

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: 6.150,-

TILLÆG FOR ENKELTVÆRELSE 750,-

LIDT OM SENIORHØJSKOLEN

SeniorHøjskolen er folkehøjskole for aktive og nysgerrige seniorer. Vi har plads til 80 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 VÆRELSE:

- 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
N Ø R R E N I S S U M

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

5 naturnationalparker på stribe

- vandreture 8-10 km/dag

22. september - 28. september 2027

34A



SENIORHØJSKOLEN
N Ø R R E N I S S U M



5 naturnationalparker på stribe

- vandreture 8-10 km/dag

HUSK

Vandresko/støvler,
tøj til årstidens vind og
vejr, terrygsæk, lille
termoflaske til kaffe/te,
siddeunderlag
samt evt. kikkert.

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

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

Naturen under lup. Årstidens små og store mirakler.

Vild, vildere med natur? Så tag med ud på opdagelse i 5 kommende Naturnationalparker, og bliv klogere på de nye tiltag for en mere mangfoldig natur i Danmark.

Der er udpeget 15 kommende naturnationalparker i Danmark, og flere er 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/traveture 8-10 km/dag

EKSKURSIONER TIL 5 KOMMENDE NATURNATIONALPARKER

- Hanstholm, Thy
- Harrild Hede og Nørlund Plantage
- Kompedal Plantage
- Stråsø Plantage & Husby Klitplantage
- Klosterheden Plantage - bævere, brøl og spisning i skoven

Medvirkende: Jesper Vinther - JV

Astrid Skou Hansen - AH
Janni K. Østergaard - JØ
Johanne K. Andersen - JA

Julietta Jensen - JJ
Mette Hjuler Hansen - MH
Niels Bjørn Wied - NW

PROGRAM

34A

Onsdag 22. 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 23. september

DAG 2

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

Fredag 24. september

DAG 3

- Kl. 09.30 "Ønskesang fra Højskolesangbogen" v/JV
- Kl. 14.00 "Naturen under lup" v/JJ
- Kl. 19.30 "Craft-psykologi" v/JA

Lørdag 25. september

DAG 4

- Kl. 09.00 **Heldagsekskursion v/JJ**
- **Stråsø Plantage og Husby Klitplantage**
- Kl. 19.30 Aftenarrangement

Søndag 26. september

DAG 5

- Kl. 09.30 "Bævere - bøvl, ballade eller genialt?" v/JJ
- Kl. 14.00 **Ekskursion v/JJ**
- **Klosterheden Plantage, bævere og brølende brunsthjorte**
- **aftensmad i skoven**

Mandag 27. september

DAG 6

- Kl. 09.30 **Heldagsekskursion v/JJ**
- **Nationalpark Thy og Naturnationalpark Hanstholm**
- Kl. 18.00 Afslutningsmiddag

Tirsdag 28. september

DAG 7

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