

Pensionisthøjskolen

Program 2023





Indhold

Velkommen til Pensionisthøjskolen 2023.....	3
Pensionisthøjskolens Brugerråd.....	4
Tilmeldings metode.....	6
Aktiviteter på hold.....	9
Vandrehold/ gåture.....	22
Holdplan.....	23
Højskolemøder i Lindved.....	24
Højskolemøder i Hedensted.....	28
Halv- og heldagsture, studieture og rejser.....	32
Kontakter til samarbejdspartnere.....	55

Hedensted Kommune

Kultur & Fritid

Stationsparken 1

7160 Tørring

Hjemmeside: pfs.hedensted.dk

Annabel Hillestrøm Bækkegaard

Mobil: 2380 9837

annabel.hillestrom@hedensted.dk



Følg os på Facebook

Kultur og Fritid – Hedensted

Der tages forbehold for trykfejl og ændringer i program og priser.

Velkommen til Pensionisthøjskolen og idræt i dagtimerne



Annabel Hillestrøm Bækkegaard

Leder af Pensionisthøjskolen

annabel.hillestrom@hedensted.dk

Tlf. 2380 9837

Program for 2023

Pensionisthøjskolen er et kommunalt tilbud til kommunens borgere. Der arrangeres kulturelle arrangementer, udflugter og rejser, samt motionstilbud. Målsætningen er at styrke de sociale relationer og være med til at styrke sundheden i Hedensted Kommune.

Som deltager i vore aktiviteter, kan du opleve glæden ved at synge, bevæge dig, lytte til det levende ord med efterfølgende debat, oplevelser i naturen, lære nyt og opleve andre landes kultur- og samfundsforhold.

Dette er vores nye helårsprogram for 2023, som du meget gerne må tage med hjem. Husk også at tage et med til naboen. Programmet er sammensat ud fra ønsker, der er fremkommet gennem en brugerundersøgelse. Herefter har vi lavet en beskrivelse af vores arrangementer, de forskellige hold, samt vores udflugter, rejser og studieture. Der er frit valg til at deltage i en eller flere aktiviteter. Nogle aktiviteter og studieture er udfærdiget i samarbejde med andre foreninger - og vi hører også gerne fra din forening.

Til vores udflugter og rejser kræves tilmelding på grund af deltagerbegrænsning. **Se side 6-7** hvorledes tilmeldingen foregår.

Vi håber programmet vil give dig inspiration til aktiviteter.

De bedste hilsner

Pensionisthøjskolen

og Pensionisthøjskolens brugerråd



Pensionisthøjskolens Brugerråd

Karen Bornemann
Søndergade 62
8783 Hornsyld
Tlf.: 6168 7699

Gerda Volkmann
I. P. Hansensvej 7
7171 Uldum
Tlf.: 2889 9688

Irene Laursen
Smedetoften 1
8722 Hedensted
Tlf.: 2371 6929

Laurits Lauritsen
Toftevej 12, Glud
7130 Juelsminde
Tlf.: 3098 5071

Ragnhild Hansen
Bredgade 55
7160 Tørring
Tlf.: 5093 1822

Vagn Jensen
Blichersvej 10
8723 Løsning
Tlf.: 2390 9538

Suppleanter

Marie Munk
Moseparken 19
8722 Hedensted
Tlf.: 5194 1971

Annette Pedersen
Lærkehaven 3
7171 Uldum
Tlf.: 2174 0129



Årsmødet i Brugerrådet med
VALG TIL BRUGERRÅDET
afholdes torsdag 30. marts kl. 14.00
i Hedensted Sognegård

Brugerrådet i Pensionisthøjskolen

Brugerrådets arbejde består af tre - fire møder årligt med Pensionisthøjskolens leder Annabel Hillestrøm Bækkegaard.

Her taler vi om erfaringer med nuværende aktiviteter og om kommende aktiviteter, hvilket vi i Brugerrådet er medbestemmende om.

Medlemmerne af Brugerrådet er gerne "praktiske hjælpere" ved nogle aktiviteter, så som at modtage betaling ved aktivets opstart, dække bord og servere ved højskolemøder, komme med forslag til vandreture "Over stok og sten", er behjælpelig med den digitale verden, - f.eks. ved rejsetilmelding og anden tilmelding.

Hvert forår holdes der årsmøde, hvor rådets medlemmer er på valg hvert andet år. Brugerrådet modtager meget gerne nye ideer til aktiviteter, foredragsholdere, rejsemål eller udflugter – ja måske sidder DU med en helt ny ide til en aktivitet.

Vi modtager også gerne ris og ros for det igangværende, måske du har en ide til, hvordan vi f.eks. kan gøre tingene bedre. Tøv ikke med at henvende jer til os i Brugerrådet. Vi vil rigtig gerne sammensætte et program ud fra brugerens ønsker.

**Ønsker du at modtage
Pensionisthøjskolens
nyhedsmail?**



Send dit fulde navn, adresse og tlf.nr.på
mail til **annabel.hillestrom@hedensted.dk**



*Scan QR koden og
kom direkte ind på
Pensionisthøjskolen
hjemmeside*

Du kan også løbende holde dig orienteret på
Pensionisthøjskolens hjemmeside: pfs.hedensted.dk

TILMELDING til rejser og ture 2023

Alle rejser tilmeldes og betales via vores hjemmeside **phs.hedensted.dk**.
– Her går du ind under rejser og ture, finder den rejse eller tur du ønsker at deltage i og følger sidens anvisninger.

Føler du dig usikker på den elektroniske tilmelding afholdes der kursus følgende steder:

JUELSMINDE

Fre. 6. januar
kl. 10.00 til 11.00
Juelsminde rådhus
Mødelokale 106
Tofteskovvej 4
7130 Juelsminde

HEDENSTED

Man. 9. januar
kl. 13.00 til 14.00
Hedensted Rådhus
Mødelokale 5
Niels Espesvej 8
8722 Hedensted (Indgang H)

TØRRING

Tirs. 10. januar
kl. 12.00 til 13.00
Adm.huset i Tørring
Mødelokale 6
Stationsparken 1
7160 Tørring

Driller teknikken stadig, sidder Brugerrådet klar til at hjælpe dig torsdag den 12. januar

Hornslyd Bibliotek:kl. 9.00 til 10.00
Juelsminde Rådhus, mødelokale 102kl. 11.00 til 12.00
Tørring administrationshus, lokale 1kl. 9.00 til 10.30
Hedensted Rådhus indgang H, mødelokale 5kl. 11.00 til 12.00
Uldum bibliotekkl. 9.00 til 10.00
Lindved Højtoften bofællesskab, Gl. landevej 66 A, Lindved.....kl. 11.00 til 12.00

BETALING af rejser og ture 2023



Det er vigtigt, at du husker dit betalingskort ved bestilling af Kend din kommune turen. Hvis du har MobilePay kan det også bruges. Husk at dit kort og MobilePay skal være sat op til nethandel.

Har du IKKE mulighed for at melde dig til elektronisk, er du velkommen til at ringe til Annabel på 23809837, og hun vil sørge for at melde dig til dine ønskede ture/udflugter eller hold.

Hvornår kan jeg tilmelde mig rejser og ture?

TORS DAG DEN 12. JANUAR
åbner vores online tilmelding
kl. 9.00 på pfs.hedensted.dk

Har du ikke mulighed for at tilmelde dig elektronisk hjemmefra, kan du møde op og få hjælp fra vores brugerråd i nærheden af, hvor du bor. Se side 6.

Tilmeldingerne sker efter "Først til mølle princippet". Der vil blive oprettet ventelister, hvor du kan skrive dig op i tilfælde af udsolgt tur. OBS! Det er vigtigt, at alle felter udfyldes korrekt. Hvis der skal tages hensyn til diæt eller reservering af plads i bussen, er det vigtigt, at dette angives ved tilmelding.

Hvem kan jeg spørge hvis jeg har spørgsmål?

Skulle du have spørgsmål til din tilmelding kan du kontakte Annabel på tlf. 2380 9837 eller pr. mail annabel.hillestrom@hedensted.dk

Hvad skal jeg være opmærksom på, når jeg bestiller en rejse?

Ved rejser er det vigtigt at være opmærksom på følgende:

- Udløbsdato i pas
- Sygesikringsbevis gult og blåt – det blå skal medbringes på rejser i udlandet.
- Forsikringer - Særligt i forbindelse med rejser til udlandet er det vigtigt, at man har sine forsikringsforhold i orden. Derfor opfordrer vi til, at man kontakter sit eget forsikringsselskab.
- Vi anbefaler altid afbestillings- og rejseforsikring - både i Danmark og udlandet. Har du ikke tegnet forsikring, kan vi ikke hjælpe dig med at få pengene retur ved afbud.
- Får du receptpligtig medicin, medbringes en medicinliste fra apoteket eller lægen.

REJSEORIENTERINGS DAG

KOM OG HØR vores tekniske rejsearrangører
fortælle om de forskellige rejser

ONSDAG DEN 11. JANUAR
i Lindved Sognegård – kl. 13.30 til 16.00



Pris, kaffe og småkager **20 kr.**
Tilmelding ikke nødvendig

Har du set vores hjemmeside?

Tag et kig på phs.hedensted.dk og se om vi ikke har det helt rette tilbud til dig.

Det er også her du kan holde øje med nyheder fra os.

Pensionisthøjskolen



Scan QR koden og kom direkte ind på Pensionisthøjskolen hjemmeside

Vi tager **situationsbilleder** på vores hold, busture og rejser. På Hedensted Kommunes hjemmeside under Kultur og Fritid kan du læse mere om, hvordan vi i Pensionisthøjskolen behandler dine personlige oplysninger og billed data.



Aktiviteter på hold

Tilmelding og betaling for aktiviteterne foregår på hjemmesiden pfs.hedensted.dk eller ved første mødedag, hvor der kan betales kontant eller med MobilePay.

Efterfølgende udleveres en deltagerliste, som herved er kvittering. Alle vandrehold er GRATIS.

FLERE LOKATIONER

Vandrerholdet "Over stok og sten"

Sted: Forskellige steder i Hedensted Kommune og lidt hos nabo kommunerne

Start: 11. jan. - 25. jan. - 8. feb. - 22. feb. - 8. mar. - 22. mar. - 5. april
19. april - 3. maj - 17. maj - 31. maj - 14. juni - 28. juni og
2. aug. - 16. aug. - 30. aug. - 13. sept. - 27. sep. - 11. okt. - 25. okt.
8. nov. - 22. nov - 6. dec..

Tid: Hver anden onsdag kl. 10.00 til 12.00

Tovholder: Kirsten Madsen tlf.: 2968 2290

Første gang mødes vi i Lindved. Vi går fra det gamle Lindved til det nye. Vi går i byen. Der er en parkeringsplads over for det gamle plejehjem i Lindved. Adresse: Gammel landevej 45, Lindved 7100 Vejle.

Vi er en flok glade vandrere, der på skift arrangerer vandreture. Vi går i meget forskelligt terræn og ca. 5 til 6 km.

Vi får motion, en masse snak og frisk luft. Så har du lyst til at færdes i naturen er dette lige holdet for dig. Efter gåturen vender vi tilbage til den medbragte kaffe, evt. madpakke og måske en lille klapstol til at sidde på.

OBS!

Hold øje med vores hjemmeside pfs.hedensted.dk for at se, hvor vi vandrer eller tilmeld dig vores nyhedsmail, så får du automatisk besked om alle nyheder fra Pensionisthøjskolen.

GLUD

Krolf

I samarbejde med Idrætsforeningen

- Sted: Sportspladsen, Sønderbakken 27, 7130 Juelsminde
- bag skolen i Glud
- Start: Hele året.
- Tid: Mandag kl. 14.00 til 16.00 og onsdag kl. 9.30 til 11.30
- Tovholder: Marianne Wolder 2929 2888
- Pris: 150,- kr. for et år.

*Kom og prøv spillet. Der er køller og kugler til rådighed.
Medbring selv kaffen til lidt hygge i pausen.*

Senioridræt på mixhold

- Sted: Glud hallen, Sønderbakken 25 B, Glud, 7130 Juelsminde
- Start: Torsdag den 12. januar og den 7. september
- Dag: Hver torsdag kl. 9.00 - 10.30 (i vinterhalvåret)
- Instruktør: Laurits Lauritsen, tlf. 3098 5071
- Pris: 100,- kr.

Der tilbydes fælles opvarmning i hallen, hvor hele kroppen bliver arbejdet igennem. Derefter er der Tæppecurling, Skumtennis, "Bedste" Volley, Bordtennis, Bowls samt Pickleball.



HEDENSTED

Ildræt i dagtimer - Gymnastik, Krolf og Volley

Seniorgymnastik på mixhold

Kan tilmeldes via
pfs.hedensted.dk

I samarbejde med ÆldreSagen, Hedensted

Sted: Hedensted Centret, Gesaagervej nr. 70, Hedensted
 Start: Den 9. jan. Efteråret start den 11. sep. *Ferie i uge 7 og 42*
 Tid: Mandag kl. 9.40 – 10.40
 Instruktør: Sonja Brix
 Pris: Forår: 11 gange for 275,- kr. Efterår: 12 gange for 300,-kr.

Vi arbejder hele kroppen igennem ledsaget af god musik. Kom i afslappet tøj og medbring liggeunderlag. Der er mulighed for omklædning og bad.

Krolf - indendørs/udendørs

I samarbejde med ÆldreSagen, Hedensted

Sted: Hedensted Centret, Gesaagervej 68, Hal A, Hedensted
 Start: Indendørs 2. januar til 27. marts og 2. oktober
 Udendørs - Vi spiller hele året.
 Tid: Mandag kl. 14.00 (inde) – Torsdag kl. 14.00 (ude)
 Kontakt: Jørgen Tønnes og Rita Lautrup 5141 1720
 Pris: 100,- kr.

Kom og prøv spillet. Der er køller og kugler til rådighed, samt instruktør til at lære os reglerne. Medbring selv kaffen til lidt hygge i pausen.

Volley 60+

I samarbejde med ÆldreSagen, Hedensted

Sted: Hedensted Centret, Gesaagervej 68, Hal A, Hedensted
 Start: 10. januar til 28. marts og 5. september til 12. december.
 Tid: Tirsdag kl. 14.00 – 15.30
 Kontakt: Lis Jacobsen, tlf. 2282 3994
 Pris: 100,- kr. for hver sæson.

Er du vild med boldspil, så kom til Volley 60+. Vi spiller med en blød bold på en badmintonbane. Alle kan være med.

Seniordans

Kan tilmeldes via
pfs.hedensted.dk

- Sted: Kastaniehøj, Kirkegade 16,
8722 Hedensted
- Start: Forår start den 5. januar. Ferie uge 7
Efteråret start den 14. september. Ferie uge 42
- Tid: Torsdag kl. 14.00 – 16.00
- Instruktør: Birte Stisen og Freddy Herbst
- Pris: 10 gange 250,- kr.

Er du vild med dans, så kom og dans dig glad. Seniordans er godt for hjerte, hjerne, helbred og humør. Dansene er partnerfri og alle kan være med – også nybegyndere. Medbring lidt vand, kaffe eller frugt til pausen.

Syng sammen

Kan tilmeldes via
pfs.hedensted.dk

I samarbejde med ÆldreSagen Hedensted

- Sted: Kastaniehøj, Kirkegade 16, 8722 Hedensted
- Start: Forår: 12. jan. - 26. jan. - 9. feb. - 23. feb. - 9. marts - 23. marts
Efterår: 28. sept. - 12. okt. - 26. okt. - 9. nov. - 23. nov. - 7. dec.
- Tid: Hver anden torsdag kl. 9.30 - 11.30
- Musik: Klaver Vita Kristensen - Sang: Inge Ditlevsen
- Pris: Forår 6 gange for 150,- kr. - Efterår 6 gange 150,- kr.

Kom og få sangmusklerne brugt, her kan alle nemlig være med, bare man har lyst til at være sammen med en masse sangglade mennesker. I pausen hygger vi os med en kop kaffe og en god snak.

Gå-hold ved Biblioteket

- Tid: Hver tirsdag kl 10.00

For langsomtgående

Tovholder: Margit Brink Tlf. 2553 4540

For alm. gående

Tovholdere: Ingrid Toseninge Tlf.: 4014 2436/Edith Sørensen Tlf.: 4163 1257

Padel

Sted: Padel Arena, Hedensted, Lundagervej 22, 8722 Hedensted.
Start: Den 6. januar. Ferie uge 7
Efterår den 8. september ferie i uge 42
Tid: Fredag kl. 10.00-12.00
Instruktør: Sune Mortensen - *Tilmelding på telefon 2575 7517.*
Pris: 250 kr. (12 gange)

“Vi skal have det sjovt med Padel”. Den nye populære aktivitet giver tilpas sved på panden - er rigtig nem at spille og super sjov. Alle kan være med. Der er gratis bat og bolde, alt du skal have med er et par gode indendørs sko. Der afsluttes med gratis kaffe. Padel i fællesskab med andre bidrager til godt humør og livsglæde.

HORNSYLD

Petanque

I samarbejde med HIF

Sted: Ved Hornsyld Idrætscenter, foran biblioteket,
Nørremarksvej 3, 8783 Hornsyld
Start: Hele året
Tid: Hver tirsdag kl. 14.00 - 16.00
Tovholder: Ove Hyldborg Sørensen tlf: 2339 2540
Pris: 200,- kr.

Har du lyst til at prøve spillet så kig forbi, vi skal nok tage godt imod dig.



JUELSMINDE

Syng sammen

I samarbejde med ÆldreSagen, Juelsminde

Sted:	Juelsmindehallen, Tofteskovvej 12, 7130 Juelsminde
Dato:	Forår: 9. jan. - 23. jan. - 6. feb. - 20. feb. - 6. marts - 20. marts Fællessang på havnen i Juelsminde: Mandag den 10. og 24. juli kl. 20.05 Efterår: 25. sept. - 9. okt. - 23. okt. - 6. nov. - 20. nov. - 4. dec.
Tid:	Hver anden mandag kl. 9.30 – 11.00
Leder:	Lise Winther Olsen.
Musik:	Ved pianist - Jytte Kragh og Birte Stisen, klarinet og bas - Freddy Herbst og violin - Kirsten Pedersen
Pris:	6 gange for 150,- kr.

Har du lyst til at være sammen med en masse sangglade mennesker, så kig forbi og se om det er noget for dig.

I pausen hygger vi os med kaffe og en god snak. Kage kan købes.

Seniordans

I samarbejde med Ældre Sagen i Juelsminde

Sted:	Juelsmindehallen, Tofteskovvej 12, 7130 Juelsminde
Forår:	Den 2. jan.- 16. jan. - 30. jan. - 27. feb. - 13. marts - 27. marts Ferie: 13. februar Efterår: Den 18. sep. - 2. okt.- 30. okt.- 13. nov. - 27. nov. - 11. dec. Ferie: 16. oktober
Tid:	Mandag kl. 10.00 -12.00
Instruktør:	Bente Drammestrup
Pris:	6 gange 150,- kr.

Er du vild med dans, så kom og dans dig glad. Seniordans er godt for hjerte, hjerne, helbred og humør. Dansene er partnerfri og alle kan være med – også nybegyndere. Vi danser i 2 x 45 min og har en pause på en halv time. I pausen drikker vi kaffe/te og kage kan tilkøbes for 10 kr.

Kroff

I samarbejde med ÆldreSagen, Juelsminde

Sted: Hellebjerg Idrætsungdomsskole,
Jens Engbergs Allé 4, 7130 Juelsminde

Start: Tirsdag den 11. april

Tid: Hver tirsdag kl. 10.00 til 12.00

Tovholder: Martin Bech Jørgensen, tlf. 5193 6856

Pris: 50,- kr.

Kom og prøv spillet. Der er køller og kugler til rådighed, samt instruktør til at lære os reglerne. Medbring selv kaffen til lidt hygge i pausen.

Senioridræt

I samarbejde med badmintonklubben, Juelsminde

Sted: Juelsmindehallen, Tofteskovvej 12, 7130 Juelsminde

Start: 4. januar til 29. marts og 13. sept. til 13. december

Tid: Onsdag kl. 10.00 til 12.00

Tovholder: Lilli Berdin, tlf. 4018 3726

Pris: Pris: 150,- kr. for et helt år.

Efter endt opvarmning spiller vi tæppecurling, Petanque og Bowls.

Ved opstart i september er der kaffe og rundstykker i cafeen.

Medbring selv kaffen til lidt hygge i pausen.

Billard

I samarbejde med Juelsminde Billardklub

Sted: Juelsmindehallen, Tofteskovvej 12, 7130 Juelsminde

Tid: Der spilles hver dag.

Tovholder: Knud Erik Vig Hansen, tlf. 2339 2311

Pris: 550,- kr. for et helt år.

Kom og prøv det hyggelige og sjove spil i vore flotte klublokaler.

Vi spiller både for sjov og tager til turneringer. Ring for tilmelding.

Vandrehold

Sted: Juelsmindehallen, Tofteskovvej 12, 7130 Juelsminde

Tid: Torsdag kl. 13.00 (7- 10 km) *Ferie efter skolernes ferieplan.*

Tovholder: Carl P. Østerby tlf. 2872 8033 og
Henning Christiansen tlf. 4031 3966

LINDVED

Krolf

Sted: Tingparken, Gl. landevej, Lindved, 7100 Vejle
Start: Torsdag den 13. april
Tid: Hver torsdag kl. 18.30
Kontakt: Margot Harrison, tlf. 5132 9161

Vi har en dejlig park i Lindved hvor vi med private kræfter har lavet en krolf-bane. Vi har køller og kugler til rådighed og spiller 24 huller hver tirsdag aften, herefter hygger vi med vores aftenkaffe i pavillonen. Vi vil gerne have besøg af andre krolfspillere og vi besøger også gerne andre.

Vandrehold

Sted: Lindved, start v. Tingparkens P-plads.
Tid: Efterår og vinter: Hver tirsdag kl. 9.30,
Sommer: Hver mandag kl. 18.30
Tovholder: Arne Henriksen - tlf. 7585 1203 og
Anna Marie Pedersen - tlf. 4092 0035



RASK MØLLE

Skydning i Rask Mølle

I samarbejde med Honum og Omegns skytteforening og ÆldreSagen Tørring-Uldum

Sted:	Klubhuset, Kildevej 11, 8763 Rask Mølle Udendørs skydning: Nr. Snedevej 118, 8763 Rask Mølle <i>Vi skyder ude på 50 m bane i Honum i maj, juni, september og oktober</i>
Start:	4. januar. vi holder ferie i juli måned
Tid:	Hver anden onsdag i ulige uger kl 10.00 til 12.00
Kontaktperson:	Søren Rasmussen, tlf 2146 1449
Pris:	35 kr pr gang + 20 kr. for kaffe og brød

*For kvinder og mænd, øvede som nybegynder. Vi tilbyder gevær skydning på 15 mtr. bane – våben og ammunition er til rådighed.
Vi har også tid til hyggeligt samvær med kaffe.*

RÅRUP

Petanque

Sted:	Sommer: Rårup Kirkecenter, Bakkedalsvej 25 K, 7130 Juelsminde Vinter: Rårup Hallen, Kirkedalsvej 53, 7130 Juelsminde
Start:	Vi spiller hele året. Maj t.o.m. september ude. Oktober t.o.m. april inde.
Tid:	Sommer hver onsdag kl. 14.00 til 16.00 Vinter hver torsdag kl. 14.00 til 16.00
Tovholder:	Erna Rasmussen, tlf. 5184 3578
Pris:	Kun i vintersæson 225,- kr.

*Har du lyst til at prøve spillet så kik forbi, vi skal nok tage godt imod dig.
I samarbejde med Rårup Idrætsforening.*

TØRRING

Idræt i dagtimer

I samarbejde med Tørring Idræts forening

Sted:	Gudenåcentret, Kirkevej 10, 7160 Tørring
Start:	Den 3. januar. Efteråret start den 29. august
Tid:	Tirsdag kl. 10.00 – 12.00 (Fra kl. 11.10 svømmehal/fitness)
Forår:	3. jan. til 28. marts (12 gange) (vinterferie ingen gymnastik)
Efterår:	29. aug. til 5. dec. (14 gange) (efterårsferie ingen gymnastik)
Instruktør:	Jette Højgaard, Lene Søndergaard Ellingsen
Pris:	350 kr. for en sæson.

Der tilbydes fælles opvarmning og gymnastik i hallen, hvor hele kroppen bliver arbejdet igennem. Kom i afslappet tøj og medbring liggeunderlag. Efter kl. 11.00 kan du blive i hallen eller gå i fitness eller i svømmehallen og deltage i enten vandgymnastik eller banesvømning.

Syng sammen

Kan tilmeldes via
pfs.hedensted.dk

Sted:	Gudenåcentret i Tørring, Kirkevej 10, 7160 Tørring
Forår:	5. jan., 19. jan., 2. feb., 16. feb., 2. marts, 16. marts, 30. marts.
Efterår:	21. sep., 5. okt., 19. okt., 2. nov., 16. nov., 30. nov., 14. dec.
Tid:	Hver anden torsdag kl. 9.30 – 11.30
Musik:	Klaver Martha Sandahl
Pris:	7 gange for 175,- kr.

Har du lyst til at være sammen med en masse sangglade mennesker, så kig forbi og se om det er noget for dig. I pausen hygger vi os i sanglokalet med den medbragte kaffe og en god snak.

Vandrehold

Sted:	Kiosk ved campingplads, 7160 Tørring.
Tid:	Hver onsdag kl. 9.30
Tovholder:	Grethe Vingum - tlf. 7580 1235 og Henny Nielsen - tlf. 4085 7002

ULDUM

Vandrehold

Sted: Start ved biblioteket.
Tid: Hver torsdag kl. 9.00
Tovholder: Gerda Volkmann - tlf.: 2889 9688

ØLHOLM

Petanque

I samarbejde med Ølholm Boldklub

Sted: Langskovhallen, Skolevej 80, Ølholm, 7160 Tørring
Start: Hele året. Vi spiller inde i vinterhalvåret og går ud onsdag den 15. marts til den 11. oktober - afhængig af vejret.
Tid: Hver onsdag kl. 19.00 til 20.30
Tovholder: Stern Pirupshvarre, tlf. 2268 5064
Pris: pris 200 kr. pr. sommer el. vinter sæson

Har du lyst til at prøve spillet så kig forbi, vi skal nok tage godt imod dig.

Krolf

I samarbejde med Ølholm Krolf Klub

Sted: Byparken Ølholmbygade, 7160 Tørring
Tid: Hver tirsdag kl. 13.30 til 15.30, hele året
Pris: 100,- kr.
Kontakt: Niels Wind, tlf. 2129 8990

*Kom og prøv spillet. Der er køller og kugler til rådighed.
Medbring selv kaffen til lidt hygge i pausen.*

ØLSTED

Bordtennis slagstyrke 60+

I samarbejde med Ølsted Bordtennisklub

- Sted: Ølsted Hallen, Kirstinelundsvej 9, Ølsted, 8723 Løsning
Start: Vinter/Forår: 3. januar til 25. april.
Efterår/Vinter: 29. august til 19. december
Vi følger skolernes ferieplan.
Tid: Tirsdag kl. 14.00 - 17.00
Instruktør: Erik Hansen, tlf. 5123 1691
Pris: 400,- kr. for hele vintersæsonen.

Alle kan være med, da spillet kan varieres i tempo og intensitet. Det sociale vil være en stor del af spillet, og der vil blive taget godt imod nye spillere.

Vandrehold

- Sted: Spejderhuset.
Tid: Hver onsdag kl. 14.00
Tovholder: Kirsten Høgh - tlf. 6093 3794

ØSTER SNEDE

Kroket

I samarbejde med Sole Idrætsforening Kroketafdeling

- Sted: Øster Snede Stadion, Ribevej 65, 8723 Løsning ved skolen
Start: Den 3. januar. Vi spiller hele året.
Tid: Tirsdag kl. 13.30 - 16.30
Tovholder: Bjarne Toft, tlf. 2627 3231

Savner du nogen at spille kroket med? Så kom og prøv spillet. Alle kan deltage, der er ingen krav til påklædning eller udrustning, kom blot som du er. Vi stiller udstyr og instruktør til rådighed.



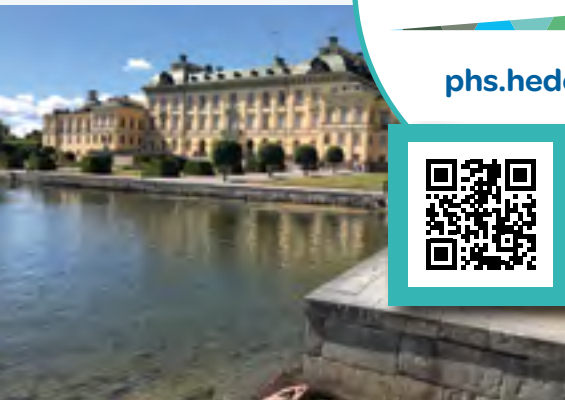
Alle rejser
tilmeldes og betales
via vores hjemmeside

Pensionisthøjskolen

phs.hedensted.dk



Scan QR koden
og kom direkte
ind på vores
hjemmeside



VANDREHOLD / GÅTURE, HELE ÅRET

I samarbejde med ÆldreSagen

Hedensted Sted: Biblioteket
 Tid: Hver tirsdag kl. 10.00
 Tovholder: Ingrid Rosenvinge tlf. 4014 2436
 Margit Brink 2553 4540 (langtsomt gående)

Juelsminde Sted: Juelsmindehallen
 Tid: Torsdag kl. 13.00 til 15.00 (7- 10 km)
 Tovholder: Carl P. Østerby tlf. 2872 8033
 Henning Christiansen tlf. 4031 3966

Lindved Sted: Lindved, start v. Tingparkens P-plads.
 Tid: Efterår og vinter: Hver tirsdag kl. 9.30
 Sommer: Hver mandag kl. 18.30
 Tovholder: Arne Henriksen - tlf. 7585 1203 og
 Anna Marie Pedersen - tlf. 4092 0035

Tørring Sted: Kiosk ved campingplads
 Tid: Hver onsdag kl. 9.30
 Tovholder: Grethe Vingum - tlf. 7580 1235
 Henny Nielsen - tlf. 4085 7002

Uldum Sted: Uldum, start ved biblioteket
 Tid: Hver torsdag 9.00
 Tovholder: Gerda Volkmann - tlf.: 2889 9688

Ølsted Sted: Spejderhuset
 Tid: Hver onsdag kl. 14.00
 Tovholder: Kirsten Høgh tlf. 6093 3794

Se også side 9 - Over stok og sten

Har du/I lyst til at starte et vandre- eller stavgangshold i jeres område, så kontakt Annabel tlf. 2380 9837

HOLDPLAN FOR ÅRET 2023

Se yderligere informationer om holdene, tid, sted og pris under aktiviteter i første del af programmet fra side 9.

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG
Seniorgymnastik Mixhold Hedensted Centret Kl. 9.40 - 10.40	Idræt i dagtimer Gudenåhallen i Tørring Kl. 10.00 - 12.00	Kroff Glud Sportspladsen Kl. 9.30 - 11.30	Senioridræt på mixhold Glud hallen Kl. 9.00 - 10.30
Syng sammen i Juelsminde Juelsminde hallen Hver anden mandag Kl. 9.30 - 11.00	Kroff Juelsminde Hellebjerg idræts- ungdomsskole Kl. 10.00 - 12.00	Skydning Rask Mølle, Klubhus Kl. 10.00 - 12.00	Syng sammen Kastaniehøj, Hed. Hver anden torsdag Kl. 9.30 - 11.30
Seniordans Juelsminde hallen Hver anden mandag Kl. 10.00 - 12.00	Kroff Ølholm Byparken Kl. 13.30 - 15.30	Petanque Rårup Sommer: Rårup Kirkecenter/	Syng sammen i GudenåCentret Tørring Hver anden torsdag Kl. 9.30 - 11.30
Kroff Glud Sportspladsen Kl. 14.00 - 16.00	Kroket Øster Snede Stadion/ Ved skolen Kl. 13.30 - 16.30	Højskolemøder Lindved Sognegaard Hver anden onsdag Kl. 14.00 - 16.30	Kroket Øster Snede Stadion/Ved skolen Kl. 13.30 - 16.30
Idræt i dagtimer Kroff - indedørs Hedensted Centret Kl. 14.00 - 16.00	Idræt i dagtimer Volley 60+ Hedensted Centret Kl. 14.00 - 15.30	Højskolemøder Kirkecenter Hedensted Hver anden onsdag Kl. 14.00 - 16.30	Seniordans Kastaniehøj, Hed. Kl. 14.00 - 16.00
	Bordtennis Slagstyrke +60 Ølstedhallen Kl. 14.00 - 17.00	Petanque Langskovhallen Ølholm Kl. 19.00 - 20.30	Idræt i dagtimer Kroff - udendørs Hedensted Centret Kl. 14.00 - 16.00
	Petanque Hornslyd Idrætscenter Kl. 14.00 - 16.00	Senioridræt Juelsminde hallen Kl. 10.00 - 12.00	Kroff i Lindved Tingparken Kl. 18.30
			Petanque Rårup Vinter: Rårup Hallen Kl. 14.00 - 16.00
FREDAG Padel tennis Hedensted kl. 10.00 til 12.00			
HVER DAG Billard Juelsminde			

Højskolemøder i Lindved

- Sted:** Lindved sognegård, Sognegårdsvej 1, 7100 Vejle
Tid: Onsdage kl. 14.00 - 16.30
Pris: 80,- kr. inkl. kaffe og kage
Tilmelding: Kan tilmeldes via phs.hedensted.dk
eller ring til Annabel 2380 9837

FORÅR 2023

Onsdag den 25. januar

Toner af Guld og Matador

Et koncertforedrag med musik fra 30'erne og 40'erne med en forkærlighed for Matador. Lyt til melodierne, der understreger stemninger af glæde, vemod munterhed og drama. Det samme gør Rødes bryllupsoptræden, Elisabets klaver spil, de tyske soldaters traurige lieder, samt indslag på postgården af finkulturel karakter. Numrene bindes sammen af små fortællinger om TV-succesen. Det hele rundes af på festlig vis af Konsulinde Holms sang: "Sølvstæng i det gyldne hår".

Ved: Helle og Dynes Skovkjær

Onsdag den 8. februar

Som Presseofficer i Helmand

Hvordan fortæller man om godt 600 danske soldaters hverdag i en ørken langt fra Danmark? Hvordan skriver man et mindeord over ens døde kammerater? Hvordan er det at 'skide i en pose, sove i en pose, spise fra en pose'? Det og meget mere vil kaptajn af reserven, journalist og tidligere presseofficer hos den danske kampgruppe i Helmand, Christina Larsen, fortælle meget mere om, når hun med billeder og film viser dagligdagen i den danske lejr og de omkringliggende omgivelser. Ligesom hun vil give et indblik i krigen og hvordan det var at se billederne af et land i kaos, da de sidste tropper trak sig ud.

Ved: Christina Jo larsen

Onsdag den 22. februar

På plejehjem med trillebør og halmballe

Hvorfor tager klovne på plejehjemsbesøg? Har ældre mennesker godt af at grine?

Hvad sker der, når man tager en halmballe og andre sanselige rekvisitter med på plejehjem? Hvad betyder det, når der insisteres på det sansende i hvert enkelt menneske? Disse og andre spørgsmål vil blive besvaret i et underholdende foredrag om relationsarbejde, samvær og livsglæde - og om hvor lidt der i virkeligheden skal til for at gøre en positiv forskel i andres hverdag. Om klovneduoen TUT & TUT er professionelle plejehjemsklovne, der siden 2015 har skabt smil, glæder og stjernestunder hos beboere og personale på pleje- og daghjem gennem deres finurlige relationsarbejde.
Ved: *Arendse Lillesø og Tanja Marcher*

Onsdag den 8. marts

50 år i dansk presse

Tommy Poulsen har arbejdet 50 år på Horsens Folkeblad fra 1971 til 2021. Han vil beskrive udviklingen gennem de 50 år fra elevtiden i Juelsminde til de sidste 36 år som sportsredaktør og rejsende i 38 lande og udviklingen i dansk presse, hvor Horsens Folkeblad rundede 25.000 og i dag er nede på omkring 6000 betalende kunder. I 1971 og 1972 kørte Tommy Poulsen Bjerre herred tyndt og skrev alt om de små landsbyer efter kommunesammenlægningen. Han sluttede med at deltage i VM i fodbold fire gange i: Mexico, Frankrig, Sydkorea og Sydafrika.

Ved: *Tommy Poulsen*



Helle og Dynes Skovkjær



Christina Jo Larsen



Tommy Poulsen

Onsdag den 22. marts

De hvide busser på Møgelkær

Fra begyndelsen af december 1944 til marts 1945 lykkedes det for de danske myndigheder at få lov til at hente flere hundrede danske Kz- fanger i Tyskland.

I februar 1945 havde Bernadotte opnået en aftale med SS-Rigsfører Heinrich Himmler, som gik ud på, at de danske og norske kz-fanger i Tyskland kunne samles i Neuengammen kz-lejren ved Hamborg, under beskyttelse af Svensk Røde Kors. Herfra skulle de transporteres til det neutrale Sverige. Den 20. april 1945 hjemførte en nyligt udrustet og hvidmalet armada af DSB-busser, private rutebiler, ambulancer og andre køretøjer de sidste ca. 4.200 nordiske fanger fra Neuengammen. Heraf blev de ca. 2.200 kørt til Møgelkær hvorfra de efter at være blevet forplejet i flere dage - transporteres videre til Sverige. De sidste Kz-fanger forlod Møgelkær omkring den 2. maj 1945.

Ved: Vagn Nedergaard

Udvalgte foredragsholdere i 2023



Anne Marie Glistrup



Tut og Tut



Lene Oustrup og
Peter Lorenzen



Marie Holm
Laursen



Koushi
Radhakrishnan



Onsdag den 27. september

Kom og mød din kommune

På Højskolemødet i dag kommer der medarbejdere fra Kørselskontoret, Biblioteket og Sundhedshuset. "Vækst" som fortæller om fremtidens bolig og kommunens udvikling, "Miljø" vil fortælle om affaldsordningen nu og i fremtiden samt "Natur" som kan fortælle os om Biodiversitet og vandløb. Kom og bliv orienteret om hvad der sker i din kommune og stil dine spørgsmål til "dem fra kommunen".

Der er korte oplæg fra alle og tid til spørgsmål.

Onsdag den 11. oktober

Sæt turbo på din Livsglæde

Marie er en enormt eftertragtet foredragsholder i livsglæde og har holdt hundredvis af foredrag i hele Danmark. Hun har medvirket i TV2 dokumentarene "Pigen med knogler af glas" og "Glaspigen med Jernviljen – Marie flytter hjemmefra" og DR1 dokumentaren "Mads, Marie og Kronprinsessen".

Marie tager rundt med sit foredrag "Sæt turbo på din livsglæde", hvor hun fyrer op for grin og latter samtidig med, at hun giver en hudløs ærlig fortælling om hendes liv. Et liv, der på mange måder ligner et helt almindeligt ungdomsliv, men med det vilkår, at hendes knogler kan brække når som helst. Marie er født med den sjældne sygdom Osteogenesis Imperfecta også kaldet medfødt knogleskørhed. Det har betydet, at hun har haft ca. 500 brækkede knogler og i 2013 var tæt på at miste livet, da hun faldt ud af kørestolen.

Ved: Marie Holm Laursen

Onsdag den 8. november

Mogens Glistrup - Politikeren og privatpersonen i fortælling og sang

Hør om en skæbne i danmarkshistorien – om Mogens Glistrup og hans begivenhedsrige liv – fortalt af hans datter og med et udvalg af sange, Glistrup kunne lide og som betød meget for ham.

Glistrup var politiker og provokatør, han var utrættelig – og kæmpede livet igennem med åben pande, for hvad han for alvor troede på. Han læste meget – også litteratur, han kendte sine klassikere, sin højskolesangbog, teater og revy og han sang gerne højt og med glæde.

Ved: *Anne-Marie Glistrup*

Onsdag den 22. november

Jeg er en firkantet cirkel

Nogle gange tager livet nogle overraskende drejninger. Som spæd, havde jeg ikke planlagt, at jeg skulle havne et sted i Silkeborg 40 år efter. Det var ikke min unge alder, som var grund til min uvidenhed - det handlede om, at jeg befandt mig på den anden side af kloden i 40 graders tropisk varme. Men hvorfor endte jeg så her? Hvad laver jeg her? Hvad sker der når man ikke lige passer ind i "den optimale" forestilling om hvordan jeg burde være? Få historien om en lille brun drengs famlen rundt for at blive en høj mand på 40. En livsrejse blandt guder med 10 hoveder og Fader Vor, danske værdier og tamilske normer, at fejre Diwali OG jul, få en mulighed for at blive Tv-vært og nyde de muligheder det gav, for at finde glæden i lærergeneringen.

Ved: *Koushi Radhakrishnan*

Onsdag den 6. december kl. 12.00 til 16.00

Juleafslutning "I denne søde juletid" med julefrokost

Et blandet juleprogram, hvor Lene og Peter synger både nye og gamle juleviser og -sange, kendte og ukendte – og med hovedvægten på det glade og lystige. De supplerer med historier om de enkelte viser og sange. Desuden skal vi også synge nogle af årstidens sange. Vi skal naturligvis nyde en dejlig julefrokost ind mellem den gode underholdning. Glæd dig til en hyggelig eftermiddag og lad julefreden sænke sig.

ved *Lene Oustrup* og *Peter Lorenzen*

Husk: Tilmelding til juleafslutningen på hjemmesiden phs.hedensted.dk eller ved fremmøde på tidligere møder. Pris 200 kr.

Højskolemøder i Hedensted

Sted: Kirkecenteret, Kirkegade 15, 8722 Hedensted
Tid: Onsdage kl. 14.00 - 16.30
Pris: 80,- kr. incl. kaffe og kage
Tilmelding: Kan tilmeldes via pfs.hedensted.dk eller ring til Annabel 2380 9837

FORÅR 2023



Helle og Dynes Skovkjær

Onsdag den 18. januar

"Toner af Guld og Matador"

Et koncertforedrag med musik fra 30'erne og 40'erne med en forkærlighed for Matador. Lyt til melodierne, der understreger stemninger af glæde, vemod munterhed og drama. Det samme gør Rødes bryllupsoptræden, Elisabets klaver spil, de tyske soldaters traurige lieder, samt indslag på postgården af finkulturel karakter. Numrene bindes sammen af små fortællinger om TV-succesen.

Det hele rundes af på festlig vis af Konsulinde Holms sang:

"Sølvstæng i det gyldne hår".

Ved: *Helle og Dynes Skovkjær*

Onsdag den 1. februar

Som Presseofficer i Helmand

Hvordan fortæller man om godt 600 danske soldaters hverdag i en ørken langt fra Danmark? Hvordan skriver man et mindeord over ens døde kammerater? Hvordan er det at 'skide i en pose, sove i en pose, spise fra en pose'? Det og meget mere vil kaptajn af reserven, journalist og tidligere presseofficer hos den danske kampgruppe i Helmand, Christina Larsen, fortælle meget mere om, når hun med billeder og film viser dagligdagen i den danske lejr og de omkringliggende omgivelser. Ligesom hun vil give et indblik i krigen og hvordan det var at se billederne af et land i kaos, da de sidste tropper trak sig ud.

Ved: *Christina Jo larsen*



Christina Jo larsen

Onsdag den 1. marts

På plejehjem med trillebør og halmballe

Om foredraget 'På Plejehjem med Trillebør og Halmballe' Hvorfor tager klovnne på plejehjemsbesøg? Har ældre mennesker godt af at grine?

Hvad sker der, når man tager en halmballe og andre sanselige rekvisitter med på plejehjem? Hvad betyder det, når der insisteres på det sansende i hvert enkelt menneske? Disse og andre spørgsmål vil blive besvaret i et underholdende foredrag om relationsarbejde, samvær og livsglæde - og om hvor lidt der i virkeligheden skal til for at gøre en positiv forskel i andres hverdag.

Om klovnduoen TUT & TUT er professionelle plejehjemsklovnne, der siden 2015 har skabt smil, glæder og stjernestunder hos beboere og personale på pleje- og daghjem gennem deres finurlige relationsarbejde.

Ved: *Arendse Lillesø og Tanja Marcher*



Tut og Tut

Onsdag den 15. marts

50 år i dansk presse

Tommy Poulsen har arbejdet 50 år på Horsens Folkeblad fra 1971 til 2021. Han vil beskrive udviklingen gennem de 50 år fra elevtiden i Juelsminde til de sidste 36 år som sportsredaktør og rejsende i 38 lande og udviklingen i dansk presse, hvor Horsens Folkeblad rundede 25.000 og i dag er nede på omkring 6000 betalende kunder. I 1971 og 1972 kørte Tommy Poulsen Bjerre herred tyndt og skrev alt om de små landsbyer efter kommunesammenlægningen. Han sluttede med at deltage i VM i fodbold fire gange i: Mexico, Frankrig, Sydkorea og Sydafrika.

Ved Tommy Poulsen



Tommy Poulsen

Onsdag den 29. marts

De hvide busser på Møgelkær

Fra begyndelsen af december 1944 til marts 1945 lykkedes det for de danske myndigheder at få lov til at hente flere hundrede danske Kz-fanger i Tyskland.

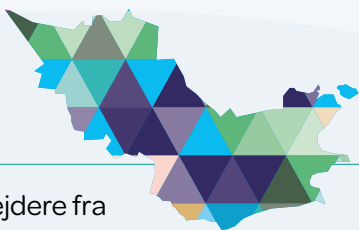
I februar 1945 havde Bernadotte opnået en aftale med SS-Rigsfører Heinrich Himmler, som gik ud på, at de danske og norske kz-fanger i Tyskland kunne samles i Neuengamme kz-lejren ved Hamborg, under beskyttelse af Svensk Røde Kors. Herfra skulle de transporteres til det neutrale Sverige. Den 20. april 1945 hjemførte en nyligt udrustet og hvidmalet armada af DSB-busser, private rutebiler, ambulancer og andre køretøjer de sidste ca. 4.200 nordiske fanger fra Neuengamme. Heraf blev de ca. 2.200 kørt til Møgelkær hvorfra de efter at være blevet forplejet i flere dage - transporteres videre til Sverige. De sidste Kz-fanger forlod Møgelkær omkring den 2. maj 1945.

Ved: Vagn Nedergaard

EFTERÅR 2023

Onsdag den 20. september

Kom og mød din kommune



På Højskolemødet i dag kommer der medarbejdere fra Kørselskontoret, Biblioteket og Sundhedshuset. "Vækst" som fortæller om fremtidens bolig og kommunens udvikling, "Miljø" vil fortælle om affaldsordningen nu og i fremtiden samt "Natur" som kan fortælle os om Biodiversitet og vandløb. Kom og bliv orienteret om hvad der sker i din kommune og stil dine spørgsmål til "dem fra kommunen". Der er korte oplæg fra alle og tid til spørgsmål.

Onsdag den 4. oktober

Sæt turbo på din livsglæde

Marie er en enormt eftertragtet foredragsholder i livsglæde og har holdt hundredvis af foredrag i hele Danmark. Hun har medvirket i TV2 dokumentarene "Pigen med knogler af glas" og "Glaspigens med Jernviljen – Marie flytter hjemmefra" og DR1 dokumentaren "Mads, Marie og Kronprinsessen". Marie tager rundt med sit foredrag "Sæt turbo på din livsglæde", hvor hun fyrer op for grin og latter samtidig med, at hun giver en hudløs ærlig fortælling om hendes liv. Et liv, der på mange måder ligner et helt almindeligt ungdomsliv, men med det vilkår, at hendes knogler kan brække når som helst. Marie er født med den sjældne sygdom Osteogenesis Imperfecta også kaldet medfødt knogleskørhed. Det har betydet, at hun har haft ca. 500 brækkede knogler og i 2013 var tæt på at miste livet, da hun faldt ud af kørestolen.

Ved: Marie Holm Laursen



Marie Holm Laursen



Anne Marie Glistrup



Koushi Radhakrishnan



Lene Oustrup og
Peter Lorenzen

Onsdag den 1. november

Mogens Glistrup - Politikeren og privatpersonen i fortælling og sang

Hør om en skæbne i danmarkshistorien – om Mogens Glistrup og hans begivenhedsrige liv – fortalt af hans datter og med et udvalg af sange, Glistrup kunne lide og som betød meget for ham.

Glistrup var politiker og provokatør, han var utrættelig – og kæmpede livet igennem med åben pande, for hvad han for alvor troede på.

Han læste meget – også litteratur, han kendte sine klassikere, sin højskole-sangbog, teater og revy og han sang gerne højt og med glæde.

Ved: *Anne-Marie Glistrup*

Onsdag den 15. november

Jeg er en firkantet cirkel

Nogle gange tager livet nogle overraskende drejninger. Som spæd, havde jeg ikke planlagt, at jeg skulle havne et sted i Silkeborg 40 år efter. Det var ikke min unge alder, som var grund til min uvidenhed - det handlede om, at jeg befandt mig på den anden side af kloden i 40 graders tropisk varme. Men hvorfor endte jeg så her? Hvad laver jeg her? Hvad sker der når man ikke lige passer ind i "den optimale" forestilling om hvordan jeg burde være? Få historien om en lille brun drengs famlen rundt for at blive en høj mand på 40. En livsrejse blandt guder med 10 hoveder og Fader Vor, danske værdier og tamilske normer, at fejre Diwali OG jul, få en mulighed for at blive Tv-vært og nyde de muligheder det gav, for at finde glæden i lærergerningen.

Ved: *Koushi Radhakrishnan*

Onsdag den 29. november

Juleafslutning "I denne søde juletid"

Et blandet juleprogram, hvor Lene og Peter synger både nye og gamle juleviser og -sange, kendte og ukendte – og med hovedvægten på det glade og lystige. De supplerer med historier om de enkelte viser og sange. Desuden skal vi også synge nogle af årstidens sange. Glæd dig til en hyggelig eftermiddag og lad julefreden sænke sig.

ved *Lene Oustrup og Peter Lorenzen*

Husk: Tilmelding til juleafslutningen på hjemmesiden pfs.hedensted.dk eller ved fremmøde på tidligere møder. Pris 100 kr.



Nepal



FLYREJSE



11 DAGE



18. - 28. APRIL 2023

Pr. person

19.250 kr.

*i delt dobbelt
værelse*

Oplev store kulturrigdomme i højderne

Dag 1 - Afgang fra Danmark

Rejse fra Danmark, via Qatar til Nepal.

Dag 2 - Ankomst til Kathmandu (M&A)

Ankomst tidligt om morgenen. Efter indrejseformaliteterne bliver vi kørt til vores hotel, hvor vi nu skal vænnes os til at være kommet op i højderne. Er der stemning for det, tager guiden os med på en lille tur rundt i lokalområdet. Aftensmad på hotellet.

Dag 3 - Stupaer og den hellige gudinde

Kathmandudalen kan prale af at huse hele 7 steder, der er optaget på UNESCO's kultur verdensarvsliste. Vi starter i Durbar Square (klynge af gamle templer, paladser, gårde

og gader). I et af de smukke royale paladser "Hanuman Dhoka" finder vi den levende gudinde. Vi skal også se det storslåede Tekeju- Tempel, der tårner sig op 40 meter over byen. Herefter kommer vi forbi, hvor den store 3 etagers trætempel Kasthamandap stod (et af de ældste templer, der desværre blev ødelagt under jordskælvet i 2015). Der praktiseres mange forskellige religioner i byen. Vi skal nu se den store Buddhistiske stupa Swayambhunath. Det siges at stupaen er over 2500 år gammel. Hele bakken er en smuk mosaik af små Chaityas (små bønnehaller) og Pagode templer.

MED I PRISEN

- Fly fra København – Kathmandu med Qatar Airways t/r
- Dansktalende rejseleder
- 1 stk. håndbagage á max 7 kg
- 1 stk. indtjekket bagage á max 30 kg
- 8 x Overnatninger på gode mellemklasse hoteller

- Daglig morgenmad på hotellerne
- 4 x frokost
- 8 x aftensmad
- 11-dages program inkl. alle nævnte udflugter (inkl. entréer)
- Safari i Chitwan Nationalpark
- Nepalesisk lokalguide

EKSTRA

- Enkeltværelse, tillæg 1.800 kr
- Visum ca. 400 kr.

Dag 4 - Chitwan Nationalparken

Om morgenen forlader vi Kathmandu for at køre til Chitwan Nationalparken i det nepalesiske lavland (Terai). På det meste af køreturen følger vi Trisulifloden med imponerende bjerge til begge sider, hvor små bebyggelser og opdyrkede områder, klæber sig til de stejle sider. Nationalparken dækker 932 km² med skov- og græsområder, og mange floder og søer. Der er næsten garanti for at vi ser de store og helt specielle pansernæsehorn. Det rige dyreliv inkluderer også aber, krokodiller og over 500 forskellige fuglearter. Måske er vi heldige at spotte en Bengalske Tiger. Frokost og aftensmad på hotellet.

Dag 5 - Pansernæsehorn og tigere

Vi skal tidligt op, da vi skal ud i parken for at se dyrene vågne. Resten af dagen følger vi hotellets program, der bl.a. kan inkludere safari i jeeps, tur på elefantryk og til fods. Vi kan sejle i kanoer på søerne, besøge en lokal landsby og se opvisning af lokal dans. Hvad vi skal, og i hvilken rækkefølge kommer helt an på vind og vejr.

Dag 6 - Pokhera

Smukke og fredfyldte Pokhara ligger lige i midten af Nepal i små 900 meters højde. Byen ligger ned til den skønne Phewa sø og er omgivet af nogle af verdens højeste bjerge – et rigtigt åndehul, der bare inviterer til fred og selvforydelse.

Dag 7 - Solopgang over Himalaya

Vi stiller vækkeuret til tidligere end normalt. Solopgang ved Sarangkot er noget selv de lokale elsker at komme for at opleve. Solopgangen på toppen af klippen med udsigt over Himalayas smukke tinder er den perfekte måde at starte dagen på. Herefter

sejler vi over Phewa søen. Her skal vi besøge Davisa vandfaldet, Gupteshwor grotten og Setj kløften. Dagens sidste stop bliver ved en tidligere tibetansk flygtningelejr, der i dag er en arbejdende landsby, hvor de laver det mest fantastiske håndværk fra tæpper til træudskæringer.

Dag 8 - Fra Pokhara til Bandipur

Bandipur ligger på en bjergside i 1000 meters højde og var oprindeligt handelsby for rejsende fra Tibet og Indien og er derfor rig på kulturelle oplevelser. De smukke tidligere købmandshjem er i dag omdannede til hyggelige gæstehuse, hvor røde bougainvillea blomster falder i kaskader ned fra træbalkonerne. Her går vi en tur i den hyggelige by og nyder freden og stilheden, inden vi i morgen er tilbage i Kathmandu.

Dag 9 - Tilbage til Kathmandu

Efter morgenmaden starter vi turen tilbage til Kathmandu. Det er altid en oplevelse at se mylderet langs vejen og de små byer vi kører igennem.

Dag 10 - 11 - Patan og hjem til Danmark

Vi har dagen til at nyde det sidste af Kathmandu inden vi sidst på aftenen kører til lufthavnen. Vi kører til Patan (Lalitpur). Lalitpur er kunstens by, og ligger omgivet af 4 stupaer, der siges at være bygget i det 3. århundrede e.Kr. af Emperoro Ashoka. Der ligger et væld af velbevarede hindu templer og Viharer (Buddhistiske klostre). Vi skal besøge begge dele og også det gamle Gyldne Tempel.

Fyldte med de sidste indtryk af dette fantastiske land, starter vi sidst på eftermiddagen turen til lufthavnen. Efter et flyskifte i Doha er vi hjemme i København tidlig næste morgen.



Helgoland og Schleswig Holstein



BUSREJSE



3 DAGE



22. - 24. MAJ 2023

Pr. person

3.599 kr.

*i delt dobbelt
værelse*

Natur, kultur og store ingeniør bedrifter

Turen i korte træk

Turen til Helgoland og Schleswig Holstein kommer til at byde på smukke naturoplevelser, Nordtysk kulturhistorie, store ingeniør bedrifter ved Eider Speerwerket og typiske turistmål i St. Peter- Ording.

1. dag: Afrejse til Tönning

Efter opsamling går turen sydpå, over grænsen til Schleswig. Her besøger vi A.P. Møller skolen, som er skole for det danske mindretal i Schleswig/Holstein. Vi får en kort rundvisning og indsigt i

historien omkring opførelsen af den smukke skolebygning. Vi besøger også det tidligere fiskeleje Holm, inden vi forlader Schleswig og sætter kursen til Friedrichstadt. Byen minder meget om en typisk hollandsk by med sin specielle gadestruktur, huse i hollandsk renæssancestil og snoede kanaler. Inden vi tager på en kanalfart og nyder den lille by fra båden, spiser vi vores medbragte håndmadder. Midt på eftermiddagen kører vi videre til Tönning, hvor vi skal bo de næste 2 nætter. Byen har ca. 5.000 indbyggere, som

MED I PRISEN

- 1 x rundstykke og kaffe/the på udrejsedagen
- Håndmadder til frokost (dag 1)
- 2 x overnatning på Hoffmanns Nordfriesisches Haus
- 2 x morgenbuffet

- 2 x middag
- 1 x frokost Husum (dag 3)
- Overfart Büsum – Helgoland t/r, Traktortog på Helgoland
- Udflugt til Ap Møller Skolen, St. Peter Orden, Eider Sperrwerk
- Kanalfart i Friedrichstadt

EKSTRA

- Enkeltværelse, tillæg 500 kr.

hovedsagligt lever af turisme. Vi bor på Hoffmanns Nordfriesisches Haus, der ligger smukt placeret i centrum af Tönning. Middag på hotellet. Efter aftensmaden går rejselederen en tur ned til Ejderen, gennem byen og viser vores nærområde for de næste dage.

2. dag: Helgoland

Efter morgenmad kører vi til Büsum, hvorfra vi sejler til Helgoland. Helgoland ligger ca. 70 km fra fastlandet. En omtumlet tilværelse som både dansk, tysk og engelsk besiddelse endte med en "besættelse" af området. Som et randområde i Europa har øen todfri status, hvilket kan mærkes på prisniveauet. Helgolands landkending er den karakteristiske klippe "Lange Anna" og straks efter kommer "border bådene", og vi bliver sejlet i land på hovedøen. Fra landgangen på "Unterland" er der 181 trin til øens flade top og området "Oberland". Vi tager det lille traktortog derop, og herfra er der en smuk udsigt over øerne, og i sæsonen kan man se de talrige suler og lomvier, der holder til på fuglefjeldet. Der er godt 1.600 fastboende og op til 6.000 turister på visit dagligt i højsæsonen. Øen er bilfri, og fodgængere har således kronede dage. Det er muligt at gå med rejselederen eller opleve øen på egen hånd, inden vi

Hotel: Hoffmanns Nordfriesisches Haus, Westerstraße 24, D-25832 Tönning

Hotellet ligger i centrum af Tönning og har en bar samt terrasse.

Der er mindre end 1 km til Tonninger Strand. Samtlige værelser på hotellet har klædeskab, fladskærms-tv og eget badeværelse.

sejler tilbage til fastlandet, og tilbage til Tönning. Vi spiser sen aftensmad.

3. dag: Eider Sperrwerk, St. Peter-Ording og hjemrejse

Efter morgenmaden pakker vi bussen og begynder vores hjemrejse.

Vi starter med et besøg ved det imponerende Eider Sperrwerk, som er en stor sluse, ved Eiderens udmundning mod vest. På Ejdersted halvøen besøger vi byen St. Peter-Ording, som er en af de mest populære badebyer i Tyskland. Vi kører videre og gør et kort stop ved museumsgården Roter Haubarg, som er en typisk gård fra det vestlige Sydschleswig tilbage fra 1700-tallet. Herfra til Husum, hvor frokosten skal nydes og vi går en tur i bymidten inden vi sætter kursen mod halvøen Nordstrand midt i Tysklands største Nationalpark. Nordstrands historie er præget af de store stormfloder, og det var også en stormflod i 1634 der dannede øen. Siden 1934 har øen igen en fast forbindelse med fastlandet. Nordstranddæmningen er 2,5 km lang. I 1987 blev kogen Beltringherred Kog inddiget, og derved blev øen til en halvø. Vi fortsætter vores hjemrejse, og efter et stop ved grænsen kører vi det sidste stykke tilbage til vores hjembyer.



Lolland og Falster med revy



BUSREJSE



4 DAGE



14. - 17. JUNI 2023

Pr. person

4.799 kr.

*i delt dobbelt
værelse*

Natur, kultur og store ingeniør bedrifter

1.dag – Oplevelser på Sydhavsøerne

Vi kører over Fyn til Svendborg og videre til det naturskønne Tåsinge, der ikke uden grund kaldes "Danmarks Have". Turen fortsætter nu til Spodsbjerg, hvorfra vi sejler til Tårs på Lolland (Danmarks 4. største ø) en sejltur på 45 min. Fra Tårs er det kun en kort køretur til Nakskov med Danmarks Sukkermuseum, som vi skal besøge. Museet fortæller den spændende historie, om øens store sukker eventyr gennem de sidste hundrede år.

Turen går nu til "De Lollandske Alper", hvilket nok lyder lidt selvmodsigende,

eftersom vi befinder os på "Pandekageøen". Men her finder vi Lollands nye vartegn Dodekalitten. Ordet dodekalit er græsk og betyder tolv sten, og det er præcis, hvad der står her. De imponerende 7-9 meter høje stenfigurer har alle ansigter, der vender ind mod hinanden i den store cirkel de står i. Her står de med udsigt over jættestuen Glentehøj og holder vagt. Vi fortsætter ned langs kysten til den gotiske Maribo Domkirke, hvor Leonore Christine Ulfeldt ligger begravet. Dagens sidste stop bliver ved vores hotel i Nykøbing Falster, hvor de venter med værelser og aftenmad.

MED I PRISEN

- 1 x rundstykke og kaffe/the på udrejsedagen
- 3 x overnatning på Hotel Falster
- 3 x morgenbuffet
- 3 x middag/buffet

- Frokost dag 2, 3 og 4
- Entré til Sukkermuseet
- Entre og rundvisning på Gavnlø Slot
- Besøg ved Dolekalitten
- Entré til Polakkasernen og Maribos Frilands Museum

EKSTRA

- Enkeltværelse, tillæg 750 kr.
- Yderligere måltider, drikkevarer, entrées etc.

2. dag - Møn og Revykøbing

Efter morgenmad venter nye oplevelser. Vi sætter kursen mod Møn. I Stege, Møns "hovedstad", kører vi en kort byrundtur forbi fæstningsanlægget, voldene, vagttårnet og mølleporten. Efter en frokostpause på egen hånd fortsætter turen mod Møns Klint, forbi Liselund, det yndefulde lystslot, som i 1770 blev erhvervet af familien Bosc de la Calmette. Efter ophold ved Møns Klint går turen over Bogø og den "nye" Farøbro til Hesnæs, hvor vi ser de gamle huse, som er isolerede med tagrør på ydervæggene. Til aften mødes vi igen til fælles middag i hotellets restaurant, inden vi skal se den populærere Nykøbing Falster Revy, der har skiftet navn til det mere mundrette Revykøbing. Her vil bl.a. Troels Malling, Bente Eskesen mf. Underholde os fra scenen, med sketches om aktuelle emner. Nykøbing Falster Revyen er flere gange blevet kåret som årets revy – senest i 2022. Så der er virkelig noget at glæde sig til.

3. dag - Rundt på Lolland

I dag skal vi rundt på Lolland og Falster med en dygtig lokalguide. På dagens rundtur kommer forbi Fuglsang Herregård, som i årtier har været et refugium for nogle af Danmarks mest kendte malere og komponister. Her stopper vi og går en tur i den flotte slotspark. Turen fortsætter til Danmarks sydligste købstad, Nysted, som ligger meget malerisk ned til vandet.

Vi kører videre til Polakkasernen, der i dag er museum. I årene 1893-1912 krævede den intense dyrkning af den nye afgrøde – sukkerroen - virkelig mange sæsonarbejderne. Der kom flest fra Galizien, som på den tid var den nordvestlige, og fattigste del af Østrig-Ungarn, samt fra Preussen og de polske områder af Rusland. Vi har god tid til at se den spændende udstilling, inden vi besøger Maribo Frilandsmuseum. Træd 200 år tilbage i tiden og indsus stemningen. Gå på opdagelse i de gamle bindingsværkshuse fra Lolland-Falster og mærk, hvordan det var at leve på landet i 'gamle dage. Hjemturen til hotellet i Nykøbing er med et kort visit i Saksøbing. Middagen spiser vi sammen på hotellet.

4. dag - Gåsetårnet og Gavnø Slot

Vi tager afsked med vores dejlige hotel, men oplevelser er der stadig flere af. Vi kører over Storstrømsbroen til Vordingborg, hvor vi gør stop ved Gåsetårnet, med den forgyldte gås på toppen og ruinerne fra den gamle borg. Vi fortsætter videre til Gavnø Slot, hvor en eventyrlig oplevelse venter. Vi får en rundvisning og hører om slottets spændende historie, slægterne og ser den smukke slotspark, efterfulgt af frokost.

Vi fortsætter nu over Sjælland og Fyn og tilbage til Jylland og hjem til vores hjembyer.



Sverige · Ålandsøerne



BUSREJSE



5 DAGE



28. JUNI - 2. JULI 2023

Natur, kultur og store ingeniør bedrifter

Pr. person

5.945 kr.

*i delt dobbelt
værelse*

Turen i korte træk

Sveriges smukke hovedstad, Stockholm, består af 14 små øer/holme, som er forbundet af 56 broer og kaldes ofte "Nordens Venedig". Her er et væld af spændende museer og attraktioner, blandt andet Djurgården, Vasamuseet og Gamla Stan med charmerende middelalderatmosfære. Byen syder af liv og samtidig findes urørt natur, inden for meget korte afstande.

De 6.500 øer rundt i Ålands skærgård udgør et enestående miljø. Ålands eget flag og egne frimærker fortæller

om den autonome særstilling, som de 25.000 indbyggere i den lille østat indtager. Det officielle sprog er svensk, hvilket er en af de ting, som minder om det geografiske og det historiske fællesskab med Sverige.

1. dag - Danmark – Linköping

Afgang fra Hedensted Kommune. Vi kører via Fyn, hvor vi finder et passende sted til vores kaffe og smurt rundstykke ved bussen. Turen går over Sjælland og vi kører over Øresundsbroen til Sverige. Vi finder et godt sted, hvor vi spiser

MED I PRISEN

- Kaffe med smurt rundstykke
- Frokostpakke 1. dag
- 4 x Hotelovernatning
- 4 x Morgenmad
- 5 x Aftensmad

- Sejlur til Drottingholm Slot
- Entré til Drottingholms Slot
- Entré til Vasamuseet
- Sejlur til Ålandsøerne
- Udflugter ifølge program

EKSTRA

- Enkeltværelse, tillæg 1500kr.
- Yderligere forplejning

vores medbragte frokostpakke i det fri. Turen forsætter igennem Skåne, Halland, Jönköping og til Linköping centrum, hvor vi spiser aftensmad samt overnatter.

2. dag - Stockholm

Vi kører det sidste stykke vej og ankommer til Stockholm omkring middagstid. Vi tager på en byrundtur, hvor vi ser mange af de store seværdigheder Stockholm har at byde på bla. Gamla Stans, der er Stockholms ældste bydel. Vi tjekker ind på hotellet, og til aften mødes vi i hotellets restaurant til aftensmad.

3. dag - Heldagstur til Ålandsøerne

Vi starter dagen med en køretur til Kapellskär. Herfra sejler vi til Mariehamn på Ålandsøerne. Ombord serveres der kaffe og morgenbrød. Der venter os en fantastisk smuk sejltur mellem øer og holme i Skærgården til Ålandsøerne. Vi har bussen med og tager en tur rundt på de charmerende øer. Øerne er selvstændige med eget parlament, sproget er svensk og valutaen Euro. Vi hører om øernes historie, og vi har tid på egen hånd i byen, Mariehamn. Vi sejler tilbage til Sverige. Under overfarten nyder vi en dejlig aftenbuffet inkl. drikke.

Hoteller:

28/06 - 29/06: Scandic Frimurarehotellet, Sankt Larsgatan 14
582 24 Linköping, Sverige, Tlf.: + 46 13 495 30 00

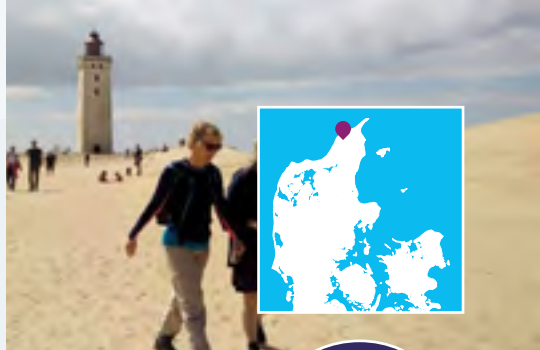
29/06 - 02/06: Clarion Hotel Amaranten, Kungsholmsgatan 31
112 27 Stockholm, Sverige, Tlf.: +46 8 692 52 00

4. dag - Drottningholms Slot og Vasamuseet

Vi tager på en skøn sejltur fra centrum til Drottningholms Slot, som er det bedst bevarede kongeslot i Sverige. Slottet er fra 1600-tallet og ligger i en fantastisk flot slotspark. Siden 1981 har slottet været den nuværende kongefamilies bolig, men selvom de kongelige bor og færdes her til dagligt, er der alligevel adgang til noget af slottet og parken. Om eftermiddagen besøger vi Vasamuseet, som nok er Sveriges mest besøgte museum. Vasa's jomfrurejse varede kun i 20 minutter. Det enorme krigsskib nåede kun ud i havnen, før det forliste. Der skulle gå 333 år, før Vasa så dagens lys igen. 95% af skibet står i dag på Vasasmuseet.

5. dag - Stockholm - Göteborg - Danmark

På turens sidste dag følger vi hovedvej E20 til Göteborg. Vi skal sejle med Stena Line til Frederikshavn kl.16.00. Under overfarten serveres der en stor ta´ selv buffet. Vi forventer at være tilbage i vores hjembyer sidst på aftenen.



Vråa Højskole- egnskursus



BUSREJSE



7 DAGE



31. JULI - 6. AUG. 2023

Pr. person

5.750 kr.

*Inkl. bus til og fra
Vrå*

En hyggelig uge med kulturen og klassisk højskole i fokus

Brug en uge af sommeren, i et tempo hvor alle kan være med, på kulturkursus midt i Vendsyssel, hvor du vil få et indblik i egnen via udflugter og foredrag, krydret med højskolehygge og god mad.

På programmet står der bl.a.:

- Engelund Samlingen/ Kunstbygningen i Vrå.
- Udflugt til vestkysten
- Besøg på Børglum Kloster
- Grenen og Råbjerg Mile
- Rubjerg knude
- Musikforedrag
- Foredrag om Vrå Højskolens historie
- Sangaften

Vi har sat erfarne højskolelærere på skemaet, de sikrer en god sammenhæng i ugen. Vores morgensamlinger spænder bredt, men der er altid sang fra højskolesangbogen og interessante emner på programmet.

I løbet af dagen er der sørget for plads til gode pauser. Hver aften er der også noget på programmet, det kan være en rundvisning på højskolen, en sangaften og måske et foredrag. Den sidste aften er der gjort lidt ekstra ud af menuen og lidt ekstra hygge.

MED I PRISEN

- Inkl. kost og logi i dobbeltværelse.

- Bad og toilet på værelset
- Alle ture og udflugter

EKSTRA

- Enkeltværelse, tillæg 1450kr.
- Tog tur/retur ca. 600 kr.
- OBS tilmeldingsfrist 31. marts 2023

Du får i løbet af denne højskole-uge en helt unik mulighed for at komme tæt på den nordjyske kultur, samtidig med, at du får godt selskab af de øvrige kursister på højskolen til måltiderne, morgen-samlingerne og aftenarrangementerne.

Om dig:

- Du har lyst til at høre foredrag
- Du er klar på at tage på udflugter
- Du har lyst til hygge og samvær med andre kursister
- Har du særlige hensyn, som vi skal tage i forhold til din kost, kan du gøre opmærksom på det i kommentarfeltet i din tilmelding. Det er også her, du har mulighed for at bestille enkeltværelse.

	MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORS DAG	FREDAG	LØRDAG	SØNDAG
08:00 - 09:00		Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad
09:00 - 9:30		Morgen-samling	Morgen-samling	Morgen-samling	Morgen-samling	Morgen-samling	Morgen-samling
10:00 - 12:00		Foredrag om Vrå by og Vrå Valgmenighed	Musikforedrag	Skagentur Byvandring Grenen Råbjerg Mile	Foredrag om Børglum Kloster	Østkysttur Sæby/ Frederikshavn	Afrejse
12:00 - 14:00		Frokost og middagspause	Frokost og middagspause	Skagentur	Frokost og middagspause	Frokost og middagspause	
14:00 - 16:00		Foredrag om Svend Englund + besøg i Kunstbygningen	Tur til Lønstrup og Rubjerg Knude	Skagentur	Besøg på Børglum Kloster	Østkysttur Sæby/ Frederikshavn	
16:00 - 18:00	Ankomst	Fri leg	Fri leg	Fri leg	Fri leg	Fri leg	
18:00 - 19:00	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	
19:00 - 21:00	Samling og Introduktion til kurset	Samling om Vrå Højskoles historie og rundvisning	Solnedgangstur Løkken	Sangaften	Samling Højtæsnig	Afslutnings-aften	

Vrå Højskole

Højskolevej 1, DK-9760 Vrå, Danmark

Tlf: +45 9898 1010

Email: info@vraahojkskole.dk

Hjemmeside: vraahojkskole.dk



Thy



BUSREJSE



3 DAGE



16. - 18. AUG. 2023

Pr. person

3.495 kr.

*i delt dobbelt
værelse*

Thy byder på et væld af meget forskelligartede oplevelser

Turen i korte træk

Thy byder på et væld af meget forskelligartede oplevelser, og der er noget at komme efter for enhver – alt efter interesse og smag.

1. dag - MakVærket og Fur

Efter opsamling køres der mod Skive, og undervejs finder vi et passende sted til morgenkaffen med et smurt rundstykke. Herfra køres til Spøttrup, hvor vi skal besøge MakVærket. I 2019 startede Møbelfabrikant Jørgen Troelsen et projekt med tasker, hvor han selv sad og syede de første modeller af overskuds-

materialer. Hele projektet var baseret på at overskuddet fra salget af taskerne, skulle gå til Børnecancerfonden. Efter dette projekt, kom der dog mere og mere på tegnebrættet. I 2020 så virksomheden MakVærket dagens lys. Der produceres i dag både forklæder, pyntepuder, rejsetasker, rygsække, toilettasker og mange andre slags tasker. MakVærket fungerer med frivilliges hjælp og produkterne fra MakVærket bliver både solgt fra værkstedet i Odense og via de sociale medier. Vi får en spændende fortælling om stedet, og naturligvis er der mu-

MED I PRISEN

- Frokostpakke 1. og 3. dag
- 2 x Hotelovernatning
- 2 x Morgenmad
- 2 x Aftensmad
- 2-retters frokost 2. dag
- Besøg ved MakVærket

- Besøg ved STRANDET havplast
- Sejltur til og fra Fur
- Lokalguide på Fur
- Sejltur Agger - Thyborøn
- Kaffe med bolle og lagkage 3. dag
- Udflugter ifølge program

EKSTRA

- Enkeltværelse, tillæg 595kr.
- Opsamlingstider fremsendes ca. 14 dage før afrejse

lighed for at gøre en god handel. Vi kører over Salling mod færgeren til Fur, som bringer os over strædet på under 5 minutter. På havnen mødes vi med vores guide, John Bertelsen, som på sin lune måde fortæller om alt hvad man ser. John er blind, men formår på fremragende og humoristisk vis, at få andre til at åbne øjerne, når han viser rundt. Undervejs finder vi et passende sted, hvor vi nyder vores medbragte frokostpakke. Vi sejler tilbage til Salling og kører til Hotel Thisted, hvor vi skal bo de næste par nætter. Vi bliver indkvarteret, og til aften spiser vi aftensmad i hotellets restaurant.

2. dag - Østerild, Vesløs, Vejlerne og Thisted

Efter morgenmad på hotellet kører vi til skoven ved Østerild. Vi gør et kort stop ved verdens største testcenter for store vindmøller. Danske og udenlandske vindmøllefabrikanter samt DTU afprøver i Østerild fremtidens megamøller. Turen forsætter forbi Frøstruplejren til Lild Strand, hvor vi holder en lille pause og får frisk vind i håret. Herfra køres ned over Klim til Vejlerne, som er Nordeuropas største fuglereservat. Til frokost spiser vi på Vesløs Kro. Vi kører tilbage til Thisted, så vi kan nyde eftermiddagen i den hyggelige købstad. Aftensmaden nyder vi på hotellet.

Hoteller:

Hotel Thisted, Frederiksgade 16, 7700 Thisted, Tlf.: 97 92 52 00

3. dag - STRANDET havplast og Thyborøn

Efter morgenmaden pakker vi bussen. Vi kører mod vest til Nørre Vorupør og besøger et gamle autoværksted, som er omdannet til havplastværksted som hedder STRANDET. I 2018 blev STRANDET grundlagt med udgangspunkt i fælles ønske om at gøre en aktiv og lokal indsats for at sætte fokus på havplastforurening. Vi får et oplæg om stedet og hører missionen om at holde strandene langs Vestkysten fri for plastik.

Efter besøget nyder vi vores madpakke, inden vi forsætter til Agger. Vi tager færgeren fra Agger til Thyborøn og lander i den hyggelig havneby i det nordvestjyske. Vi kører en tur gennem Thyborøn, forbi sneglehuset og mindeparken, hvor Jyllands-slaget fandt sted. Her har Lemvig Kommune opført 25 granit sten og 8.645 figurer til minde om det enorme mennesketab under 1. Verdenskrig.

Vi forlader Thyborøn og kører via Lemvig til en nærliggende kro, der står klar med eftermiddagskaffe, boller og lagkage. En dejlig slutning på vores tur, inden vi kører det sidste stykke vej, mod vores hjembyer.



Belgien, Holland og Tyskland



BUSREJSE



5 DAGE



28. AUG. - 1. SEPT. 2023

Pr. person

4.499 kr.

*i delt dobbelt
værelse*

På tur i grænselandet

Turen i korte træk

Med udgangspunkt fra den historiske by Valkenburg, tæt ved grænsen til Tyskland, Belgien og Holland, skal vi på en spændende rejse, hvor vi kommer til Bruxelles, middelalderbyen Monschau og Maastricht. Floden Geul snor sig gennem Valkenburg, som i sig selv er værd at besøge. Ud over den flotte borgruin, de spændende grotter, som man kan besøge er der et hyggeligt gågade miljø.

1. dag: Udrejse til Valkenburg

Efter endt opsamling kører vi sydpå mod grænsen. Undervejs nyder vi et

rundstykke og en kop kaffe. Vi holder et passende sted og spiser håndmadder til frokost. Vi fortsætter og når til vores hotel tæt ved Maastricht i byen Valkenburg. Efter indkvartering er der middag på hotellet. For de der har lyst, vil rejselederen gå en tur i byen efter middagen.

2. dag: Hulerne i Valkenburg og Maastricht

Vi starter dagen til fods gennem gennem byens hyggelige gader og slotsruin, herfra er der en fantastisk udsigt over området. Under byens

MED I PRISEN

- Buskørsel i 5 dage
- Rundstykke og kaffe på udrejsedagen
- Håndmadder på udrejsen
- 4 nætter på Hotel Walram
- 4 x middag el. buffet
- 4 x morgenmad

- Entré til hulerne i Valkenburg
- Entré til Ebel-Emael
- Besøg i Bruxelles og Parlematarium
- Frokost på hjemrejsedagen
- Skat, moms, parkeringsafgifter og bidrag til Rejsegarantifonden

EKSTRA

- Enkeltværelse, tillæg 980kr.
- Yderligere måltider, drikkevarer, entrées etc.

slotsruin, findes de berømte underjordiske huler som stammer tilbage fra middelalderen. Hulerne er fyldt med skulpturer, malerier og "hemmelige" gemmesteder. Vi kører til Maastricht der kan dateres helt tilbage til cirka 50 e.Kr., men kom nok først på alles læber i 1992 hvor EU's unionstraktat blev underskrevet. Som en af Hollands ældste byer har Maastricht utrolig meget at byde på. Efter byvandring med rejselederen bliver der tid på egen hånd. Et besøg i Skt. Servaas-kirken beliggende på den centrale Vrijthof-plads kan anbefales.

3.dag: Middelalderbyen Monschau og "DreiländerEck"

Dagens udflugt bringer os gennem smukke landskaber mod det sydlige Limburg (kaldes "Lille Schweiz"). Ved "DreiländerEck", hvor grænserne mellem Holland, Tyskland og Belgien mødes hæver Vaalserbergsig 322 m over landskabet. I den charmerende middelalderby Monschau møder vi et næsten originalt middelaldermiljø, med enestående bindingsværkshuse og Monschau Slot som er placeret højt, så det kan ses fra hele byen. Her har vi god tid inden vi sætter kursen tilbage mod Valkenburg, hvor vi er hjemme midt på eftermiddagen. Så der er god tid til at slappe af på hotellet eller at se nærmere på byen.

4. dag: Fort Eben-Emael og Bruxelles

Eben-Emael havde en vigtig placering

i det belgiske forsvar ved den tyske grænse. Fortet havde ry for at være umuligt at gennemtrænge. Men den 10. maj 1940 landede 78 tyske faldskærmstropper oven på fæstningen og det var første gang svævefly blev anvendt ved et angreb. Operation var en del af "Fall Gelb" og succesen åbnede for Hitlers stormløb på Beneluxlandene og Frankrig.

På den Amerikanske kirkegård ved Margraten vidner de 8.291 hvide marmorkors om de amerikanske tab. Efter det historiske besøg, sætter vi kursen mod Bruxelles. Belgiens hovedstad, og hjemsted for EU Kommissionen og Europa-Parlamentet. Bussen tager os på en rundtur hvor vi bl.a. ser det ikoniske vartegn Atomium, Manneken Pis, Grand Place og meget mere. Vi besøger også Europa-Parlamentets særdeles interessante besøgscenter Parlementarium, hvor vi får en spændende indsigt i EU's historie. Hvis det kan lade sig gøre vil vi mødes med en Dansk EU politiker, som vil fortælle om det parlamentariske arbejde*. Efter en lang dag vender vi snuden tilbage mod vores hotel hvor middagen venter.

5. dag - Hjemrejse

Efter morgenmaden pakker vi bussen, og sætter kursen hjemad. Vi holder og spiser frokost, inden vi når den dansk-tyske grænse hvor der bliver tid til at handle. Vi er hjemme sidst på eftermiddagen.



Venø



BUSREJSE



1 DAG



2. MAJ 2023

Pr. person

795 kr.

Besøg på den lille ø i Limfjorden

Turen i korte træk

Efter opsamling kører vi mod Struer, hvor vi undervejs holder pause med kaffe og rundstykke. Vi kører til Kleppen, hvorfra vi skal sejle til Venø. Vi bliver taget i mod af vores lokale guide som vil vise os Venø - både fra bussen og til fods på flere gåture rundt på øen. Øen er ikke stor – kun 7,5 kilometer lang og 1,5 kilometer bred og er blandt andet kendt for Danmarks mindste kirke som vi også skal besøge.

Frokosten nyder vi på Venø Kro hvor vi skal have de velkendte Venøbøffer. Efter frokosten skal vi besøge Venø

Seafood som drives af Kristian Bøjergaard som er en lokal Venø-dreng og 3. generation af fiskerfamilie. De er med i et opdrætsprojekt for at bevare østers i det danske farvand. Hver eneste østers er håndsorteret, og håndbanket, da de vil have de bedste på markedet. Vi får en spændende rundvisning samt smagsprøver til.

Vi sejler retur til fastlandet og undervejs hjemad finder vi et passende sted til vores eftermiddagskaffe med hjemmebagt kage fra bussen.

MED I PRISEN

- Bus
- Kaffe og rundstykke
- Guide i bus og til fods
- Frokost på Venø Kro

- 1 x rundvisning på SeaFood
- 1 x smagsprøver SeaFood
- Eftermiddagskaffe m. hjemmebagt fra bussen

EKSTRA

- Drikkevarer til frokosten



Lille Vildmose



BUSREJSE



1 DAG



17. MAJ 2023

Pr. person

725 kr.

Danmarks største fredning

Turen i korte træk

Vi sætter kursen nordpå hvor vi undervejs holder pause med kaffe og rundstykke. Lille Vildmose er med sine 7.600 hektar Danmarks største fredning og et eldorado for naturelskere og historisk interesserede. Her kan man opleve ørne, traner, kronstyr og vildsvin samt et varieret fugle- og planteliv. I forbindelse med et stort naturgenopretningsprojekt, blev der i 2016 udsat elge i Lille Vildmose. Bestanden af elge er på ca. 20 dyr.

Vi starter på besøgscentret, hvor vi skal i deres biograf samt se deres interaktive udstillinger. Frokosten spiser vi på Café

Soldug, hvor vi skal nyde deres store pålægsplanke med råvarer fra lokale gårdbutikker inkl. en øl eller vand til. Efter frokost stiger vores guide på bussen, og tager os med ud til Portlandmosen og Høstemark Skov. På Hegnsvej ser vi mosens rige fugleliv. Der er gode chancer for at se store fugle som fx. ørne og traner samt kronstyr og elge. Turens mål er den nyetablerede Birkesø, som ligger vest for Lille Vildmosecentret.

Efter nogle hyggelige timer i Lille Vildmose går turen til Vebbestrup Ismejeri, hvor vi holder pause. Vi smager deres berømte flødeis og får en kop kaffe ved bussen.

MED I PRISEN

- Kaffe med smurt rundstykke
- Frokostplade inkl. 1 genstand

- Besøg i Lille Vildmose
- Guide i Mosen
- Lille softice og kaffe

EKSTRA

- Opsamlingstider fremsendes ca. 14 dage før afrejse



Rold skov og Regan Vest



BUSREJSE



1 DAG



6. JUNI 2023

Pr. person

925 kr.

Et autentisk stykke Danmark historie

Turen i korte træk

Efter opsamling køres nordpå med en pause til vores kaffe og et smurt rundstykke. Ved Rold Skov mødes vi med lokalguide og Kromand Jørgen. Vi skal på en køretur med Jørgen i Rold og høre om skoven, naturen - og de mange gode historier der knytter sig til denne egn. Vi spiser frokost på Rold Storkro, som byder på en REGAN Vest anretning med lune og kolde retter. Herefter venter en af de helt store oplevelser – REGAN Vest. Vi bliver delt op i hold på 10 pers. med hver vores rundviser, som guider os til bl.a. regeringens situationsrum, regentens værelse, opholdsstue og kantine. Rundvisningen (1,5 time) fører

os forbi alle anlæggets vigtigste rum og funktioner. Der bliver også mulighed for at se Maskinmesterboligen, der fungerede som tjenestebolig. Den blev bygget samtidig med bunkeren og havde også til formål at spærre for indkig til selve indgangspartiet til bunkeren. Boligen havde samme funktion - frem til den sidste maskinmester forlod huset i 2010. Til området er der også velkomst- og udstillingsbygning, der fortæller om den kolde krig, det danske beredskab i krisesituationer, om bunkerenes konstruktion og samtid. Efter rundvisningen vil der være kaffe og kage ved bussen. Forventet hjemkomst ca. kl. 18.30.

MED I PRISEN

- Bustransport
- Kaffe med smurt rundstykke
- REGAN Vest anretning med koldt og lunt

- Guidet rundtur Rold Skov
- Guidet rundvisning i REGAN Vest
- Entre REGAN Vest
- Kaffe og kage ved bussen

EKSTRA

- Drikkevarer



Sommersang i Mariehaven



BUSREJSE



1 DAG



18. JUNI 2023

Pr. person

1.395 kr.

Minifestival for voksne med flere kendte solister fra ind- og udland

Turen i korte træk

For 13. år i træk er der Sommersang i Mariehaven.

Stole er opstillet foran Store Scene. Der hersker en dejlig, venlig og afslappet stemning i Mariehaven. De forskellige musikarrangementer finder sted i en lind strøm fra forskellige scener og afsluttes med den store finale på "Store Scene".

Vi får udleveret madbilletter til en stor sommerbuffet. Der kan købes kringler, kage, chokolade og is samt øl, vand, vin, kaffe og te m.v.

Medvirkende til Sommersang er Neighbours & Friends med gæstesolister og Maries Festival Band. Flere kendte solister fra ind- og udland underholder. Kl. 20.00 lukker Mariehaven og vi kører mod vores hjembyer.

Forventet hjemkomst ca. kl. 22.00

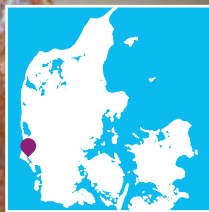
Bemærk: Det er ikke tilladt at medbringe stole, paraplyer samt mad- og drikkevarer!

MED I PRISEN

- Bus
- Entree til Mariehaven
- Madbilletter
- Kaffe med smurt rundstykke

EKSTRA

- Drikkevarer og øvrig forplejning



Flugt - museum ved Oksbøl



BUSREJSE



1 DAG



21. JUNI 2023

Pr. person

695 kr.

Udstillingen om danmarkshistoriens største flygtningelejr

Turen i korte træk

Turen går til det nye museum FLUGT, i Oksbøl, som åbnede sommeren 2022. Efter opsamling kører vi mod Oksbøl med pause undervejs, hvor vi får kaffe og rundstykke ved bussen.

Skovene uden for Oksbøl var i 1945-49 hjemsted for Danmarks største flygtningelejr. Lejren husede 35.000 tyske flygtninge i årene efter 2. Verdenskrig. Rester af flygtningelejren tæller kirkegården og et tidligere hospital. Enkelte ruiner ligger spredt i skoven, men flere bygninger fra lejrens tid har i dag fået nye anvendelsesmuligheder. Med afsæt i flygtningelejrens hospital, der oprindeligt bestod af 40 små syge- og

operationsstuer, har det internationale arkitektfirma BIG – Bjarke Ingels Group skabt et helt nyt museum. De to oprindelige hospitalsfløje har i ombygningen bevaret deres ydre og fremstår i røde teglsten med småsprossede vinduer og rødt tegltag.

Under besøget spiser vi en dejlig platte med specialiteter fra området. Vi kører igennem Oksbøl, langs det store øvelsesterræn, ned til Blåvand og ud til Danmarks vestligste punkt ved Blåvandshuk Fyr. Herfra kører vi til den kendte turistby Blåvand, hvor der bliver tid på egen hånd, inden vi hen ad eftermiddagen kører mod vores hjembyer. Forventet hjemkomst ca. kl. 18.00.

MED I PRISEN

- Bustransport
- Kaffe med smurt rundstykke

- Entré til museum FLUGT
- Frokostplatte
- Audioguide

EKSTRA

- Drikkevarer



Kend din kommune



BUSREJSE



1 DAG



10. AUG. 2023

Pr. person

650 kr.

På tur i den vestlige del af Hedensted Kommune

Turen i korte træk

Efter endt opsamling rundt i kommunen starter vi turen ved Uldum Mølle. Her får vi lækre mølleboller og kaffe. Mølleren fortæller os om møllen og viser rundt. Der er mulighed for at handle i møllebutikken.

Godt mætte kører vi ud i Uldum Kær.

I kæret vil Henning Rasmussen fortælle os om stedets historie, dyrelivet samt den nyere renoverede sti. Efter tid i den friske luft sætter vi kursen mod Uldum by, nærmere betegnet kirken. Uldum kirke fik i 2017 en ny altertavle "Mod lyset" af Bertil Vallien. Her vil Niels

Højsgaard fortælle os om den særlige altertavle samt Uldum kirke.

Vi går til kroen i Uldum, hvor vi skal have to retter lækker

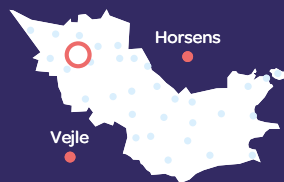
kro mad. Godt mætte kører vi nu en tur rundt i den østlige del af kommunen, hvor turen ender hos Christianelund vin. Her skal vi besøge den lokale vingård, hvor Anders og Trine dyrker druer til hvidvin og bobler.

Her går vi en tur i marken og hører om arbejdet på vingården- og så skal vi selvfølgelig smage på de skønne vine. Dagen slutter med buskaffe og kage, før turen går hjem til afsætningsstederne.

MED I PRISEN

- Mølleboller og kaffe
- Fortælling i kæret
- Fortælling i Kirken
- 2 retter kro mad på Uldum kro

- Besøg og omvisning ved Christianelund vin
- Buskaffe og kage
- Bus hele dagen



EKSTRA

- Drikkevarer til middagsmaden



Kulturmødet på Mors



BUSREJSE



1 DAG



24. AUG. 2023

Pr. person

200 kr.

Kom med til Kulturmødet på Mors

Turen i korte træk

Oplev debatter, foredrag, livemusik, oplæsninger og happenings skabt af førende kulturaktører i Danmark. Hvad rør sig i kulturlivet i 2023 og hvor bevæger det danske kulturområde sig hen? Kulturkonsulent i Hedensted Kommune Maria Elsmore-Andersen fortæller på busturen til Mors om udvikling af kulturområdet i Hedensted Kommune i 2023, og guider til årets bedste oplevelser på Kulturmødet samt hvordan man finder dem! Vi skal være ude hele dagen – så påklæd dig efter vejrudsigten for Mors på dagen. Turen egner sig desværre ikke til gangbesværede.

#OplevKulturen fylder en bus med kulturskabere og kulturinteresserede borgerer fra Hedensted Kommune og kører en dag på kulturmødet på Mors. Det gør vi bl.a. for at bakke op om de fede fællesskaber og de nøglepersoner som knokler til hverdag, for at skabe kulturoplevelser rundt om i kommunen for alle os andre.

Programmet for Kulturmødet er spækket med spændende debatter, optrædener og kunstnerøjeblikke som i kan deltage i fra kl. 10.45 hvor vi ankommer på Mors til kl. 16.45 hvor vi kører hjem igen. I løbet af dagen er det muligt at mødes med resten af gruppen til frokost og eftermiddagskaffe.

MED I PRISEN

- Kaffe og rundstykke i bussen på turen derop.

- Bustransport fra lokalområdet til Mors samt retur.

EKSTRA

- Øvrig forplejning

#OplevKulturen



Søby Brunkulslejre og Brande



BUSREJSE



1 DAG



5. SEPT. 2023

Pr. person

725 kr.

Oplev Søby Brunkulsmuseum og se flotte gavlmalerier i Brande

Turen i korte træk

Søby Brunkulslejer er opstillet i 1977, og dets formål er, at orientere om brunkulsperioden fra 1940 til 1970. På museet er der gamle fotos, genstande og værktøj fra perioden. I 1968 inviterede byen en række danske kunstnere til at sætte farve på byens husgavle. Dem ser vi nærmere på. Efter opsamlingen finder vi et passende sted til vores morgenkaffe med et smurt rundstykke. Vi fortsætter mod Søby Brunkulsmuseum i Ikkast-Brande området, hvor vi skal på en guidet rundvisning. Søby er et fantastisk naturområde på 3000 tdr. land. I dag er området beplantet, og de smukke brunkulssøer kommer helt

til deres ret. Museet skildrer det ofte hårde arbejdsliv og dagligliv for de 4000 til 5000 mennesker, der boede i Søby.

Vi kører mod Brande, som er kendt i hele landet for sine gavlmalerier. Nogle af de oprindelige kunstværker er forsvundet med tiden, mens andre af de oprindelige er blevet vedligeholdt, så de fortsat kan sætte et tydeligt præg på byen. Vi starter besøget i Brande med en 2-retters frokost, herefter kører vi og går en tur i byen med en lokal guide, som vil fortælle om gavlmalerierne. På turen hjem er der en kop eftermiddagskaffe med hjemmebag fra bussen. Forventet hjemkomst ca. kl. 18.00

MED I PRISEN

- Kaffe med smurt rundstykke
- Entré og guide i Søby
- 2-retters middag

- Guide i Brande
- Eftermiddagskaffe med kage

EKSTRA

- Øvrig forplejning



Jul på Voergaard slot



BUSREJSE



1 DAG



3. DEC. 2023

Pr. person

725 kr.

Oplev de flotte dekorationer på Danmarks smukkeste Herregård

Turen i korte træk

Det smukkeste julepynt og flotte dekorationer kan nydes på renæssanceslottet, der i 2018 blev kåret som Danmarks smukkeste Herregård. Igen i år, der det Bjarne Als fra Bering House of Flowers der har pyntet slottet op til jul.

Efter opsamling køres nordpå med kaffe rundstykke pause ved bussen. Herfra til Hjallerup Kro, hvor vi får serveret en julefrokost.

Efter maden køres det lille stykke vej til Voergaard Slot som er pyntet op med overdådige dekorationer.

Det smukkeste julepynt og flotte dekorationer kan nydes på renæssanceslottet, der kan dateres helt tilbage til 1481. Det er også muligt at købe hans storslåede dekorationer. Rundt på slottet oplever man en fantastisk atmosfære.

Ved slottet er der opstillet et stort telt med kvalitetsboder. Her er der mulighed for at købe julepynt, dekorationer, brugskunst, delikatesser og julegodter. Derudover er der mulighed for mad, drikke, gløgg og æbleskiver.

Efter besøget køres mod vores hjembyer. Forventet hjemkomst ca. kl. 18.00

MED I PRISEN

- Bustransport
- Kaffe med smurt rundstykke

- Julefrokost på Hjallerup Kro
- Entré til Voergaard Slot

EKSTRA

- Drikkevarer og øvrig forplejning

Kulturkalenderen

– din genvej til kulturoplevelser
i Hedensted Kommune



#OplevKulturen

Vidste du....

at der hvert år afholdes mere end 200 forskellige kulturarrangementer i Hedensted Kommune?

I kulturkalenderen kan du på en nem og overskuelig måde orientere dig om, hvad der sker, hvor og hvornår. Kalenderen opdateres løbende året rundt. Du finder kulturkalenderen her: kultur.hedensted.dk

I 2023 kan du fx glæde dig til...

- ▶ Kunstudstilling i Stouby Multihus den 25. og 26. marts 2023
- ▶ Tag med til kulturmøde på Mors den 24. august 2023
- ▶ Åbne Atelierdøre hjemme hos kunstnere i Hedensted Kommune den 2. og 3. september 2023

**Vi håber det nye program
lever op til dine forventninger,
og at du blandt vore tilbud finder lige netop det hold
eller den rejseoplevelse, som tiltaler dig.**



Har du brug for et lift? til Pensionisthøjskolens aktiviteter



Kør med Flextur næste gang du skal til Højskolemøde, syng-sammen eller en Pensionisthøjskolens mange andre aktiviteter.

Med Flextur bliver du hentet på din adresse og kørt lige derhen, du vil. I hele Hedensted Kommune betaler du kun 4,-/km. (dog min. 30,-/tur), og er i flere, der kører sammen, bliver det både hyggeligere og billigere.

Bestil senest en time i forvejen, og så er du på vej!
Vi ønsker rigtig god tur til alt det sjove.

Bestil din flextur på **tlf. 8740 8300**
eller læs mere på **hedensted.dk/kørsel**

Kontaktpersoner til Pensionisthøjskolens samarbejdspartnere

Aldre Sagens lokalkomité Hedensted

Kontaktperson Erik Christensen

Tlf. 2781 1843 - email: erik.christ101@gmail.com

Aldre Sagens lokalkomité Juelsminde

Kontaktperson Poul Ole Pedersen

Tlf. 4017 2888 - email: poulole.pedersen@jubii.dkk

Aldre Sagens lokalkomité Tørring-Uldum

Kontaktperson Jørgen Ewers

Tlf.: 2086 6595 – email: jewers36@gmail.com

Honum og Omegns skytteforening

Preben Olsen - Tlf. 2928 9715

Tørring Idrætsforening

Gymnastik afdeling, Annette Juul Hansen

email: ajh@tuknet.dk

Ølsted Bordtennis Klub

Kontaktperson Erik Hansen

Tlf.: 5123 1691 - email: formand@oebtk.dk

Senior Idræt Glud

Laurits Lauritsen - Tlf.: 3098 5071

Seniorråd - Medlemmer

Hvis du har spørgsmål, som du ønsker at Seniorrådet skal behandle, er du velkommen til at kontakte medlemmerne.

Se mere på phs.hedensted.dk - værd at vide.

Vi hører gerne fra din forening om et samarbejde.



GIV ALDEREN BAGHJUL

Man går ikke i stå af at blive gammel, man bliver gammel af at gå i stå.

Citat fra bogen "Afskaf alderdommen"



Scan QR koden
og kom direkte
ind på vores
hjemmeside



HEDENSTED
KOMMUNE

Fritid & Fællesskab
Stationsparken 1
7160 Tørring

www.hedensted.dk

Pensionisthøjskolen

Pensionisthøjskolen
Annabel Hillestrøm Bækkegaard
M: 2380 9837

phs.hedensted.dk