeholdes