

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
Kathrine L. Thorndahl, højskolelærer
Niels Bjørn Wied, viceforstander
Per Odgaard, tidl. musikskoleleder

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: 4.950,-

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

5. november

Vild, vildere med natur

- i have, hæk og hegn, 3-5 km/dag

26. februar - 4. marts 2025

7B



SENIORHØJSKOLEN
N Ø R R E N I S S U M



Vild, vildere med natur

- i have, hæk og hegn, 3-5 km/dag

HUSK

Vandre-sko/støvler,
tøj til årstidens vind og
vejr, turrysæk til
madpakke og
vandflasker,
en lille termoflaske til
kaffe/te, siddeunderlag
samt evt. kikkert.

Vi går i kuperet
og ujævnt terræn,
væk fra vej og sti.

Uanset vejr og vind.

Tempo:
4-5 km i timen.

OM KURSET

Havedrømme og korte vandreture

Er du glad for natur og drømmer om en have fyldt med liv og magiske naturoplevelser? Så se her!

Her er en uges højskoleophold spækket med naturoplevelser og foredrag med fokus på biodiversitet & bæredygtighed - med blik for at give håb og handlekraft. Der vil være masser af inspiration til at invitere naturen indenfor i din have, og der er mange måder at gøre det på.

Gør livet lidt lettere, giv naturen lidt mere plads og få de mest forunderlige og forrygende naturoplevelser på nærmeste hold - det kan kun blive godt!

Naturekspeditioner med masser af vind i håret
- så husk det varme vintertøj og praktiske fodtøj.

EKSKURSIONER

Klosterheden Plantage
Nationalpark Thy

Havebesøg
Ud i det grønne Vestjylland

FOREDRAGSHOLDER

Laila Sølager, gartner og havearkitekt

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

PROGRAM

7B

Onsdag 26. februar

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 27. februar

DAG 2

KL. 09.30 "Ønskesang i Højskolesangbogen" v/JV
KL. 13.30 **Ekskursion - ud i det grønne Vestjylland** v/JJ
KL. 19.30 Aftenarrangement

Fredag 28. februar

DAG 3

KL. 09.30 "Vild, vildere med natur - i have, hæk og hegn" v/JJ
KL. 13.30 **Ekskursion - Klosterheden Plantage, i bævernes fodspor** v/JJ
KL. 19.30 Aftenarrangement

Lørdag 1. marts - TEMADAG: Naturværksted

DAG 4

KL. 09.30 Naturværksted - vi bygger fuglekasser, insekthoteller og fletter i pil v/JJ & Poul Erik Jensen
KL. 14.00 Naturværksted - vi bygger fuglekasser, insekthoteller og fletter i pil v/JJ & Poul Erik Jensen
KL. 19.30 Aftenarrangement

Søndag 2. marts

DAG 5

KL. 09.00 **Heldagsekskursion til Nationalpark Thy** v/JJ
KL. 19.30 "Vildmark i verdensklasse" v/JJ

Mandag 3. marts

DAG 6

KL. 09.30 "Havearkitektens bedste tips og tricks" v/Laila Sølager
KL. 13.30 **Ekskursion - havebesøg** v/JJ
KL. 18.00 Afslutningsmiddag

Tirsdag 4. marts

DAG 7

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

Ret til ændringer forbeholdes