

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
Julieta Jensen, højskolelærer
Kathrine L. Thorndahl, højskolelærer
Niels Bjørn Wied, højskolelærer

Jesper Vinther, højskoleforstander
og kursusleder

PRAKTISK INFO

TILMELDING

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

KURSUSPRIS: 4.550,-

TILLÆG FOR ENKELTVÆRELSE 600,-

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.
- 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

Udeliv i Vinterlandet

- skov, fjord og hav, 6-8 km/dag



SENIORHØJSKOLEN
N Ø R R E N I S S U M



Udeliv i Vinterlandet

- skov, fjord og hav, 6-8 km/dag

OM KURSET

Tag varmt tøj på og oplev naturen, når alt er koldt, mørkt og smukt - her er der tid til hygge, samtale og knitrende bål. Kurset er for dig, der har lyst til vintervandringer.

Vi tager de gode steder hen og oplever Vinterlandet i lokale plantager, Vinterskoven & Vinterhavet samt plukker friske og vinterkolde østers i Limfjorden.

På kurset får du også højskole-classic med morgensamlinger, fælles foredrag, fællessang og højskolens lækre køkken.

EKSKURSIONER

Bovbjerg Fyr
Husby Klitplantage
Klosterheden Plantage
Vesterhavet
Limfjorden

ARRANGEMENTER

Østerssafari
Mørkevandring ved Vesterhavet
Vinterbadning og sauna ved strandkanten (frivilligt)

UNDERVISER

Jens Hedevang , naturvejleder

Medvirkende: Jesper Vinther - JV Astrid Skou Hansen - AH Julietta Jensen - JJ
Jens Hedevang - JH Janni K. Østergaard - JØ Kathrine L. Thorndahl - KL
Niels Bjørn Wied - NW Johanne K. Andersen - JA

PROGRAM

2B

Onsdag 15. januar

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/JV
KL. 19.30 Aftenarrangement

Torsdag 16. januar

DAG 2

KL. 09.30 "Nye og gamle sange i højskolesangbogen" v/JV
KL. 13.30 **Fodtusser i Fjordlandet ved Nissum Fjord** v/JH
- Bovbjerg i buldermørke
- vi bevæger os ud til 'kanten', hvor vi også indtager aftensmaden.
- vi er tilbage på SeniorHøjskolen kl. 21

Freitag 17. januar

DAG 3

KL. 09.30 **Heldagsekskursion - Vinterskoven** v/JH
- En hel dag i Klosterheden
- Bæver, bunkers og bålhygge
KL. 19.30 Aftenarrangement

Lørdag 18. januar

DAG 4

KL. 09.30 **Heldagsekskursion - Vestkysten i Vintertøj** v/JH
- Tur til Thyborøn - vandring ved by og vand
- Høfde 42, VLTJ, Johnny Madsen, sneglehuset, kemifabrikker, vestjysk virketrang og en lidt stram lugt af penge og fiskemel.
KL. 19.30 Aftenarrangement

Søndag 19. januar

DAG 5

KL. 09.30 **Sauna & Vinterbad eller vandringer ved Vigen** (frivillig) v/JH
KL. 13.00 **Ekskursion til Gjellerodde** v/JH
- storslået natur og hjemsted for store digtere, små skarpe, sabotører og fattige fårehyrder
KL. 19.30 "Erindringsange fra vort liv" v/Erik Sommer

Mandag 20. januar

DAG 6

KL. 09.30 **Heldagsekskursion - Østerssafari** v/JH
- Oddesundtårnet
- Kunstudstilling Regelbau, verdenskunst i verdenskrigsbunkers,
- Gudum, ræverøde politikere i venstreland, Gudum kloster og østerssafari.
KL. 18.00 Afslutningsmiddag

Tirsdag 21. januar

DAG 7

KL. 07.45 Morgenmad
KL. 08.45 Morgensang
KL. 09.20 Afgang med bus til Struer Station

Ret til ændringer forbeholdes