

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

Jesper Vinther, højskoleforstander

Julietta Jensen, højskolelærer
Niels Bjørn Wied, viceforstander
og kursusleder

PRAKTISK INFO

Prisen er inklusiv bus tur/retur
Hundested/Frederiksværk/Ølsted -
Nørre Nisum

Skolens kontor: tlf. 97 89 10 11

Email: kontor@seniorhoejskolen.dk

Web: www.seniorhoejskolen.dk

TILMELDING

Tilmelding i Aktivitetshuset Paraplyens
receptioner senest den 1. marts 2026

KURSUSPRIS: 6.750,-

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 VÆRELSE:

- 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, 2 enkeltværelser & 1 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

Limfjordslandet

- ringborg, kalkgruber og 2 Naturnationalparker

14. oktober - 20. oktober 2026

35B

SENIORHØJSKOLEN
N Ø R R E N I S S U M



Limfjordslandet

- ringborg, kalkgruber og 2 Naturnationalparker

OM KURSET

Limfjordslandet er et sandt skatkammer for historiske mindesmærker og naturperler.

Oplev et af vikingernes mest spektakulære kulturarvsmonumenter, vikingeborgen Fyrkat, der bærer vidnesbyrd om fortidens storpolitik.

Dybt under den mørke muld findes Mønsted Kalkgruber. Gruberne huser både flagermus, underjordiske søer, 2 km oplyste minegange, et kæmpe lager af ost og fortællingen om kridttiden, kalkaflejringer og menneskets brug af kalk - både før og nu.

Vi skal besøge to kommende Naturnationalparker; Stråssø og Husby klitplantage, høre om baggrunden for de politiske tiltag og om, hvordan de skal forvaltes i fremtiden. Ønsket er en rigere og mere mangfoldig natur i Danmark, og en mere dynamisk naturforvaltning.

Med ekskursioner og foredrag kommer vi helt tæt på både fortid og nutid, og det hele serveres i hyggelige højskolerammer fyldt med lys, luft og fællesskab.

EKSKURSIONER

- Vikingeborgen Fyrkat
- Mønsted Kalkgruber
- Limfjordsøen Fur
- 2 Naturnationalparker; Stråssø Plantage og Husby Klitplantage.

Medvirkende:	Jesper Vinther - JV	Astrid Skou Hansen - AH	Julietta Jensen - JJ
	Niels Bjørn Wied - NW	Janni K. Østergaard - JØ	Mette Hjuler Hansen - MH
		Johanne K. Andersen - JA	

PROGRAM

35B

Onsdag 14. oktober

DAG 1

Kl. 07.30	Afgang fra Aktivitetshuset "Paraplyen", Hundested
Kl. 07.50	Afgang fra Aktivitetshuset "Paraplyen", Frederiksværk
Kl. 08.05	Afgang fra Ølsted Station
Kl. 13-14	Indkvartering
Kl. 14.00	Kursusstart med velkomst, personale-introduktion og kaffe
Kl. 15.00	Kursusintroduktion, introduktion til SeniorHøjskolen og omgivelserne v/JJ & NW
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Torsdag 15. oktober

DAG 2

Kl. 09.30	"Ringborge, Vikinger og Kongemagt" v/NW
Kl. 14.00	"Ønskesang i højskolesangbogen" v/JV
Kl. 19.30	Ølsmagning v/NW

Fredag 16. oktober

DAG 3

Kl. 09.00	Heldagsekskursion v/JJ - Vikingeborgen Fyrkat og Mønsted Kalkgruber
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Lørdag 17. oktober

DAG 4

Kl. 09.30	"Til lands, til vands og i luften - Limfjordsfortællinger" v/PL
Kl. 13.30	Ekskursion v/PL - Thyborøn
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Søndag 18. oktober

DAG 5

Kl. 09.00	Heldagsekskursion v/JJ - Limfjordsøen Fur
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Mandag 19. oktober

DAG 6

Kl. 09.30	Heldagsekskursion v/JJ - 2 Naturnationalparker på stribes; Stråssø og Husby klitplantage
Kl. 18.00	Afslutningsmiddag

Tirsdag 20. oktober

DAG 7

Kl. 07.45	Morgenmad
Kl. 08.45	Morgensang
Kl. 09.15	Afgang med bus til Ølsted, Frederiksværk & Hundested

Ret til ændringer forbeholdes