

Pensionisthøjskolen

Program 2024





Indhold

Velkommen til Pensionisthøjskolen 2024.....	3
Pensionisthøjskolens Brugerråd.....	6
Tilmeldings metode.....	8
Aktiviteter på hold	10
Holdplan.....	28
Højskolemøder i Hedensted.....	30
Halv- og heldagsture, studieture og rejser	36
Kontakter til samarbejdspartnere	67

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

Pensionisthøjskolen

Hedensted kommune

www.facebook.com/Brugerraadet

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 2024

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 2024, 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 og udbydes af andre foreninger - og vi hører også gerne fra din forening. Som noget nyt vil der løbende blive inviteret til arrangementer rundt i kommunen, derfor kan det være vigtigt at holde sig orienteret på vores hjemmeside eller tilmelde sig vores nyhedsmail. Se side 7.

Til vores udflugter og rejser kræves tilmelding på grund af deltagerbegrænsning. Se side 8-9 hvorledes tilmeldingen foregår. Vi håber programmet vil give dig inspiration til aktiviteter.

De bedste hilsner

Pensionisthøjskolen

og Pensionisthøjskolens Brugerråd

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.



Nu kommer kulturarrangementerne rundt i hele kommunen - lokalt og helt tæt på dig



I Pensionisthøjskolen samarbejder vi med mange foreninger og kulturarrangører om at få spredt så mange kulturelle arrangementer ud i hele kommunen, som muligt.

I 2024 kommer der til at være arrangementer ude lokalt i kommunen, som desværre ikke er med i dette trykte program. Det gør vi for at kunne tilbyde arrangementer som opstår "hen ad vejen" og som samarbejderne byder sig.

Kunne du tænke dig at vide mere om, hvad der kommer af gode tiltag, så husk at tilmelde dig nyhedsbrevet eller følg Brugerrådet på Facebook.



*Morten Hemmingsen
gæster Juelsminde*



*Jette Seidenschnoor
kommer til Rask Mølle*



*En foredragsholder i
nærheden af dig*



*Send dit fulde navn, adresse og tlf.nr.på mail til
annabel.hillestrom@hedensted.dk
eller tilmeld dig nyhedsmailen via vores hjemmeside*



Pensionisthøjskolens Brugerråd

Karen Bornemann
Søndergade 62
8783 Hornslyd
Tlf.: 6168 7699

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

Annette Pedersen
Lærkehaven 3
7171 Uldum
Tlf.: 2174 0129

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

Vagn Jensen
Drejergårdshaven 6,
8722 Hedensted
Tlf.: 2390 9538

Suppleant
Ragnhild Hansen
Bredgade 55
7160 Tørring
Tlf.: 5093 1822

Irene Laursen
Smedetoften 1
8722 Hedensted
Tlf.: 2371 6929

Marie Munk
Moseparken 19
8722 Hedensted
Tlf.: 5194 1971

Find os på 

Følg Brugerrådets
facebookside:
[www.facebook.com/
Brugerraadet](https://www.facebook.com/Brugerraadet)



Årsmødet i Brugerrådet med
VALG TIL BRUGERRÅDET
afholdes torsdag 21. 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 samt administrere Brugerrådets Facebookside.

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 brugerne ønsker.



Ønsker du at modtage Pensionisthøjskolens nyhedsmail?

Send dit fulde navn, adresse og tlf.nr.på mail til **annabel.hillestrom@hedensted.dk** eller tilmeld dig nyhedsmailen via vores hjemmeside

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



Scan QR koden og kom direkte ind på Pensionisthøjskolens hjemmeside

TILMELDING til rejser og ture 2024

Alle rejser tilmeldes 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. 5. januar
kl. 10.00 til 11.00
Juelsminde Rådhus
Mødelokale 900
Tofteskovvej 4
7130 Juelsminde

HEDENSTED

Man. 8. januar
kl. 14.30 til 15.30
Hedensted Rådhus
Mødelokale 5
Niels Espesvej 8
8722 Hedensted (Indgang H)

TØRRING

Tirs. 9. januar
kl. 14.00 til 15.00
Adm.huset i Tørring
Mødelokale 5
Stationsparken 1
7160 Tørring

Driller teknikken stadig, sidder Brugerrådet klar til at hjælpe dig torsdag den 11. januar

Hornslyd Bibliotek:kl. 9.00 til 10.00
Juelsminde Bibliotekkl. 11.00 til 12.00
Tørring administrationshuskl. 9.00 til 10.30
Hedensted Bibliotekkl. 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 2024



Det er vigtigt, at du husker dit betalingskort ved bestilling af Palsgaard sommerspil. Hvis du har MobilePay kan det også bruges. Husk at dit kort og MobilePay skal være sat op til nethandel. Betaling for øvrige ture opkræves af de tekniske rejsearrangører.

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 11. JANUAR
åbner vores online tilmelding
kl. 9.00 på phs.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 8.

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.

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. (Husk at tjekke udløbsdatoen på det blå sygesikringskort)

- 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 forsikringssselskab.
- 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.
- Vi gør opmærksom på, at ved opstået sygdom under rejsen, hjælper vi i det omfang det er muligt. Din forsikring og SOS er de primære tovholdere ved akut eller alvorlig sygdom. Bliver ens ophold forlænget pga. sygdom, kan gruppe- eller rejseleder ikke blive ved den syge.

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

REJSEORIENTERINGS DAG

KOM OG HØR vores tekniske rejsearrangører
fortælle om de forskellige rejser

ONSDAG DEN 10. JANUAR
i Hedensted Kirkecenter – kl. 13.30 til 16.00

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

Aktiviteter på hold

Tilmelding og betaling for aktiviteterne foregår på hjemmesiden phs.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.

Ret til ændringer forbeholdes. Der kan forekomme ændringer i datoer og pris. Dette meddeles på de enkelte hold.

FLERE LOKATIONER

Vandrerholdet "Over stok og sten"

Sted:	Forskellige steder i Hedensted Kommune og lidt hos nabo kommunerne
Start:	3/1, 17/1, 31/1, 14/2, 28/2, 13/3, 27/3, 10/4, 24/4, 8/5, 22/5, 19/6 og 7/8, 21/8, 4/9, 18/9, 2/10, 16/10, 30/10, 13/11, 27/11, 11/12.
Tid:	Hver anden onsdag kl. 10.00 til 12.00
Tovholder:	Kirsten Madsen tlf.: 2968 2290

Første gang mødes vi ved Tirsbæk slot. Vi går ca 6 km omkring slottet, ned til vandet, om til Tirsbæk strand og retur. Adresse Tirsbæk vej 135, Vejle Øst.

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

3. januar. Tirsbæk slotm
Mødested: Tirsbækvej 135,
7120 Vejle Ø, lige efter viadukten
Guide: Kirsten Madsen

17. januar. Hyrup
Mødested: Hyrup Kro, Lysegårds-
vej 2, Hyrup, 7140 Stouby
Guide: Kirsten Madsen

31. januar. Langs den gamle
Juelsminde bane
Mødested: Hornsyld svømmehal
Nørremarksvvej 3, 8783 Hornsyld
Guide: Kirsten Madsen

14. februar. Rask skov og området
der omkring
Mødested: Rask Mølle klubhus,
Kildevej 11, 8763 Rask Mølle
Guide: Oluf Høj

28. februar. Stenderup
Turen går igennem Stenderup by
og ud i fuglekæret
Mødested: Stenderup forsam-
lingshus, Bråvej 1, 8781 Stenderup
Guide: Kaj

13. marts. Måske Korning,
men er ikke fastlagt endnu

27. marts. Daugård strand,
Mødested: P-pladsen bag ved
gården "Askebjerg",
Strandvejen 12, 8721 Daugård
Guide: Kirsten Andreasen

10. april. Bjerrelide.
Mødested: Bjerre arrest.
Bjerrevej 353, Bjerre,
8783 Hornsyld
Guide: Mikael Mogens

24. april. Bjørnsknude rundt,
7130 Juelsminde
Mødested: Sønderstrand 1, Juels-
minde, ved Grønbjerggård strand.
Guide: Kurt og Hanne

8. maj. Hjarnø rundt
Mødested: Snaptun havn,
Havnevej 20, Snaptun
7130 Juelsminde
Guide: Kirsten Madsen

22. maj. Gudenås udspring,
Mødested: Vandskellet 8,
Tinnet, 7173 Vonge
Guide: Gerda Volkmann

5. juni
Ingen gåtur grundet grundlovsdag

19. juni. Øster Snede
Mødested: P-Plads, Lindvedvej 41,
Øster Snede, 8723 Løsning

Sommerferie.
Opstart igen 7. august

De nye mødesteder for efteråret
udkommer i nyhedsmail

DAUGÅRD

Krolf

Udbydes af Daugård Idræt

Sted:	Banen findes ved tennisbanen med indgang fra Skolevej.
Tid:	Tirsdag kl. 10-12
Start:	5.marts 2024
Tovholder:	Inger Schmidt 4041 7578
Pris:	100 kr. for sæson

Vi stiller udstyr til rådighed.

Idræt i Dagtimerne i Daugård

Udbydes af Daugård Idræt

Sted:	Ørum Daugård Multicenter, Gl Vejlevej 49
Tid:	Onsdag kl. 10-12
Sæson:	6.9.2023-20.3.2024
Kontakt:	Per Schultz 2761 7714
Pris:	249 kr. (+ Foreningskort 250 kr.)

Er du senior eller bare voksen er der mulighed for at deltage i motion onsdag formiddag. Kom evt. et par gange og se om det er noget for dig, inden du tilmelder dig. Vi lægger vægt på bevægelse og at få pulsen op samtidig med, at vi har det sjovt og hygger os med hinanden.

Alle kan deltage, hver især gør så meget eller så lidt man kan under hensyntagen til de skavanker, man måtte have. Vi begynder med en fælles opvarmning med let gymnastik og andre små fælles øvelser og derefter vælger man hvilke aktiviteter, man vil deltage i og vi skifter rundt, så man kan deltage i forskellige aktiviteter den samme formiddag.

En gang om måneden slutter vi af med at spise sammen efter træningstiden.

Aktiviteterne kan være følgende: Floorball / Tæppecurling / Bowls / Badminton / Bordtennis / Stolegymnastik / Ringo / Petanque / Pickleball

Se mere på www.daugaardidraet.dk

GLUD

Krolf

Udbydes af SS Skjold

- 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: Anne Marie Kraul 21 47 61 20
- 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

Udbydes af SS Skjold

- Sted: Glud hallen, Sønderbakken 25 B, Glud, 7130 Juelsminde
- Start: Torsdag den 11. januar og den 12. 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

Udbydes af Ældre Sagen, Hedensted og Pensionisthøjskolen

Sted: Hedensted Centret, Gesaagervej nr. 70, Hedensted
 Start: Den 8. jan. Efteråret start den 9. sep. *Ferie i uge 7 og 42*
 Tid: Mandag kl. 9.40 – 10.40
 Instruktør: Sonja Brix
 Pris: 10 gange for 250 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

Udbydes af Ældre Sagen, Hedensted og Pensionisthøjskolen

Sted: Hedensted Centret, Gesagervej 68, Hal A, Hedensted
 Start: Indendørs 8/1 til 25/3 og 9/9 til 16/12
 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: Indendørs 300 kr. / Udendørs 150 kr. (sommer)

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+

Udbydes af Ældre Sagen, Hedensted og Pensionisthøjskolen

Sted: Hedensted Centret, Gesagervej 68, Hal A, Hedensted
 Start: Indendørs 8/1 til 25/3 og 9/9 til 16/12
 Tid: Mandag kl. 14.00
 Kontakt: Lis Jacobsen, tlf. 2282 3994
 Pris: 300,- kr. .

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

Kan tilmeldes via
psh.hedensted.dk

Seniordans

Udbydes af Pensionisthøjskolen

- Sted: Kastaniehøj, Kirkegade 16,
8722 Hedensted
- Start: 4/1, 11/1, 18/1, 25/1, 1/2, 8/2, (ferie uge 7), 22/2, 29/2, 7/3, 14/3,
12/9, 19/9, 26/9, 3/10, 10/10, (ferie uge 42), 24/10, 31/10, 7/11,
14/11, 21/11
- 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.

Kan tilmeldes via
psh.hedensted.dk

Syng sammen

Udbydes af Ældre Sagen, Hedensted og Pensionisthøjskolen

- Sted: Kastaniehøj, Kirkegade 16, 8722 Hedensted
- Start: Forår: 11/1, 25/1, 8/2, 22/2, 7/3, 21/3
Efterår: 26/9/, 10/10, 24/10, 7/11, 21/11, 5/12
- 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

Udbydes af Ældre Sagen, Hedensted

- Tid : Hver tirsdag kl 10.00
- Tovholder: Edith Sørensen Tlf.: 4163 1257



Padel

Udbydes af Padel Arena, Hedensted

Sted: Padel Arena, Hedensted, Lundagervej 22, 8722 Hedensted.
Ferie: Uge 7 + Uge 42
Instruktør: Sune Mortensen telefon 2575 7517.

"Senior-Padel m/k- for alle"

Start: 3. januar og 21. august
Tid: Onsdag kl. 10.00 til 12.00
Tovholder: Birgit Due Tlf.: 2940 4969
Pris: 25 kr. pr gang (2 timer)
Tilmelding: Sker ved betaling af kr. 25 pr. gang på mobilpay 770900,
Padel Arena, Hedensted når du møder frem.

"+60-Padel m/k - Let øvede"

Start: 5. januar og 23. august
Tid: Fredag kl. 10.00 til 12.00
Tovholder: Birgit Due Tlf.: 2940 4969 og
Knud Larsen Tlf.: 6039 1632
Pris: 60 kr. pr. gang (2 timer)
Tilmelding og betaling på appén MATCHii.

I løbet af de to timer møder man hinanden på "kryds-og-tværs" i en uformel og sjov omgang padel.

"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 indendørssko. Der afsluttes med gratis kaffe. Padel i fællesskab med andre bidrager til godt humør og livsglæde.



Padel

Udbydes af HFFI (Hedensted Familie Og Firma Idræt)

- Sted: Hedensted Centret Padel, Mosetoften 3, 8722 Hedensted
Start: Holdene afvikles året rundt (Bortset fra uge 28, 29, 30 & 52)
Tid: Mandage: kl. 9-10, 10-11, 11-12
Onsdage: 9-10, 10-11.
Torsdage: 9-10, 10-11, 11-12
Kontakt: Claus Clausen, 22 96 55 58
Pris: Betaling sker gang til gang på mobilepay. 20,- pr. time.

Læs mere om Padel på hjemmesiden.

Petanque

- Tid: Tirsdag og torsdag kl. 10.00 til 12.00 hele året
Sted: Østerbrogade 3, 8722 Hedensted.
Indkørsel bag Minet farvehandel
Kontakt: Peder Pedersen, tlf.: 29 92 77 38
Pris: 200 kr. for et helt år

Har du lyst til at prøve spillet kommer du bare op på banen på de nævnte tider. Du er også velkommen til at ringe og høre nærmere.

HORNSYLD

Seniorsvømning

Udbydes af Bjerre Herreds Svømmeklub

Sted:	Hornsyld Idrætscenter, Nørremarksvej 3, 8783 Hornsyld
Start:	4. og 7. marts (ret til ændring forbeholdes).
Start:	Efterår: Mandag den 5/8 torsdag den 8/8. <i>Der er ingen svømning på helligdage og i skolernes ferier.</i>
Tid:	Mandag kl. 9.00 til 11.00 / Torsdag kl. 14.00 til 15.00
Kontakt:	kontakt@bhsklub.dk eller beth.krist@gmail.com
Pris:	Offentliggøres på hjemmesiden når sæsonen kendes.

Mandag

Svømning om mandagen er for voksne med ledige dagtimer, der ønsker social hygge og aktivitet i svømmehallen. Der er vandgymnastik to gange i ½ time hver mandag. I det mellemste bassin kan man slappe af med massage fra bassinkanternes dyser, sauna og dampbad. Der er også mulighed for at svømme i det store bassin. En fantastisk måde at starte ugen på!

Torsdag

Svømning om torsdagen er for voksne med ledige dagtimer, der ønsker social hygge og aktivitet i svømmehallen. I det mellemste bassin er der massage fra at dyser og mulighed for sauna. Naturligvis kan man også svømme i det store bassin.

Columna Gymnastik Hornsyld

Udbydes af columnagymnastik.dk

Sted:	Hornsyld Idrætshal, Nørremarksvej 3, 8783 Hornsyld
Start:	Mandag d. 8. januar. Vintersæson slutter 18. marts. Sommergymnastik i april, maj, juni og august.
Tid:	Mandage kl. 18-19
Kontakt:	Formand Lotte Krogsgaard tlf. 60315394 mail: lotte.krogsgaard@outlook.dk
Pris:	100 kr. pr. måned. 700 kr. for en hel sæson fra september til marts. Se mere på foreningens hjemmeside: www.columnagymnastik.dk

Hensyntagende svømning

Udbydes af Juelsminde Handicapidræt

Sted:	Hornsyld Idrætscenter
Start:	Opstart bliver engang i det nye år (2024), når svømmehallen er færdigrenoveret – vi håber på opstart 01.02.2024
Tid:	Mandag 11:00 til 12:00, Torsdag 08:00 til 09:00
Pris:	400,- kr. hvert halvår
Kontakt:	Pia Damsgaard Hansen, mail: pia.damsgaard@mail.dk – tlf.: 30953935
Tilmelding:	Kontakt Pia for tilmelding

”Handicap Idræt er for dem med helbredsproblemer som ryg-, hofte-, knæ- eller ankeloperationer eller andre skavanker. Vi tilbyder Hornsyld svømmehal til gange om ugen: Mandag inkluderer 30 minutters Aqua-gymnastik i det mellemste bassin, efterfulgt af svømning eller afslapning med massage-dyserne i bassinkanten. Det store bassin er åbent hele tiden for dem, der ikke deltager i Aqua-gymnastikken. Afslut med sauna eller dampbad. Torsdage har begge bassiner de samme faciliteter uden Aqua-gymnastik.”

JUELSMINDE

Syng sammen

Udbydes af Ældre Sagen, Juelsminde og Pensionisthøjskolen

Sted:	Juelsminde Hallerne, Tofteskovvej 12, 7130 Juelsminde
Dato:	Forår: 8/1, 22/1, 5/2, 19/2, 4/3, 18/3 Efterår: 23/9, 7/10, 21/10, 4/11, 18/11, 2/12
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

Udbydes af Ældre Sagen, Juelsminde

Sted: Juelsmindehallen, Tofteskovvej 12,
7130 Juelsminde
Forår: 15/1, 29/1, 26/2, 11/3, 8/4, 22/4
Ferie: 12/2, 25/3
Efterår: 16/9, 30/9, 28/10, 11/11, 25/11, 9/12
Ferie 14/10

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.



Krolf

Udbydes af Ældre Sagen, Juelsminde

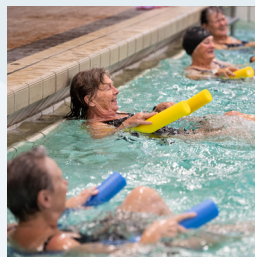
Sted: Hellebjerg Idrætsungdomsskole,
Jens Engbergs Allé 4, 7130 Juelsminde
Start: 2. april til 8. oktober
Tid: Hver tirsdag kl. 10.00 til 12.00
Tovholder: Martin Bech Jørgensen, tlf. 5193 6856
Pris: 50,- kr.

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.

Hensyntagende svømning

Udbydes af Juelsminde Handicapidræt

Se beskrivelse under Hornsyld,
øverst på side 17.



Senioridræt

Udbydes af Juelsminde Badmintonklub

Sted: Juelsminde Hallerne, Tofteskovvej 12, 7130 Juelsminde
Start: Forår 3/1 til 27/3.
Efterår 11/9 (ret til ændring forbeholdes) til 18/12
Tid: Onsdag kl. 10.00 til 12.00
Kontakt: Birger Sørensen Tlf.: 6172 7137
Pris: 150 kr. for en halv sæson, 300 kr. for en hel vintersæson.

Senioridræt er motion om formiddagen og et tilbud til dig, der har tid og lyst til at være aktiv om formiddagen sammen med andre. Her er plads til dig, uanset om du har dyrket motion i flere år, er helt ny eller har udfordringer med fysikken. Aktiviteterne tilpasses så du kan være med. Kom med og lad os få nogle hyggelige timer sammen. Medbring selv kaffen til lidt hygge i pausen.

Billard

Udbydes af Juelsminde Billardklub

Sted: Juelsminde Hallerne, Tofteskovvej 12, 7130 Juelsminde
Læs mere på www.juelsmindebillardklub.dk
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

Udbydes af Ældre Sagen, Juelsminde

Sted: Juelsminde Hallerne, Tofteskovvej 12, 7130 Juelsminde
Tid: Torsdag kl. 13.00 (7- 10 km) Ferie efter skolernes ferieplan.
Start: Opstart 4. januar
Ferie: uge 7, 28/3, 9/5, juli og august uge 42, 52 og 53
Tovholder: Carl P. Østerby tlf. 2872 8033 og
Henning Christiansen tlf. 4031 3966

Følg os på Facebook: Ud at gå med Calle og Henning

LINDVED

Krolf

Sted: Tingparken, Gl. landevej, Lindved, 7100 Vejle
 Start: Torsdag den 4. april
 Tid: Hver torsdag kl. 14 til 17
 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 torsdag, herefter hygger vi med vores kaffe i pavillonen. Vi vil gerne have besøg af andre krolfspillere og vi besøger også gerne andre.

Vandrehold

Udbydes af Ældre Sagen, Tørring-Uldum

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
 Ttlf. 4092 0035



LØSNING

Vandrehold

Udbydes af Ældre Sagen, Tørring/Uldum

Sted: P-pladsen ved Skærven, Rævebjergvej 19
 Tid: hver onsdag kl. 10
 Tovholder: Inga Midtgaard tlf.: 52251404
 Kirsten Piilgaard tlf.20718276

RASK MØLLE

Skydning i Rask Mølle

Udbydes af Honum og Omegns Skytteforening og Ældre Sagen 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, august og september</i>
Tid:	Hver anden onsdag i ulige uger kl. 10.00-12.00
Start:	3. januar til 19. marts- 11 gange (ferie i uge 7) Pris: 400kr Efteråret starter 27. august til 3. december - 14 gange (ferie uge 42) Pris: 400kr
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.*

TØRRING

Idræt i dagtimer

Udbydes af Tørring IF og Pensionisthøjskolen

Sted:	Gudenåcentret, Kirkevej 10, 7160 Tørring
Start:	9. januar. Efteråret start den 27. august
Tid:	Tirsdag kl. 10.00 – 12.00 (Fra kl. 11.10 svømmehal/fitness)
Forår:	9. jan. til 19. marts (10 gange) <i>(vinterferie ingen gymnastik)</i>
Efterår:	27. aug. til 3. dec. (14 gange) <i>(efterårsferie ingen gymnastik)</i>
Instruktør:	Jette Højgaard, Lene S. Ellingsen og Karin Kyed Jeppesen
Pris:	400 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.

Petanque i Tørring IF

Udbydes af Tørring IF

- Sted: Sommer: Petanquebanen ved Gudenåcenterets multibane, Kirkevej 10, Tørring.
Vinter: Da spiller vi inde i hallen i Gudenåcenteret..
- Dato: Hver torsdag fra 18.30 – 20.30 i perioden 4. april – 26. sept.
Hver onsdag fra 14-15.30 i perioden 2. okt. – 27. marts 2025.
- Pris: Kontingent ude ca 200,- inde ca 300,-
- Kontakt Irma Meyer Jensen: 31902369

Tørring IF har kugler, som benyttes indendørs. Vi har også udendørs kugler, som kan lånes, hvis man ikke selv har.
Kom og prøv. Vi spiller kun på hyggeplan.

Syng sammen

Kan tilmeldes via
pfs.hedensted.dk

Udbydes af Pensionisthøjskolen

- Sted: Gudenåcentret i Tørring, Kirkevej 10, 7160 Tørring
- Start: Forår: 4. jan., 18. jan., 1. feb., 15. feb., 29. feb., 14. marts.
Efterår: 19. sep., 3. okt., 17. okt., 31. okt., 14. nov., 28. nov., 12. dec.
- Tid: Hver anden torsdag kl. 9.30 – 11.30
- Musik: Klaver Martha Sandahl
- Pris: 6 gange (forår) 150kr.
7 gange (efterår) 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.



Tørring Billard klub

Udbydes af Tørring Billard klub

Tid:	Mandag – Tirsdag – Onsdag fra kl 8.00 til 12.00 (pensionister) Mandag aften fra 18.00 til 21.30 (Seniorer) Tirsdag aften 19.00- 22.00 (Damer) / Torsdag fra 9.00 til 12.00 (Blandet)
Sted:	Torvegade 65 Tørring
Pris:	Kontingent 500 kr pr. år samt 20 kr. pr. gang man kommer (bordleje). De første tre gange er gratis.

Der spilles hyggespil om formiddagen. Der er undervisning for Damer tirsdag aften ledet af Margit Nielsen. Der er mulighed for at spille Licens billard under Dansk Billardunion og spille mod andre klubber.

Få motion og samvær på en sjov måde:

Prøv at spille billard, alle er velkomne. Alle kan være med ung som ældre. Billard kan dyrkes med funktionsnedsættelser. Giver et fantastisk fællesskab som skaber livsglæde. Kom og prøv, det kan også være noget for dig.

Kontakter: Formand Klaus Hansen tlf. : 6020 4575 Instruktør for Damer:
Margit Nielsen tlf.: 2461 3761

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

Udbydes af Ølholm Boldklub

- Sted: Langskovhallen, Skolevej 80, Ølholm, 7160 Tørring
 Start: Hele året. Vi spiller inde i vinterhalvåret og vi går ud onsdag den 3. april til den 2. oktober- afhængig af vejret.
 Tid: Hver onsdag kl. 19.00 til 20.30
 Tovholder: Jørgen Mejer tlf. 6051 8136
 Pris: 300 kr. for hele vintersæsonen og 200 kr. for sommersæsonen.

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

Krolf

Udbydes af Ølholm Krolf Klub

- Sted: Byparken Ølholmbygade, 7160 Tørring
 Tid: Hver tirsdag kl. 13.30 til 15.30, hele året
 Pris: 150 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+

Udbydes af Ølsted Bordtennisklub

Sted: Ølsted Hallen, Kirstinelundsvej 9, Ølsted, 8723 Løsning
Start: Vinter/forår: tirsdag den 2. januar til 30. april
Efterår/vinter 27. august til 17. december
Tid: Tirsdag kl. 14.00 - 17.00
Instruktør: Erik Hansen, tlf. 5123 1691
Pris: 550 kr. for en hel sæson.

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



HOLDPLAN FOR ÅRET 2024

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

MANDAG

Seniorgymnastik Mixhold

Hedensted Centret
Kl. 9.40 - 10.40

Syng sammen i Juelsminde

Juelsminde Hallerne
Hver anden mandag
Kl. 9.30 - 11.00

Seniordans

Juelsminde Hallerne
Hver anden mandag
Kl. 10.00 - 12.00

Krolf Glud

Sportspladsen
Kl. 14.00 - 16.00

Idræt i dagtimer

Krolf - indedørs
Hedensted Centret
Kl. 14.00 - 16.00

Seniorsvømning Hornsyld

Kl. 9.00-11.00

Columna gymnastik

Hornsyld kl. 18.00 til 19.00

Hensyntagende svømning

Hornsyld kl 11.00 til 12.00

Padel HFFI

9.00 til 10.00, 10.00 til 11.00
og 11.00 til 12.00

Billard i Tørring

kl. 8.00 til 12.00
samt 18.00 til 21.30

TIRSDAG

Idræt i dagtimer

Gudenåhallen i Tørring
Kl. 10.00 - 12.00

Krolf Juelsminde

Hellebjerg idræts-
ungdomsskole
Kl. 10.00 - 12.00

Krolf Ølholm

Byparken
Kl. 13.30 - 15.30

Krocket Øster Snede

Stadion/ Ved skolen
Kl. 13.30 - 16.30

Idræt i dagtimer Volley 60+

Hedensted Centret
Kl. 14.00 - 15.30

Bordtennis

Slagstyrke +60
Ølstedhallen
Kl. 14.00 - 17.00

Petanque

Hornsyld Idrætscenter
Kl. 14.00 - 16.00

Krolf i Daugård

kl. 10 til 12.00

Billard i Tørring

kl. 8.00 til 12.00 samt 19.00
til 22.00

ONSDAG

Kroff Glud

Sportspladsen
Kl. 9.30 - 11.30

Skydning

Rask Mølle, Klubhus
Kl. 10.00 - 12.00

Højskolemøder

Kirkecenter Hedensted
Hver anden onsdag
Kl. 14.00 - 16.30

Petanque

Langskovhallen
Ølholm
Kl. 19.00 - 20.30

Senioridræt

Juelsminde Hallerne
Kl. 10.00 - 12.00

Idræt i dagtimerne i Dugård

kl. 10.00 til 12.00

Senior Padel m/k

Arena i Hedensted
10.00 til 12.00

Padel HFFI

9.00 til 10.00, 10.00 til 11.00

Billard i Tørring

kl. 8.00 til 12.00

TORSDAG

Senioridræt

på mixhold Glud hallen
Kl. 9.00 - 10.30

Syng sammen

Kastaniehøj, Hedensted
Hver anden torsdag
Kl. 9.30 - 11.30

Syng sammen

i GudenåCentret Tørring
Hver anden torsdag

Kl. 9.30 - 11.30

Seniordans

Kastaniehøj, Hedensted
Kl. 14.00 - 16.00

Idræt i dagtimer

Kroff - udendørs
Hedensted Centret
Kl. 14.00 - 16.00

Kroff i Lindved

Tingparken

Kl. 18.30

Petanque i Tørring

18.30 til 20.30

Kroff i Lindved

14.00 til 17.00

Padel HFFI

9.00 til 10.00, 10.00 til 11.00
og 11.00 til 12.00

FREDAG

Padel tennis

Hedensted

kl. 10.00 til 12.00

HVER DAG

Billard
Juelsminde

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.
Tilmeldingen åbner allerede 11. december 2023

FORÅR 2024

Onsdag den 24. januar

”Humor og latter er vitaminer til livet”

Vi har brug for at le. Oldtidens gamle lære om humorens og latterens helbredende kraft er stadig aktuel. En sund latter forlænger livet! Sjælen bliver yngre gennem humor! Latter er det stærkeste våben mod de sure! lad os le sammen! Evnen til at le er en kostelig gave! Vores bekymringer bliver mindre når vi ler!
Ved: Henning Hansen



Henning Hansen

Onsdag den 7. februar

Familien på farten - i Canada

Anne Grethe og Helge har tilbragt 35 år på landevejen samt udforsket over 80 lande. De startede som en rejsende familie, senere som pensionister og nu som tre generationer på eventyr. Deres barnebarn, toårige Frida, sover i et tagtelt med sine forældre på deres firehjulstruckne hjem. På deres gamle LandCruiser, bag alle kasserne, finder Anne Grethe og Helge deres luksuriøse soveværelse, der er immun over for naturkræfter som orkaner, skybrud og snestorme.

Deres foredrag er en visuel rejse gennem Islands barske skønhed, med brændende lavamarker og iskolde gletsjersøer. Men det er også historien om at være fuldtidsforældre og bedsteforældre og besvarer spørgsmålet: Hvordan kan man, svigermor og svigerdatter - og far og søn - holde hinanden ud i flere måneder under ekstreme forhold?

Ved: Anne Grethe og Helge



3 generationer

Onsdag den 21. februar

Krigen i Ukraine

Krigen i Ukraine er en historisk skelsættende begivenhed med betydning for verden. Foredraget vil analysere årsagerne til Putins krig i Ukraine, med fokus på NATO og Sovjetunionens rolle. Det vil også berøre geopolitiske, fødevarer- og energisikkerhedsaspekter af konflikten. René, forfatter af flere bøger om emner som USAs historie, Reformationen, Israel-Palæstina, Islamisk stat, russisk revolution og senest krigen i Ukraine, har også deltaget i tv-programmer og podcasts og bidraget med digitale artikler og undervisningsforløb for Gyldendal og Alinea.

Ved: René Bank Isager



René Bank Isager

Onsdag den 6. marts

Fra bondekone til borgmester

Else Møller er uddannet husholdningslærer og var i en lang årrække sammen med sin mand inspektørpar på Hverringe Gods. I denne periode blev hun en del af det lokalpolitiske liv.

Med udgangspunkt i sin barndom på landet og de personligheder, der har præget hendes liv fortæller Else Møller om personer, der har præget hende, madlavningens forunderlige verden, tiden som borgmester og pensionistlivets glæder.

Foredraget er om et langt, lyst og levende liv, som bindes sammen af humoristiske betragtninger og erfaringer.

Ved: *Else Møller*



Else Møller

Onsdag den 20. marts

Sangeftermiddag

Jacob Vestager Tybjerg inviterer til en sangeftermiddag, hvor vi udforsker den 19. udgave af Højskolesangbogen, udgivet i november 2020.

Tybjerg guider os gennem den nye udgave og vi synger både nye og velkendte sange. Han deler sin kærlighed til Højskolesangbogen, kalder den en poesibog med smukke ord til enhver lejlighed.

Tybjerg, der også turnerer med foredrag og sangaftener om Højskolesangbogen, spiller selv klaver og er kendt for at skabe en underholdende atmosfære. Han deler også, at musik og sang bringer glæde, og hans mål er at sprede den glæde videre.

En særlig sang i den 19. udgave er skabt af Tybjerg og hans søster, Margrethe Vestager, hvor han står for melodien, og hun for teksten. En sjov og fornøjelig sangoplevelse er i vente.

Ved: *Jacob Vestager Tybjerg*



Jacob Vestager Tybjerg

EFTERÅR 2024

Onsdag den 9. oktober

Columbia- et rejseforedrag

Eventyrer Rasmus Krath har rejst tre måneder i Colombia med en splinterny lille drone, som blev sendt i luften utallige gange undervejs på rejsen og har hjembragt film og fotos, der giver et helt nyt perspektiv på det at rejse – og et rejseforedrag.



Rasmus Krath

Sammen med solide stillfotos fra Rasmus' almindelige spejlreflekskamera præsenteres publikum for et nutidigt og ekstremt alsidigt Colombia - lige fra Stillehavskysten over bjergene i midten af landet, ind i regnskoven og op til det Caribiske Hav og storbyen Cartagena - en af verdens flotteste byer. Rasmus fortæller Colombias historie - fra den spanske kolonisation op til nyere tid, hvor den berygtede narkobaron Pablo Escobar terroriserede landet i 1980'erne, indtil hans død i 1993.

Publikum møder Colombias folk, kultur og får Rasmus' tanker til, hvor det smukke, men stadig til dels borgerkrigsplagede land er på vej hen. Alt sammen krydret med en masse god musik og tilsat en lang række visuelle effekter på lærredet - så det er bare at læne sig tilbage og blive forført af et af klodens mest, både betagende og komplekse lande.

Ved: Rasmus Krath

Onsdag den 23. oktober

Dagligt liv, i et topsikret fængsel

Hvordan former dagligdagen sig for fangerne i et af Nord-europas mest sikrede fængsler? Her er jeg sammen med mennesker, som har begået de alvorligste forbrydelser, og som afsoner fængselsstraffe fra nogle få år til forvaring og livstid. I foredraget fortæller jeg om den ofte barske hverdag i fængslet, om det kirkelige arbejde, om skyld og straf, om håb og længsel.

Spørgsmål af enhver art fra tilhørerne er velkomne.

Ved: *Jesper Birkler*



Jesper Birkler

Onsdag den 6. november

”Fra Vorbasse til Christiansborg”

I foredraget vil Henrik Dam Kristensen komme ind på, den udvikling der er sket i de godt 30 år, han var medlem af Folketinget. Herunder pressens rolle og effekten af nye sociale medier for det parlamentariske arbejde.



*Henrik Dam
Kristensen*

Henrik beskriver hverdagen som MF'er, minister og Formand for Folketinget. Hvordan bliver et lovforslag til, og hvordan foregår arbejdet i udvalgene.

Henrik forsøger at komme bag om nogle af de ting, som man måske ikke tænker så meget over i hverdagen - det hele bliver krydret med små anekdoter.

Ved: *Henrik Dam Kristensen*



Onsdag den 20. november

Fra landsby til landskendt

Marie Bregendahl og Jeppe Aakjær

Få et tankevækkende indblik i et helt unikt kvindeliv, når Mogens Bregendahl fortæller historien om sin farfars søster, forfatteren Marie Bregendahl - om hendes barndoms-hjem, ungdomsliv, forelskelse, ægteskab og skilsmisse fra Jeppe Aakjær. Eftermiddagen vil desuden belyse Marie Bregendahls utroligt stærke vilje, da hun som kvinde i 1880'erne frigjorde sig fra et stærkt jysk bondemiljø og slog sig ned i København og forsørgede sig selv - og i nogle år også Jeppe Aakjær. Hun blev datidens frigjorte kvinde, men ikke uden personlige omkostninger.

Mogens vil omtale tre af Marie Bregendahls hovedværker: "en Dødsnat", "Henrik i Bakken" og "Holger Hauge og hans Hustru". Disse romaner belyser bl.a. det tunge jyske bondemiljø og meget stærke politiske opgør omkring århundredskiftet. "En Dødsnat" blev i 2021 filmatiseret under titlen "Du som er i himlen" og Mogens vil vise brudstykker af den stærke film. - Filmen er absolut ikke for børn.

Ved: *Mogens Bregendahl*



*Mogens
Bregendahl*



*Marie
Bregendahl*

Onsdag den 4. december

Julehygge med julefrokost

Kom og vær med til et hyggeligt fællessangs-arrangement sammen med Anne-Marie Hassing, kendt fra blandt andet "Morgensang i Mariehaven" på DK4 og Dansk Melodi Grand Prix. Anne-Marie Hassing er sanger og musiker, og i flere år har hun spredt glæde gennem sang og fællessang på forskellige efterskoler og højskoler, i borgerhuse, plejecentre og kirker rundt omkring i hele Jylland. Julen nærmer sig, og nu har du muligheden for at komme i julestemning med masser af jule-fællessange. Først vælger Anne-Marie sangene, så spiser vi julefrokost - koldt, lunt og sødt - og så er det jeres tur til at vælge jeres favoritter!

Ved: *Anne Marie Hassing*

Pris: 200kr. Husk tilmelding og betaling er nødvendig senest den 27. nov.



Anne-Marie Hassing



Svalbard - jagten på nordlyset



FLYREJSE



5 DAGE



26.-30.01



NOK



Pr. person

13.998 kr.

*i delt dobbelt
værelse*

Arktisk rejse til den norske øgruppe Svalbard

Tag med på en uforglemmelig arktisk rejse til den norske øgruppe Svalbard, hvor vilde nordlyseventyr venter i mørket. Direkte fly til Svalbard og tre spændende udflugter er inkluderet i rejsen.

1. dag

Du flyver direkte fra Billund til Longyearbyen. En nem og komfortabel måde at rejse til Svalbard på uden flyskifte og unødvendig spildtid. Ombord på flyet serveres et let måltid. Efter ankomst til Svalbard bliver du kørt fra lufthavnen til dit hotel, hvorefter du har nu resten af dagen til fri disposition. Besøg fx Svalbard Museum som ligger centralt i byen.

Kl. 19.00 er det tid til aftensmad, og her får vi serveret en lækker 3-retters middag.

2. dag

Om formiddagen skal vi på sightseeingturen "Longyearbyen i en nøddeskal" med vores rejseleder. Det er den perfekte måde at lære byen bedre at kende på, og med guidens fortællinger om byens historie og største seværdigheder vil du få et spændende indblik i byen. Turen foregår i bus og går bl.a. forbi både lokale miner, researchcenteret, kirken samt den globale frøbank. Der vil være stop undervejs med muligheder for at tage billeder. Eftermiddagen bruges på en spændende Nordlys Safari i en

MED I PRISEN

- Direkte fly Billund - Svalbard t/r
- Let forplejning på flyet t/r
- 4 nætter på Radisson Hotel Polar
- 4 x Morgenmad
- 3 x 3-retters middag på Hotellet
- Foredrag om Nordlys

- Vildmarksaften i Camp Barentz, inkl. Middag
- Besøg i kulminen Gruve 3
- Nordlys Safari i "Snow-cat" bæltetkøretøj
- Lokal guide på udflugter
- Dansk talende koordinator på Svalbard

EKSTRA

- Enkeltværelse, tillæg 3.000 kr.

- Tilkøb af Hundeslædetur - 1.398 kr. pr person (bestilles v tilmelding)

så kaldt "Snow Cat". Et bæltekøretøj der på sikker vis bringer os ud i landskabet, Første stop er ved den gamle nordlysstation, hvor man før i tiden foretog alt nordlys-research. Ruten herfra tilrettelægges på dagen ud fra vejrforholdene.

3. dag

I dag har vi mulighed for at gå på jagt efter nordlyset, samtidig med vi nyder en fantastisk tur med hundeslæde. (Tilkøb) Kombinationen af den arktiske ro og de ivrige huskyhunde energiske lyde danner rammen for en fantastisk og autentisk oplevelse, som er helt unik for Svalbard. Du oplever de snedækkede landskaber, som afspejler lyset fra månen, stjernerne og – forhåbentlig – nordlyset. Udover omgivelserne er det en fornøjelse i sig selv at være i selskab med polarhundene, som er både ivrige, kælnede og legesyge. Lokalguiden kører først og vi kører derefter to og to på hver hundeslæde. Man skiftes til at køre slæden og sidde på den, og der kræves derfor blot en almindelig fysik for at deltage. Der kan lånes ekstra tøj til udflugten.

Hvis du ikke ønsker at tilkøbe denne udflugt, er dagen på egen hånd i Longyearbyen.

Dagen rundes af med en lækker 3-retters middag.

4. dag

I dag får du mulighed for at gå på opdagelse i Longyearbyens rige minehistorie på en spændende udflugt til Gruve 3, hvor du får fortalt kulsorte historier om minedriften på Svalbard. På turen får du en god fornem-

melse af, hvordan en minearbejders hverdag forløb, når vi iklædt arbejdstøj, hjelm og pandelygte begiver os på en kulturhisto-risk oplevelsestur dybt ind i bjergene. Aftenen står i nordlysets tegn med Nordlysafteften på Camp Barentz inkl. middag. I polarnatsperiodens mørke er der mulighed for at se nordlys over Svalbard hele døgnet. Samspillet mellem partikler, der strømmer ud af solen, solvind og jordens atmosfære skaber det fantastiske fænomen, Aurora Borealis. Nordlyscampen, Camp Barentz, ligger ca. 10 km øst for Longyearbyen ved foden af Gruve 7-fjeldet. Lejren har en fantastisk beliggenhed, hvor du har mulighed for at opleve nordlyset væk fra al lysforurening. Det vigtigste for at se nordlyset er nemlig, at omgivelserne ikke er forstyrret af kunstigt lys. Bussen stopper lidt udenfor lejren, og vi bliver budt velkommen af vores værter, der følger os det sidste stykke vej. Værterne vil være bevæbnet med rifler for at beskytte mod isbjørne. Inde i campen er der tændt op i ildstedet, og der serveres varm mad, mens værterne holder forelæsninger og viser billeder. Forelæsningerne vil naturligvis dreje sig om nordlyset. Udflugten er med skandinavisk/engelsktalende guider.

5. dag

Det er tid til at tage afsked med Arktis og Svalbard. Du bliver kørt til lufthavnen, hvorfra du flyver direkte tilbage til Danmark. Ombord på flyet serveret et let måltid. OBS: Der kan rykkes rundt på dagene for at få programmet til at gå op.

Hotel: Radisson Blu Hotel Polar, Longyearbyen

Dette flotte Radisson Blu Hotel Polar er det nordligst beliggende fuldservicerende hotel i hele verdenen. Her bor man midt i de arktiske landskaber centralt i Longyearbyen.



La Palma



FLYREJSE



8 DAGE



8.-15.03



EURO



Pr. person

9.799 kr.

i delt dobbelt
værelse

Nyd solen og de smukke landskaber

Tag med Pensionisthøjskolen på denne fantastiske rejse til La Palma.

UDFLUGTER

Las Nieves

Dagens første stop bliver ved Las Nieves, hvor vi skal ind og se den smukke kirke og ikke mindst snejomfruen, som de her på øen hylder hvert 5. år med store optog i slutningen af juli måned. Efter stoppet i Las Nieves kører vi videre til San Bartolo, som er et af øens fantastiske udkigspunkter. Ved udkigspunktet finder man en statue af en mand. Denne mand er udkigspunktet

opkaldt efter og statuen er lavet til minde om ham, nemlig San Bartolo. Han var en ung hyrde som blev sat på noget af en test, for at få sit livs kærlighed... Gør dig klar til at finde den varme trøje eller regnjakke frem, da vi nu er nået til Los Tilos regnskoven. Her kører vi langt ind i ravinen, hvor planterne begynder at konkurrere om lyset fra solen. Vi bevæger os til fods ind til vandfaldet, hvor man kan tage en masse billeder i de smukke grønne omgivelser. Det er nu blevet frokosttid og på Asedero Rosán kan I smage nogle af de specialiteter man finder her på øen. Vi slutter besøget af med lidt kaffe, kage og

MED I PRISEN

- Fly Billund t/r
- All Inclusive ophold
- Transfer til og fra hotellet
- Dansktalende rejselederservice
- 1 stk bagage + 1 stk håndbagage
- Mad ombord på fly

4 udflugter:

- Heldagsudflugt: Det skjulte Nord inkl. Frokost / Det sydlige La Palma og vulkaner inkl. Frokost
- Halvdagsudflugt: Byrundtur Santa Cruz / Vinsmagning og aftensmad + stjerneobservationer

EKSTRA

- Enkeltværelse, tillæg 999 kr.

- Afbestillingsforsikring: kr. 385
- Rejseforsikring: kr. 349
- Prissikring kr. 149

kanariske bananer. Et af de mange smukke syn man kan finde på La Palma findes her ved Charco Azul. Disse havpools er skabt af naturen og danner ramme for et dejligt udflugtspunkt, hvor man kan bade og nyde solen. Udflugten slutes af på romfabrikken, Ron Aldea, hvor der vil være en rundvisning med masser af historie om familievirksomheden, som daterer sig helt tilbage til starten af 1900-tallet. Der vil selvfølgelig være mulighed for at smage på flere af de forskellige våde varer og ikke mindst også købe en flaske eller flere med hjem. I deres butik finder man ligeledes andre specialiteter fra øen, såsom mojo, bananchips og havsalt produceret ved Salinas de Fuencaliente.

Det sydlige La Palma og vulkaner - inkl. Frokost

Vi kører ned til den sydlige spids af La Palma, hvor man vil kunne se Las Salinas de Fuencaliente, hvor de udvinder salt fra havvandet. Dernæst fortsætter vi mod nord og kører igennem et område med en masse bananplantager og derefter over lavaflowet, der kom i forbindelse med vulkanudbruddet i slutningen af 2021. Frokost vil være ved havnen i Tzacorte som ligger på øens vestlige side. Efter frokost fortsætter vi videre til vulkanen og laver stop ved Tacande, hvor man virkelig kan se kontrasten mellem det størknede

sorte lava og de grønne planter. Til sidst afsluttes turen ved udkigspunktet ved La Cumbrecita, hvor man virkelig får et billede af nationalparken og alle de mange pinjetræer.

Byvandring Santa Cruz

Denne dag skal vi på byvandring i Santa Cruz, hvor vi fortæller en masse historie om byen og øen, samt hvilken betydningen havnen har haft for øens udvikling. Yderligere kommer vi rundt og ser det lille lokale marked og lokale kirker og kloster. Vi kigger også nærmere på arkitekturen og fortæller om nogle af de flotte bygninger. Man kan tage med bussen tilbage til hotellet og spise sin frokost der, eller blive inde i byen og selv finde et sted at spise frokost og tage den offentlige bus tilbage til hotellet. Guiderne fortæller naturligvis hvor man står på bussen samt anbefaler gode steder at spise.

Vinsmagning og aftensmad+ stjerneobservationer

Vinsmagning og aftensmad på Bodegas Teneguia. Lokal aftensmad med lokale vine. La Palma er et af de bedste steder i verden, hvis man vil kigge på stjerner, planter og universet. En "hobby astronom" vil fortælle en hel masse om det vi kan se, når vi kigger op på nattehimmelen, hvilket vi naturligvis går ud og gør sammen.

Hotel H10 Taburiente Playa

Det perfekte udgangspunkt, hvis du gerne vil udforske den smukke ø. På hotellet har du mange fine faciliteter, blandt andet tennisbane, restaurant, barer og dejligt poolområde.



Cirkusrevyen



BUSREJSE



2 DAGE



29. - 30. MAJ

Pr. person
2.775 kr

Få smurt lattermusklerne ved den traditionsrige cirkusrevy

Turen i korte træk:

Vi skal opleve et stjernespækket hold af skuespillere: Merete Mærkedahl, Pernille Schrøder, Henrik Lykkegaard, Niels Ellegaard, Niels Olsen og Silas Holst. På denne rejse skal vi bo på det dejlige 4-stjernet Hotel Copenhagen Strand der er beliggende i hjertet af København, et stenkast fra Nyhavn, med Amalienborg i baghaven og shopping på Strøget lige om hjørnet.

1. dag - Cirkusrevyen

Efter opsamlingen forsætter vi over Fyn, hvor vi nyder frokostpakken. Videre mod København og Hotel Copenhagen Strand i det centrale København.

Hotellet byder os velkommen med en kop kaffe, inden vi bliver indkvarteret. Vi bor i hjertet af København, så der er rig mulighed for at gå en tur i Nyhavn. Sidst på eftermiddagen kører bussen fra hotellet til Dyrehavsbakken. Vi nyder aftensmaden på Bakken inden vi skal se aftens forestilling. Sidst på dagen kører vi retur til vores hotel i København.

2. dag - Dronningens Gobeliner -

Rundvisning i Riddersalen

Efter en god nats søvn og en lækker morgenmad på hotellet, tager vi på en spændende rundvisning på Christiansborg Slot. Vi skal blandt andet se Riddersalen som er udsmykket med

MED I PRISEN

- Bustransport
- Frokostpakke 1. dag
- Havne og kanalrundfart
- Eftermiddagskaffe på hotellet 1. dag

- 1 x Hotelovernatning
- 1 x Morgenbuffet
- A-Billet til Cirkusrevyen
- Buffet på Bakken
- Rundvisning - Dronnings Gobeliner

EKSTRA

- Enkeltværelse, tillæg 595 kr.

17 farvestrålende gobeliner. Det er 1100 års vævet danmarkshistorie fra vikingetiden til år 2000. Gobelinerne er tæt befolkede af de konger, stats-
overhoveder og store personligheder, der satte et solidt aftryk i Danmark og i resten af verden. Der er scener fra svenskernes storm på København natten mellem den 11. og 12. februar

1659 og fra årene under 2. Verdens-
krig. Frokost bliver på egen hånd i centrum af København. Efter frokostpausen mødes vi og tager på en havnerundfart hvor vi ser København fra vand siden. Midt på eftermiddagen kører vi retur mod Hedensted Kom-
mune. Vi forventer at være hjemme midt på aftenen.



Hotel

Hotel Copenhagen Strand, Havnegade 37 1058 København K.



Norge og vestlandet



BUS/FÆRGE/TOG



5 DAGE



9.-13.06



NOK



Pr. person
6.975 kr.

i delt dobbelt
værelse

Oplev den fortryllende og mangfoldige natur.

Oplev den fortryllende og mangfoldige natur i Norge. Den norske kyst strækker sig langt ind mellem majestætiske fjelde, der rejser sig hundreder af meter over det dyblå hav og omkranser de verdensberømte fjorde.

Vi begynder vores eventyr, når vi tager afsted mod Hirtshals. Undervejs finder vi et passende sted til vores eftermiddagskaffe med kage fra bussen. Vi skal med Fjord Line fra Hirtshals kl. 20.00 og efter indtjekning nyder vi aftensmaden ombord på skibet. Vi sejler mod Bergen via Stavanger. Skibet tilbyder en bred vifte af faciliteter og aktiviteter som underholdning, livemusik eller mulighed for at gå ture på dækket og nyde

den friske havluft. Vi overnatter ombord mens skibet drager nordpå.

2. dag - Skærgården og Bergen

Vi slår øjnene op til et fantastisk syn. Allerede kl. 06.30 ankommer vi til Stavanger, og vi kan følge med i indsejlingen, mens vi nyder skibets morgenmad. Vi bliver ombord og sejler videre til Bergen, der er på Unescos Verdensarvliste. En sejltur med sjæl. Med udsigt til majestætiske fjelde, dybe fjorde og den afvekslende skærgård. Kl. 12.30 går vi i land i Bergen og siger farvel til skibet. Vi stiger på bussen og får på køreturen et godt indtryk af byens historie og struktur. Kendte steder som Bryggen, Fisketorget,

MED I PRISEN

- Overfart Hirtshals – Bergen
- 1 x Overnatning på færgen Hirtshals – Bergen
- Kaffe og kage 1. dag
- 3 x Hotelovernatninger

- 4 x Morgenmad
- 4 x Aftensmad
- 1 x Fløibanen
- 1 x Togtur / Sejltur
- 1 x Overfart Kristiansand - Hirtshals
- Udflugter ifølge programmet

EKSTRA

- Enkeltværelse, tillæg 1.899 kr.

Grieghallen og Festningsområdet er nogle af højdepunkterne. Vi tager Fløibanen op på Bergens højeste punkt 302 meter over havets overflade. Derfra har man en fantastisk udsigt ud over Norges næststørste by, der er omkranset af 7 fjelde. Der bliver tid til en frokost på egen hånd i Bergen inden vi tjekker vi ind på vores hotel. Aftensmaden nyder vi på hotellet og derefter er det oplagt at indsnuse aftenstemningen i Bergen på en lille spadseretur.

3. dag - Bergen, Gudvangen, Flåm og Geilo

Dagen bliver turens højdepunkt. Vi skal fra Bergen via Gudvangen og Flåm til Geilo og benytte såvel bus som færge og tog gennem noget af Norges fineste natur. I løbet af turen kan vi sætte indtil flere flueben på Unescos Verdensarvsliste. Efter morgenmaden kører vi ind i landet til Gudvangen. På en sejltur skal vi opleve et af Norges mest populære fjordlandskaber. Vi går fra borde i Flåm, hvorfra turen går videre med tog ad den 20 km lange Flåmsbanen, som med 21 hårnålesving snor sig fra Myrdal til Flåm 867 meter længere nede - godt gemt i Aurlandsfjordens inderste hjørne. Denne imponerende jernbanestrækning markedsføres som "Norge i en nødde-skal". Den er kåret som en af verdens mest betagende togrejser og er en af landets største turistattraktioner. Der vil være mulighed for at købe let frokost flere steder på egen hånd. Vi står af toget i Myrdal, hvortil eneste adgang er via jernbane eller

Overnatning

Dag 1: Ombord på Fjord Line, Hirtshals - Bergen

ad vandre/cykelstier, og skifter til toget mod Geilo. Her venter bussen og kører os til hotellet i Geilo, hvor vi slutter denne uforglemmelige dag med aftensmad.

4. dag - Telemarken og Vrådal

Turen i dag tager os med rundt om Hardangervidda Nationalpark - Norges største - med fosser, fjorde og bjergpas. Højden varierer fra 1.100 til op i nærheden af 1.900 meter over havet. Vi kører ind i Telemarken med skyhøje fjelde, højlandsplateauer, sprudlende vandfald, spejlblanke søer og støvfri luft - alt det bedste fra den norske natur. Vi kører omkring Dalen, som ligger for enden af Telemarkskanalen. Stedet er kendt for "eventyrhotellet" Dalen Hotel, et af Norges ældste træhoteller. På dagens etape finder vores rejseleder et sted til vores frokostpause som er på egen hånd. Vi skal overnatte i den hyggelige landsby Vrådal, ved bredden af Telemarks største sø Nisser. Vi nyder aftensmaden på det mere end 150 år gamle hotel. Det er oplagt at slutte dagen med en spadseretur ved søen.

5. dag - Vrådal og hjemrejse

Efter at have nydt den betagende natur og de uforglemmelige oplevelser i Norge, vender vi nu tilbage mod vores hjemland. Vi fortsætter vores rejse fra Vrådal mod Norges sydkyst, hvor vi vil tage en kort sejltur til Danmark. Vi forventer at være hjemme midt på aftenen.

Dag 2: Overnatning: Bergen

Dag 3: Overnatning: Geilo

Dag 4: Overnatning: Vrådal



Regan Vest og Rold Skov



BUSREJSE



2 DAGE



20-21. JUNI

Pr. person

2.695 kr.

*i delt dobbelt
værelse*

Nyd solen og de smukke landskaber

På denne tur bor vi i hjertet af Rold Skov, som ligger centralt i Himmerland mellem Arden og Skørping. Skoven er hjemsted for seværdigheder som Den Jyske Skovhave og Rebild Bakker.

Rold Skov er berømt for sin betagende naturlige skønhed, den varierede terræn og sin imponerende historie. Under vores ophold skal vi også besøge Koldkrigsmuseet REGAN Vest, som åbnede sine døre for offentligheden i februar 2023. Her vil vi få mulighed for en enestående oplevelse, når vi går ned i dybet og udforsker det imponerende

bunkeranlæg. I løbet af 1960'erne, i skyggen af den kolde krig, blev denne atomsikre bunker konstrueret i dybeste hemmelighed af Danmark.

Efter opsamlingen kører vi nord på mod Himmerland. I Mariager holder vi en lille pause ved havnen, kører langs fjorden forbi Dania med de gule arbejder huse (Jyllands Nyboder) til Hadsund. Vi kører til en nærliggende kro hvor frokosten venter os. Når alle er mætte forsætter vi til Koldkrigsmuseet REGAN Vest. Vi bliver delt op i grupper af 10 personer og med hver vores rundviser, bliver vi

MED I PRISEN

- Bustransport
- Frokost 1. dag
- Billet til REGAN Vest med rundvisning
- Kaffe med dagens kage 1. dag
- 1 x Hotelovernatning

- 1 x Morgenmad
- 3-retters menu
- Guidet tur i Rold og Rebild
- Frokost 2. dag
- Smagsprøve og kaffe ved Vebstrup Is

EKSTRA

- Enkeltværelse, tillæg 595 kr.

guidet igennem alle anlæggets vigtigste rum og funktioner. Den halvanden time lange rundvisning fører os forbi regeringens situationsrum, regentens værelse, opholdsstue, kantine og meget mere. Efter rundvisningen er det muligt at se Maskinmesterboligen, der fungerer som tjenestebolig for den maskinmester, som stod for den tekniske drift i REGAN Vest bunkeren. Tjenesteboligen blev bygget samtidig med bunkeren af en helt særlig årsag. Den havde til formål at spærre for indkig til selve indgangspartiet til bunkeren. Vi slutter besøget af med kaffe og dagens kage i velkomst centret inden vi kører mod vores hotel midt i skoven. Vi nyder aftensmaden på hotellet.



2. dag - Rold og Rebildbakker

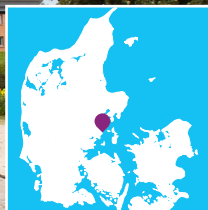
Efter morgenmaden på hotellet venter en spændende bustur med vores lokale guide og Kromand. Jørgen vil lede os gennem Rold og Rebildbakker og dele sin viden om skoven, naturen og ikke mindst de fascinerende historier, der er knyttet til dette område. Vi får også mulighed for at smage på den lokale bjesk, som er lavet med ingredienser, herunder porse, der vokser omkring Store Øksø. Vi nyder frokosten på kroen, inden vi siger farvel til Rold. Senere holder vi en pause ved Vebbestrup Ismejeri, hvor vi kan smage deres velrenommerede flødeis og nyde en kop kaffe ved bussen. Derefter fortsætter vi til vores hjembyer, hvor vi forventer at være tilbage sidst på eftermiddagen.



Bemærk:

- Guidet rundtur i bunkeren varer 90 min.
- Denne tur er ikke egnet for gangbesværede.
- Der kan IKKE medbringes rollator.
- Husk gode sko samt overtøj

Hotel Rold Storkro, Vælderskoven 13
9520 Skørping, Tlf.: 98375100



Højskoleophold - Rudestrand



BUSREJSE



6 DAGE



19. TIL 24. AUGUST

Pr. person

5.650 kr.

på enkeltværelse med
havudsigt og delt
badeværelse

Nyd solen og de smukke landskaber

Sensommeren er smuk. Og især med udsigt til Samsø og Tunø og med veloplagte foredragsholdere både ude og inde.

Vi skal opleve alt dét, en dansk højskole er så kendt for: Fællesskabet og fællessangen – den gode udflugt og de mange rare samtaler. I denne uge kan du møde sangerinden Louise Svane og pianisten Niels Erichsen, Radioværten Karsten Kortbuks og højskolens eget sangkor. Du skal til vinsmagning med køkkenchefen, lære hvordan vi holder vores hjerner friske – og så skal vi på hele to udflugter: En hel dag til Samsø og en eftermiddagstur til Økologiens Have i Odder. Rude Strand er en højskole efter Grundtvigs tanker. En af Danmarks smukkeste beliggende højskoler lige

ud til Østjyllands idylliske kyst og med udsigt over Kattegat til Samsø, Tunø og Helgenæs. Velkommen til indsigt og udsigt på Rude Strand!

Udflugter

Heldagstur til Smukke Samsø
Halvdagstur til Den Økologiske Have, Odder



KURSUSLEDERE

Louise Brandstrup og Helge Teglgård

EKSTRA

- Ved delt dobbeltværelse med havkig- rabat 400 kr.
- Ved enkeltværelse uden havudsigt- rabat 400 kr.
- Ved enkeltværelse med havudsigt og eget bad- tillæg 800 kr.

Program

Mandag

- Ankomst og indkvartering
- Kaffe, te og boller
- Præsentation og intro til kurset
- Mød Rude Strand Sangkor
- v/ Helge Teglgård
- Aftensalon v/ Louise Brandstrup

Tirsdag

- Foredrag: Glæden ved at være til v/ Aage Augustinus
- Mulighed for en guidet gåtur eller et spil krolf i parken
- Foredrag: Kan vi tæmme og træne vores hjerner. Bryde vanetænkningens kraft? v/ Linn Trentel Busch
- Syng dig sund! v/ Helge Teglgård

Onsdag

- Heldagstur til Samsø bl.a. med besøg i charmerende Nordby, frokost på Isehoved, øens nordspids. v/ Carsten Holvad

- Vinsmagning v/ Kim Mouritzen

Torsdag

- "De 100 salmer" Sangformiddag. En dejlig blanding af fortælling, fællessang og koncert.
- Mulighed for en guidet gåtur eller et spil krolf i parken
- Den lave revisor og det høje humør v/ Louise Brandstrup
- Revysange til tiden v/ Søren Jensen

Fredag

- Det er vildt godt, når det roder v/ Karsten Hansen
- Udflugt til Den økologiske Have, Odder
- Hvidvin på terrassen
- Afslutningsmiddag og musikalsk underholdning og fællessang med The Butterfly Boys

Lørdag

- Kort morgensamling - herefter afrejse

RUDE STRAND HØJSKOLE

Kystvejen 114, 8300 Odder





Kreta



FLYREJSE



8 DAGE



01. - 08.09



EURO



Pr. person

9.300 kr.

*i delt dobbelt
værelse*

Sol, kultur og smukt landskab

Tag med på denne fantastiske rejse til Kreta, hvor vi skal nyde solen, kulturen samt det smukke landskab på øen.

Udflugter

Kretas Vestlige Perler

Følg med på en spændende dagstur til nogle af de skatte, Kretas vestkyst gemmer på. Du får mulighed for at udforske charmerende landsbyer og skabe forbindelse til græsk kultur og historie. Vi begynder ved Gonias-Kloster i Kolimbari, der har en fascinerende

historie fra tider med tyrkiskbesættelse. Derefter besøger vi Biolea, en økologisk olivenolie producent, hvor du kan smage og købe nogle af Europas fineste olivenolier. Du får også chancen for at beundre verdens ældste oliventræ og nyde en forfriskning. Turen afsluttes med en rundvisning på Charma, det lokale bryggeri, hvor du kan smage fire af deres specialøl i smukke omgivelser. Indgang til Gonias Klosteret og frokost er inkluderet i prisen. Skuldre, bryst og knæ skal være dækket ved besøget i klosteret.

MED I PRISEN

- Fly Billund - Kreta
- Ophold på Villa Plataniás med All Inklusive i delt 1-værelseslejlighed
- Charterpakke (Transfer tur/retur, Fly-mad, 20 kg. bagage + 5 kg. håndbagage)

- Eget velkomstmøde
- 4 udflugter med danske rejseledere
- Bus Tørring – Billund Lufthavn tur/retur
- Lokale skatter og afgifter

EKSTRA

- Enevær. kr. 3.000,- pr. per. (Begr. antal)
- Tillæg for havudsigt kr. 400,- pr. pers.
- Tillæg for 2-vær.lejlighed kr. 200,-
- 3 vær. lejlighed +500kr.
- Afbestillingsforsikring Kr. 399,-
- Årsrejseforsikring fra kr. 344,-
- Energisikring kr. 149,- pr. person

Knossos

Dette heldags eventyr inkluderer en engelsktalende guide og vores danskerejseleder vil deltage i turen. Vi starter tidligt om morgenen og gør vores første stop uden for Rethymno, hvor vi har en pause på 30 minutter til morgenmad. Herefter fortsætter vi til Knossos-paladset, hvor en professionel arkæologisk guide vil tage jer med på en rundvisning på engelsk. Knossos-paladset er Kretas mest besøgte arkæologiske område og er kendt for sine myter om Minotauren og labyrinten, der afspejles i Minoisk civilisations historie. Stedet blev først udgravet i 1878 af Minos Kalokerinos fra Heraklion, og senere af den engelske arkæolog Sir Arthur Evans fra 1900-1913 og 1922-1930. Han afslørede stort set hele paladset og afslørede skatte som fresker, keramik og tronsalen. Dette enestående civilisation blev ødelagt under udbruddet af vulkanen på Santorini Island. Efter besøget på Knossos, kører vi ind til centrum af Heraklion, hvor I har cirka 2-3 timer fritid til at besøge Heraklions arkæologiske museum, nyde frokost og udforske Kretas hovedstad. På vej tilbage er der et kort stop for en forfriskning, inden vi når tilbage omkring kl. 18.30. Frokost i Heraklion er inkluderet i prisen.

Hotellet

Villa Plataniás er et charmerende strandhotel med nyligt renoverede lejligheder, beliggende direkte ved stranden og kun få minutters gang fra Plataniás' centrum. Hotellet byder på en vidunderlig solterrasse med udsigt over havet, en dejlig swimmingpool samt skønne skyggefulde områder. Hotellet er velholdt og leverer en magisk feriestemning. Chania, Kretas andenstørste by med utallige seværdigheder, ligger kun 12 km væk.

Det Kretensiske Liv

Oplev Kretas skjulte perler helt tæt på. Vi tager dig med til særlige steder, der er værd at skrive hjem om, og giver dig mulighed for at fordybe dig i den lokale kultur. Først besøger vi en unik kunsthåndværkerlandsby, hvor du kan købe lokale souvenirs. Derefter går turen til Koumos, en enestående stenlandsby, bygget over 15 år med ren håndværksmæssig dygtighed. Vi fortsætter til den smukke Kournas-sø, hvor du kan nyde naturen fra søbredden eller på en af de mange cykelbåde. Efter besøget vi bjerglandsbyen Argypolis, hvor vi møder Avokadokongen, og vi afslutter dagen med en skøn frokost ved de fortryllende vandfald i byen.

Bådtur

På denne hyggelige bådtur vil vi udforske Kreta og Plataniás' smukke kystlinje på en tre timers bådtur. Vores rute tager os rundt om Agia Theodori-øen, hjemsted for de sjældne Kri-Kri geder. Undervejs vil vi gøre stop for svømning i det klare, krystalklare vand. Snorkeludstyr, dykkerbriller og svømmefødder stilles til rådighed gratis om bord. Vi vil også lave et stop ved et gammelt flyvrug fra 2. verdenskrig, der giver en spændende mulighed for snorkling.



Rhinen og Mosel



BUSREJSE



6 DAGE



15.-20.09



EURO



Pr. person
6.195 kr.

*i delt dobbelt
værelse*

Klipper, stejle vinmarker og borge på skråningerne

1. dag – Ankomst Rüdeseheim am Rhein

Efter tidlig afgang, går det mod den hyggelige vinby Rüdeseheim am Rhein, populært blot kaldet Rüdeseheim med ca. 10.000 indbyggere. Rüdeseheim er beliggende på den vestlige side af Rhinen. Vi skal bo 10 minutters kørsel fra Rüdeseheim.

2. dag – Rundtur i Rüdeseheim

Vi tilbringer dagen i Rüdeseheim, hvor vi efter morgenmaden bliver hentet af det lille tog Winzerexpress, som tager os en tur op gennem vinmarkerne. Turen ender ved "Siegfrieds Mekaniske Musikkabinet", som vi besøger. Herefter lærer vi byen nærmere at kende på en lille byvandring, hvor vi ser

nogle af de historiske bygninger, samt hører lidt om byens historie. Om eftermiddagen, tager vi til Niederwalddenkmal, et stort krigsmindesmærke fra krigen mod Frankrig i 1870-71. Herfra skal vi nyde den pragtfulde udsigt over floden. Det kan anbefales, at tage svævebanen op over vinmarkerne der til, men man kan også følges med bussen.

3. dag - Koblenz, Deutsches Eck og Cochem

Vi skal i dag køre langs Rhinen. Først går turen til Koblenz og Deutsches Eck, stedet hvor floderne Mosel og Rhinen løber sammen. Der bliver en pause, til at nyde synet af de mange skibe, der passerer her. Herfra fortsætter vi langs Rhinens største

MED I PRISEN

- 1 x rundstykke og kaffe/the på udrejsedagen
- Frokostsandwich udrejse
- 5 x overnatning på Zwei Mohren inkl. halvpension

- Vinsmagning inkl. frokost dag 3
- Entré til Winzerexpress, Sigfrids Musikkabinet, sejltur Rhinen, svævebane, Museum Bundesbank Cochem
- Afgifter

EKSTRA

- Enkeltværelse, tillæg 875 kr.

biflod Mosel, til den berømte by Cochem, hvor der er mulighed for vinsmagning og frokost i den hyggelige Schlossbergkeller, som ligger højt oppe i Cochem. I byen ser vi de gamle bindingsværkshuse og middelalderidyl. Moselpromenaden slænger sig med udsigt over floden, og det smukke middelalderslot Reichsburg, ligger højt oppe og spejder ud over Cochem. Vi skal også besøge Museum Bundesbank i Cochem, en hemmelig bunker for den tyske forbundsbank, i årtier en af de bedst bevarede hemmeligheder. Bygget til at overleve en atomkrig blev 15 milliarder DM af en hemmelig nødvaluta opbevaret her under den kolde krig. Efter frokost vil der være ophold, inden turen fortsætter over Hunsrück til Bingen, hvor vi igen krydser Rhinen.

4. dag – Sejlur på Rhinen og Loreley

I dag skal vi på en pragtfuld sejlur på Rhinen. Vi går ombord og sejler til St. Goarshausen. Undervejs, kommer vi forbi en række af de kendte borge langs Rhinen, og får et godt blik mod vinbjergene og de smukke vinbyer. I St. Goarshausen venter bussen, og vi kører nu op på den sagnomspundne klippe Loreley, hvorfra man har en af de mest fantastiske udsigter over Rhinen og skråningerne langs floden. Klip-

Hotellet

Hotel Zwei Mohren, Assmannshausen ved Rhinen

Hotellet er beliggende blot 100 m fra Rhinen og 10 minutters kørsel fra Rudesheim. Ejers familien Unger og der tales dansk på hotellet. Værelserne er pæne og velindrettede, forskellige i størrelser og beliggenhed, men alle har badeværelse, tv, telefon og trådløst internet. Hotellet har en fremragende restaurant og ofte kan man sidde på restaurantens dejlige terrasse og nyde morgenmaden.

pen blev i sin tid verdensberømt gennem historien om den skønne, men ulykkelige, Loreley, der sidder på klippen og kæmmer sit hår, mens hun synger. Sangen, og hendes skønhed, fortryllede besætningen på skibene i en sådan grad, at de ikke længere var opmærksomme på de kraftige strømninger, og mange skibe blev derfor smadret mod klippen.

5. dag - Mainz - en dejlig by ved Rhinen

Udflugt til en af nærområdets charmerende byer, der er anlagt på den sydlige del af Rhinen. Rejselederen tager dig med på rundtur i byens charmerende historiske bydel, der bl.a. byder på St. Stefans kirken med Chagalls smukke vinduer, rådhuset designet af Arne Jacobsen og statuen af Gutenberg på byens smukke torv. Der vil også være tid på én hånd.

6. dag - Afrejse

Vi må desværre tage afsked med vores dejlige feriested, og efter morgenmaden går turen op gennem Tyskland. I Nordtyskland holder vi en pause med tid til frokost, inden vi sidst på eftermiddagen når grænsen. Der er mulighed for grænsehandel, inden det sidste stykke hjem. Hjemkomst ud på aftenen.



Marsk Tower og Pellworm



BUSREJSE



2 DAGE



2.-3.10



EURO



Pr. person
2.395 kr.

*i delt dobbelt
værelse*

Klipper, stejle vinmarker og borge på skråningerne

Turen i korte træk:

Marsken er et forunderligt naturligt landskab, der har sin helt egen charme. Her skal vi se stærene "danse" på himlen, bedre kendt som "Sort Sol".

Sort Sol er en af de mest bemærkelsesværdige naturbegivenheder i Danmark og tiltrækker hvert år mange nysgerrige besøgende, der ønsker at opleve dette unikke fænomen. Vi skal også besøge Pellworm, som er en idyllisk ø, der ligger i Vadehavet ud for den tyske vestkyst. Øen er en del af Nordfrisland og er kendt for sin naturskønhed og charmerende landskab.

1. dag-Marsk Tower og Sort Sol

Efter opsamlingen kører vi mod vestkysten. Vi skal besøge Marsk Tower - det 25 m høje udkigstårn. Herfra er der udsigt ud over marsken og Nationalpark Vadehavet. Ved gode vejrforhold kan man se helt til Esbjerg, Sild og Rømmø fra den store udsigtsplatform. Vi spiser vores frokostpakker under besøget. Herfra kører sydpå langs kysten, til sluserne ved Højer, hvor vi finder et passende sted til eftermiddagskaffe med kage fra ussen. I Tønder møder vi vores guide. Herfra køres på Marsk Safari - en køretur gennem marsken med historier om stormfloder, dige byggeri, digegrever, afvanding og marsknatur. Først på aftenen skal vi opleve Danmarks flotteste

MED I PRISEN

- Bustransport
- Frokostpakke 1. dag
- Entré Marsk Tower
- Naturvejleder til Sort Sol
- Eftermiddagskaffe og kage 1. dag
- 1 x Hotelovernatning

- 1 x Aftensmad
- 1 x Morgenmad
- Frokost på Pellworm
- Færger til og fra Pellworm
- Naturvejleder Pellworm

naturfænomen, Sort Sol, som opstår når landets største stæreflokke samles over marskens tagrørsområder og opfører den fantastiske "ballet" på aftenhimlen. Efter denne store naturoplevelse siger vi farvel til vores guide, og kører til hotellet som venter os med sen aftensmad.

2. dag - Pellworm

Efter morgenmaden kører vi til Nordstrand, hvor vi skal sejle til Pellworm (Turen varer ca. 40 min) Vores naturvejleder fra Sort Sol Safari er med.

Pellworm er præget af smuk natur og den særlige friske kultur. Her har livet altid budt på storeudfordringer, og naturkatastrofer har ofte truet beboerne. For at beskytte sig, har man bygget diger, der nu bliver forstærket og bygget endnu højere.

Turen går øen rundt, og vi kigger forbi det lille museum om Rungholt og den gamle kirke, St. Salvator, der er én ud af 4 kirker i Vadehavsområdet, som

ligger på den såkaldte "hellige linje". Frokosten nyder vi samlet på en lokal restaurant på Pellworm. Vi forsætter med guiden rundt på Pellworm, som er den mest oprindelige af de tyske Vadehavsøer, og øen er ikke helt så turistpræget som de øvrige. En næsten glemt ø, men fyldt med charme og atmosfære. Vi sejler retur sidst på eftermiddagen. Der holdes ind ved Grænsen, hvor der er mulighed for at købe let aftensmad. Vi forventer at være hjemme sidst på aftenen.

Hotel:

Hotel Landhaus Smaga,
Hauptstraße 20, 25923 Süderlügum,
Tyskland, Tlf +49 4663 7430





Juletur til Stockholm og Helsinki



FLY/BUS/
FÆRGE



4 DAGE



8.-11.12



SEK/EURO



Se mere på
p.h.s.
hedensted.dk

Klipper, stejle vinmarker og borge på skråningerne

Turen i korte træk:

På denne skønne rejse skal vi til Sverige og Finland med besøg i deres historiske og charmerende hovedstæder Stockholm og Helsinki. Turen foregår med fly fra Billund til Stockholm og et fantastisk minicruise fra Sverige til Finland, hvor vi skal sejle med Tallink Silja Lines flotte skibe, hvor betagende udsigter venter. Her venter der os en behagelig overnatning og en overdådig morgenbuffet.

Dag 1:

Vi flyver fra Billund til Stockholm og efter ankomsten går vi på opdagelse i Stockholm. Overnatning i Stockholm.

Dag 2:

Efter morgenmaden er det tid til at gå på opdagelse i Stockholm, og her får du det meste af dagen på egen hånd til at udforske denne smukke by. Gamla Stan - den ældste del af Stockholm med brostensbelagte gader og nænsomt restaurerede huse. Der er rig mulighed for at finde en god frokostrestaurant og til at udforske byen, som også kaldes "Nordens Venedig". Sidst på eftermiddagen gør vi klar til at skulle på minicruise med Silja Line til Helsinki i Finland. Silja Serenade er sammen med sit søsterskib Silja Symphony Østersøens sande perler, når det kommer til mini-

MED I PRISEN

- Flyrejse Billund-Stockholm med mellemlandning t/r (let forplejning i flyet)
- Transfer lufthavn – Stockholm t/r
- 1 overnatning i Stockholm inkl. morgenmad

- Minicruise fra Stockholm til Helsinki t/r (B-kaht indvendig)
- 2 x overdådige morgenmadsbuffet på skibet
- Middag ombord Silja Line t/r
- Dansk rejseleder

EKSTRA

- Udvendig kaht (A-kaht)
- Enkeltværelse/kaht

cruises. Her finder du blandt andet Østersøens længste promenade; 140 meter med masser af butikker, barer og cafeer. Vi bliver indkvarteret i en indvendig dobbelt- eller enkeltkahyt. Vi spiser middag ombord sammen.

Dag 3:

Dagen starter med, at vi nyder en stor morgenbuffet ombord på skibet og gør klar til en spændende dag i Helsinki. Du behøver ikke pakke sammen og tjekke ud af din kahyt, for du har den samme, når vi sejler retur i aften. Vi går igen på opdagelse og går en rundtur blandt Helsinkis mange interessante seværdigheder. Vi skal bl.a. se Præsident Paladset, det meget særprægede Finlandiahuset samt opera- og ballethuset. En af Helsinkis nok største attraktioner er den imponerende Tempelplads Kirke, der er bygget inde i en klippe midt i byen. Hvis du hellere vil udforske Helsinki på egen hånd, er der også mulighed for det, det er op til dig. Gør du det, vil vi anbefale at se det monumentet for den berømte finske komponist Sibelius, der ligger i Sibelius parken. Dagens frokost kan du nyde på en af byens mange caféer eller restauranter. Vi kan anbefale at prøve "Vorschmack". Det minder lidt om vores tatar, men her er det hakket rensdyrkød, der røres sammen med ansjoser og løg. Det serveres med kartofler, pickles og

creme fraiche og selvfølgelig en snaps – velbekomme! Hen på eftermiddag er det tid til igen at finde havnen, hvor vi går ombord på skibet. Til aften skal vi igen nyde hinandens selskab og have middag sammen ombord. Du kan selvfølgelig benytte skibets mange faciliteter, inden du går til køjs, mens du i ro og mag sejles tilbage til Stockholm.

Dag 4:

Efter morgenmaden kan vi nyde den smukke indsejling gennem Skærgården, indtil vi igen er tilbage i Stockholm. Derefter går turen tilbage til Billund.

Tilmelding senest 1. september





Retro museet og TV Midtvest



BUSREJSE



1 DAG



23. APRIL

Pr. person

775 kr.

Minder fra "de gode gamle dage"

Turen i korte træk

Vi besøger VW & Retro Museum i Ulfborg, som er et familiemuseum i det vestjyske, som garanterer minder fra "de gode gamle dage" – her er alt hvad hjertet begærer indenfor VW biler og tilbehør samt en stor retrosamling fra 1950'erne til 1980'erne. Derudover får vi en spændende rundvisning på TV Midtvest i Holstebro, med efterfølgen- de kaffe og kage.

Program

Efter opsamling kører vi mod Ulfborg med en kaffe-rundstykkepause under- vejs. Vi besøger VW & Retro Museum, et privat museum siden april 2015, med en imponerende samling på over

20 biler, trailere, knallerter, cykler og retrogenstande. Museet strækker sig over 700 m² og omfatter flere udstillingsområder også med retro hushold- sningsartikler. Vi får en fortælling om stedet og tid på egen hånd, og herefter en 2-retters menu på museet, inden turen går til Holstebro, hvor vi skal på en spændende rundvisning hos TV Midt Vest. Rundvisningen er en blanding af en biograftur og et virksomhedsbesøg tilsat kendte ansigter fra skærmen og naturligvis fortælling om, hvordan pro- grammer bliver til. Efter eftermiddags- kaffe og kage kører vi tilbage mod vores hjembyer, forventet ankomst sidst på eftermiddagen.

MED I PRISEN

- Bustransport
- Kaffe med smurt rundstykke
- Entré og rundvisning - Retro MMuseet

- 2-retters menu på Retro Museet
- Rundvisning hos TV Midtvest
- Kaffe og kage hos TV Midtvest



Herning og Silkeborg



BUSREJSE



1 DAG



14. MAJ 2024

Pr. person

825 kr.

Tekstmuseet i Herning og Papirmuseet i Silkeborg

Først en guidet rundvisning på Tekstmuseet i Herning og herefter går turen til Papirmuseet i Silkeborg.

Program

Efter opsamling finder vi et passende sted, hvor vi nyder vores morgenkaffe med et smurt rundstykke. Dagens første besøg er i Herning, hvor vi skal se Tekstmuseet. Tekstilindustrien har som ingen anden branche formet det midtjyske område – og gør det stadig i dag. På Tekstmuseet får vi en guidet rundvisning og et indblik i en industri, som gennem tiden har givet folk over hele verden tøj på kroppen – og især udvikling til Midtjylland. Efter et spændende besøg kører vi mod Silkeborg og undervejs

nyder vi en 2-retters menu på en lokal kro. Vi forsætter til Silkeborg, hvor vi skal besøge Papirmuseet. Museet har til huse på den gamle Silkeborg Papirfabrik i de gamle produktionslokaler for håndgjort papir. Papirmuseet er et arbejdende museum, hvor der stadig produceres håndgjort papir. Dels demonstreres det gamle håndværk stadig, hvor man i sin tid fremstillede papiret til de danske pengesedler. Museets papirmagere fortæller om dansk papirfremstilling gennem tiderne og om Silkeborg Papirfabrik. Efter et spændende besøg kører vi hjemad. Undervejs finder vi et passende sted til en kop eftermiddagskaffe samt hjemmebagt kage fra bussen. Vi forventer at være sidst på eftermiddagen.

MED I PRISEN

- Bustransport
- Kaffe med smurt rundstykke
- Rundvisning og entré til Tekstmuseet

- 2-retters menu
- Rundvisning og entré Papirmuseet
- Kaffe og eftermiddagskage fra bussen

EKSTRA

- Drikkevarer og øvrig forplejning



Lillebælt rundt



BUSREJSE



1 DAG



21. MAJ

Pr. person

695 kr.

Med naturen i fokus

Program

Efter opsamling køres mod Fyn. Ved Hindsgavl Naturcenter holder vi morgenmadspause med et Rundstykke og en kop kaffe. Vi kører gennem Hindsgavl-halvøen der i dag er forvandlet til en naturpark med 165 hektar nænsomt indhegnet dyrehave. Et af områdets kendetegn er de godt 300 stk. hjortevildt, som vi helt sikkert ser nogle af.

Vi fortsætter af mindre veje over Svinø, forbi Sophienlyst Slot, som også kaldes Kroneborg. Turen fortsætter ned over

Assens, Falsled, Svanninge gennem idylliske landsbyer med bindingsværkshuse. Ved Bøjden tager vi med færgen til Fynshav. Når vi kommer i land på Als, køres til Skovkroen, hvor vi nyder en 2-retters middag. Efter middagen køres til Hardeshøj, hvor vi skal krydse Als Fjord med færgen Bitten, til Ballebro i Jylland. Herfra køres over Aabenraa og ad den Gl. Landevej mod Haderslev, Hejlsminde.

Vi finder et passende sted, hvor vi får kaffe og kage ved bussen, inden vi fortsætter mod vores hjembyer.

MED I PRISEN

- Bustransport
- Kaffe med smurt rundstykke
- 2-retters middag inkl. 1 drikke og kaffe

- Færger
- Kaffe og kage ved bussen



Palsgaard sommerspil "Spamalot"



BUSREJSE



1 DAG



6. AUGUST

Pr. person

375 kr.

Oplev en flot opsætning på Palsgaard

Betales ved tilmelding

Efter endt opsamling rundt i kommunen kører vi til Palsgaard. Her skal vi se musicalen "Spamalot".

"Spamalot" er en musical-komedie baseret på filmen 'Monty Python and the Holy Grail' fra 1975. Ligesom filmen er det en parodi på legenden om Kong

Arthur. Her møder vi udover kongen selv også Sir Lancelot og Sir Robin. Varm lattermusklerne op til denne hylende morsomme forestilling! 'SPAMALOT' opføres på dansk i oversættelse af Henrik Lykkegaard. I pausen serveres der kaffe og kage for os.



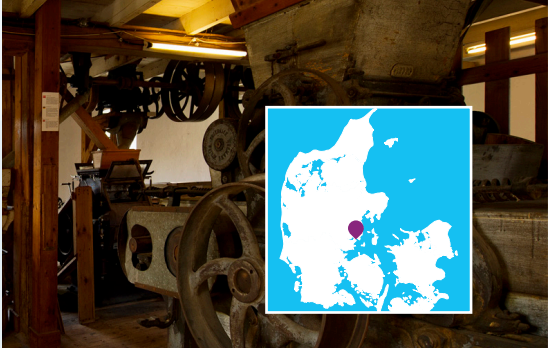
Palsgaard
Sommerspil

MED I PRISEN

- Bustransport til og fra Palsgaard med opsamling i kommunen

- 1. Klasses musicalforestilling
- Kaffe og kaffe

EKSTRA Teleslynge kan lånes mod et depositum på 100 kr. der tilbagebetales ved aflevering- skal bestilles ved tilmelding



Kend din kommune v. Horsens fjord



BUSREJSE



1 DAG



8. AUGUST

Pr. person

795 kr.

På tur i ved Horsens fjord

Vi får en guidet rundvisning på Odder Vandmølle samt besøger Glud Frilandsmuseum.

Program

Vi begynder dagen med afgang fra vores opsamlingssteder. Vi finder et sted at nyde vores morgenkaffe med et smurt rundstykke. Herefter fortsætter vi turen mod Odder Vandmølle, der har en lang og fascinerende historie, der strækker sig tilbage til det 13. århundrede. Under rundvisningen får vi mulighed for at udforske møllens imponerende maskineri og det smarte transportsystem. Vi fortsætter langs naturskønne veje omkring Horsens og

retter kurs mod Glud Frilandsmuseum, hvor frokosten venter på os. Her får vi en guide med på en køretur i området, hvor vi vil passere seværdigheder som Boller Slot, hvis historie kan spores tilbage til det 14. århundrede. Vi vil også se Svenskerskansen, der blev opført i 1644 som en del af Danmarks forsvar under Torstenssonfejden, hvor svenske tropper invaderede Danmark. Efter turen vender vi tilbage og tager på en rundvisning på Danmarks første og mest charmerende landsbymuseum. Her vil vi lære om livet i landsbyen gennem de seneste 350 år. Vi slutter med kaffe og kage, inden vi sætter kursen mod vores hjembyer.

MED I PRISEN

- Bustransport
- Kaffe med smurt rundstykke
- Entré og rundvisning Odder Vandmølle

- Entré og rundvisning Glud Frilandsmuseum
- Lokalguide
- 2-retters frokost
- Kaffe og kage



Haderslev m/sejltur på dammen



BUSREJSE



1 DAG



13. AUGUST

Pr. person

750 kr.

På tur i den vestlige del af Hedensted Kommune

Haderslev er en af de gamle byer i Danmark. Derfor er det også en by med en lang historie. Vi går en guidet rundtur i den historisk, gamle domkirkeby Haderslev. Efter frokost sejler vi en tur på Haderslev Dam hvor vi nyder den smukke natur.

Program

Efter opsamling køres mod Haderslev, undervejs er der kaffe og rundstykke-pause. Vores første besøg med byen foregår til fods på en lille byrundtur. En historisk byvandring i den gamle bydel og hyggelig bymidte, hvor handel, kultur og historie er forenet side om side. Den historiske bydel, Domkirken og Torvet er på trods af voldsomme brande i 1627

og 1759 velbevaret og rummer huse fra 1500-tallet. Der bliver lidt tid på egen hånd i byen, inden vi kører til Haderslev Dam, hvor vi nyder en 2-retters middag. Når alle er mætte, tager vi på en behagelig sejlad på Sønderjyllands største dam. Vi sejler direkte fra vores spisested og direkte ud i naturen, hvor du kan opleve det rige dyre- og fugleliv i og omkring Haderslev Dam. Sejladsen foregår eldrevet og den sejler næsten lydløst. Turen varer ca. 1,5 timer.

Vi kører nordpå og finder et passende sted til en kop eftermiddagskaffe med kage fra bussen. Vi forventer at være i vores hjembyer sidst på eftermiddagen.

MED I PRISEN

- Bustransport
- Kaffe med smurt rundstykke
- 2-retters middag

- Guidet rundtur i Haderslev
- Sejltur på Haderslev Dam
- Kaffe og kage ved bussen

OBS Byrundturen er til fods og man skal forvente terræn med brosten.



Åletur til Feggesund



BUSREJSE



1 DAG



10. SEPTEMBER 2024

Pr. person

720 kr.

Ål ad libitum i de smukkeste omgivelser

Program

Vi kører nordpå hvor vi finder et passende sted til en kop kaffe og et smurt rundstykke. Videre af Løgstørvejen, hvor der på mange steder åbenbarer sig en fortryllende udsigt ud mod Limfjorden.

Vores vej fører os over Aggersundbroen og fortsætter forbi det naturskønne område Bygholm Vejlerne. Snart bevæger vi os ombord på færgen, der bringer os over til Feggesund på Mors' kyst. På Feggesund Kro venter de os med pandestegte ål ad libitum serveret med hvide kartofler og persillesovs. Efter maden får vi kaffe lavet på Madam Blå. Feggesund Kro serverer hvert år 30.000 portioner ål fra køkkenet,

hvilket svarer til intet mindre end ca. 5 tons. Vi anbefaler en wienerschnitzel til dem, der ikke skulle have lyst til ål. Husk at nævne dette ved tilmelding!



MED I PRISEN

- Bustransport
- Kaffe med smurt rundstykke

- Færgen
- Pandestegte ål ad libitum og kaffe



Jul i Århus



BUSREJSE



1 DAG



UGE 48 2024

Se mere på
[psh.
hedensted.
dk](https://psh.hedensted.dk)

Oplev julen i Aarhus

Program

Julen er hyggens tid og derfor skal vi naturligvis på årets juletur. Vi skal besøge et traditionelt julemarked, med unikt kunsthåndværk, smuk julepynt og masser af inspiration til dine julegaver.

Vi skal også smage den gode julemad, alt sammen inden vi slutter dagen af med en god kulturel oplevelse. Turen går i 2024 til Århus, men endeligt program, dato og pris vender vi tilbage med.

MED I PRISEN

- Bustransport
- Besøg julemarked

- Julemenu
- Kulturel oplevelse



Alle rejser
tilmeldes og betales
via vores hjemmeside

Pensionisthøjskolen

phs.hedensted.dk

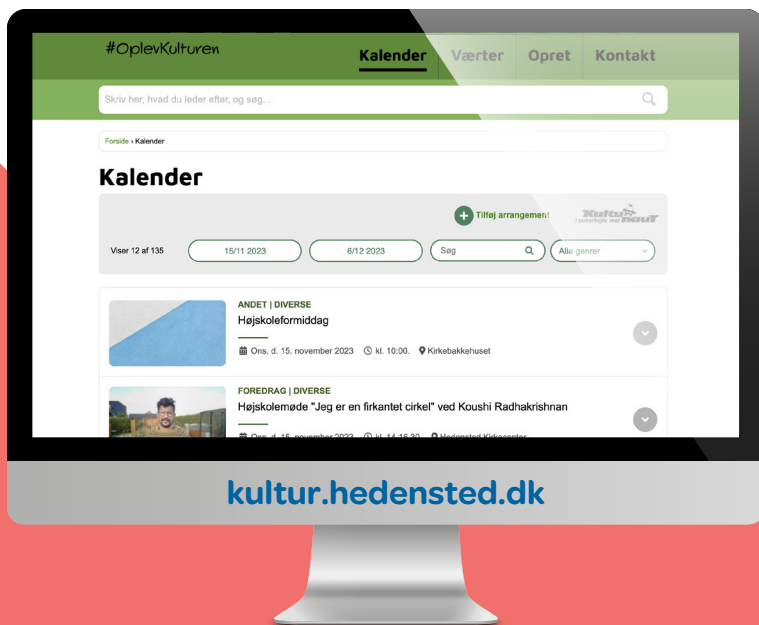


Scan QR koden
og kom direkte
ind på vores
hjemmeside



Kulturkalenderen

– din genvej til kulturoplevelser
i Hedensted Kommune



#OplevKulturen

Vidste du....

at der hvert år afholdes mere end 250 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

Har du brug for et lift?

til Pensionisthøjskolens aktiviteter



Hvis du har brug for et billigt lift, kan du bestille en Flextur. Du bliver hentet, hvor du er, og kørt til hvor du vil, alle ugens dage kl. 6.00 til 24.00 (dog ikke jule- og nytårsaften).

- Priser fra 3,- kr. pr. km
- Bestil senest en time før afrejse
- Betal kontant eller med kort i bilen (eller online)

Læs mere om Flextur og priser på www.midttrafik.dk/flextur



Åbne Aktiviteter

Åbne Aktiviteter tilbyder forskellige aktiviteter for dig, der er gået på en form for pension.

Vi afholder f.eks.

Onsdagshygge med kaffe og rundstykker, træværksteder, stenslibning, håndarbejds-caféer, litteraturgrupper, madhold, stolegymnastik og gå-hold.

Fordelt på
17 lokaliteter i
Hedensted
Kommune.

Find mere information

i de Øst, Midt og Vest opdeltede foldere på bibliotekerne, plejecentrene, administrationshusene og rådhuset



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.dk

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

Livets som pensionist handler ikke om afvikling, men om udvikling

Aldringsforsker Aske Juul Lassen



Scan QR koden
og kom direkte
ind på vores
hjemmeside



HEDENSTED
KOMMUNE

Kultur & Fritid
Stationsparken 1
7160 Tørring

www.hedensted.dk

Pensionisthøjskolen

Pensionisthøjskolen
Annabel Hillestrøm Bækkegaard
M: 2380 9837

phs.hedensted.dk