

## 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

Janni K. Østergaard, højskolelærer  
Niels Bjørn Wied, højskolelærer  
Ole Jørgensen, højskolelærer  
Astrid Skou Hansen, højskolelærer  
Jesper Vinther, højskoleforstander

Julietta Jensen, højskolelærer  
og kursusleder

## PRAKTISK INFO

**Husk:** Vandresko og udetøj til årstidens vejr og vind. Vi går 4-6 km/dag i kuperet og ujævnt terræn, væk fra vej og sti. Uanset vejr og vind.

*Ret til ændringer forbeholdes*

## TILMELDING

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

**KURSUSPRIS: 5.350,-**  
TILLÆG FOR ENKELTVÆRELSE 600,-

## LIDT OM SENIORHØJSKOLEN

SeniorHøjskolen er folkehøjskole for aktive og nysgerrige seniorer. Vi har plads til 90 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.
- 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, to enkeltværelser og 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 Nisum . 7620 Lemvig,  
Tlf. 97 89 10 11 . www.seniorhoejskolen.dk

27. oktober 2023

# Natur & nysgerrig på verden

- vind i håret, vraggods og kæmpemøller på kanten, 4-6 km/dag

16. oktober - 22. oktober 2024

34B



# SENIORHØJSKOLEN

N Ø R R E N I S S U M



# Natur & nysgerrig på verden

- vind i håret, vraggods og kæmpemøller på kanten, 4-6 km/dag

## HUSK

Vandre-sko/støvler og udetøj til årstidens vind og vejr.

Vi går 4-6 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

Er du glad for natur? Glad for en frisk travetur? Og nysgerrig på verden? Så tag med på opdagelse i vidunderlige Vestjylland! Et højskolekursus spækket med dejlige naturoplevelser og korte vandreture i en perlerække af vild og voldsom natur - kombineret med besøg på Østerild Testcenter, Tvindmøllen og Folkecenteret for Vedvarende Energi i Thy. Vi sætter fokus på vindenergi og den grønne omstilling i Danmark.

Kurset har fokus på en verden i evig forandring, natur og biodiversitet, løsninger og muligheder for en bedre fremtid.

Kom med ud og tag pulsen på verden!

## EKSKURSIONER

Nationalpark Thy - Østerild Testcenter for vindmøller  
Naturnationalpark Husby Klitplantage og Tvindmøllen

Folkecenteret for Vedvarende Energi i Thy  
- Ydby Hede og Doverodde

Klosterheden Plantage - i bævernes fodspor  
- bøv!, ballade eller genialt  
Vestkystvandring

- med besøg på Strandingsmuseum St. George i Thorsminde

## PROGRAM

34B

### Onsdag 16. oktober

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/NW
- Kl. 19.30 "Vild, vildere med natur" v/JJ

### Torsdag 17. oktober

DAG 2

- Kl. 09.30 **Heldagsekskursion** v/JJ  
- Husby Klitplantage, naturnationalpark  
- Tvindmøllen
- Kl. 19.30 Aftenarrangement

### Fredag 18. oktober

DAG 3

- Kl. 09.30 "Høj på højskolesang" v/JV
- Kl. 13.30 **Ekskursion** v/JJ  
- Klosterheden Plantage - i bævernes fodspor
- Kl. 19.30 "Spjæt og spræl - folkedans" v/JJ

### Lørdag 19. oktober

DAG 4

- Kl. 09.30 **Heldagsekskursion** v/JJ  
- Folkecenter for Vedvarende Energi  
- Thy med vandretur i Dover Plantage  
- Ydby Hede
- Kl. 19.30 Aftenarrangement

### Søndag 20. oktober

DAG 5

- Kl. 09.00 **Heldagsekskursion** v/JJ & NW  
- Nationalpark Thy  
- Østerild Testcenter
- Kl. 19.30 Aftenarrangement

### Mandag 21. oktober

DAG 6

- Kl. 09.30 "Vraggods og strandinger ved den jyske vestkyst" v/JJ
- Kl. 13.30 **Vestkystvandring** v/JJ  
- Vestkysten  
- Strandingsmuseum St. George
- Kl. 18.00 Afslutningsmiddag

### Tirsdag 22. oktober

DAG 7

- Kl. 07.45 Morgenmad
- Kl. 08.45 Morgensang
- Kl. 09.25 Afgang med bus til Struer Station

**Medvirkende:** Jesper Vinther - JV      Niels Bjørn Wied - NW      Astrid Skou Hansen - AH  
Julietta Jensen - JJ      Janni K. Østergaard - JØ      Ole Jørgensen - OJ