

10 dage
fra
kr. 9.995

Ældre Sags medlem
Rabat kr. 2000
Rabatkode:
senior2026

VI SAMARBEJDER
MED ÆLDRE SAGEN
Ældre@Sagen

Dolphin Rejser

SENIOR HOTEL HØJSKOLE



Hent inspiration til et helt år, få ideer til et godt og aktivt seniorliv, oplev sang og fællesskab, spændende foredragsholdere, smuk natur og store oplevelser. Basen for rejsen er i de hyggelige omgivelser på vores ny-renoverede handicapvenlige 3-stjernede hotel – Hotel Herning. Vores gæster er typisk mellem 70 og 95 år på Senior Hotel Højskolen, og konceptet kan rumme det hele. Vi er parate til at tage de hensyn, der skal tages, så alle får en god oplevelse. Men også, at de aktive og let til bens kan blive udfordret.

Kort sagt, alle seniorer kan være med og få en god oplevelse. Vi veksler med dage hjemme med foredrag, fællessang og hygge. Og dage hvor vi sammen er ude og opleve. Men det allervigtigste er, at det sociale er i højsædet, og man kan deltage alene, som par eller en vennegruppe.

BESTIL HOS DOLPHIN REJSER FORDI:

- 4 udflugtsdage
- 8 foredrag bl.a. med Anders Bircow
- Alle måltider inkluderet
- 3-stjernet handicapvenligt hotel

Dag 1 – Ankomstdag, kursusstart og foredrag m. Kirsten Vindum: Matador for altid

Fra kl. 15:00 kan du i ro og mag ankomme til Hotel Herning hvor du trygt og sikkert kan parkere din bil. Ankommer du med offentlig transport til Herning Station kan du blive afhentet og kørt til hotellet kl. 15:00, 16:00 og 17:00. Efter ankomst er der fælles kursusstart med velkomst og personaleintroduktion, hvor der serveres kaffe og kringler. Herefter følger en introduktion til Senior Hotel Højskolen, ugens program og hotellets omgivelser. For at lære hinanden bedre at kende tager vi en præsentationsrunde, hvor alle kort får ordet. Om aftenen

byder programmet på et foredrag med Kirsten Vindum. Under titlen "Matador for altid" tager hun os med ind i Korsbæks univers, hvor vi genser velkendte karakterer og opdager nye detaljer, der gør serien til en vedvarende klassiker.

Dag 2 – Småkagebagning, musikalsk foredrag med Bjørn Okay og ølsmagning fra Borgs Bryghus

Efter morgenmaden bruger vi formiddagen på småkagebagning med Diana og Julie. Kagerne gemmes til senere, hvor vi skal nyde resultaterne til aftenkaffen. Efter frokosten får vi besøg af Bjørn "Okay" Hansen, som inviterer os til et musikalsk foredrag fyldt med både toner og fortællinger. Med sin lune personlighed og sit store talent deler han historier fra et langt liv med musikken – fra Vesterbro til Thy – krydret med små anekdoter. Sammen med Bjørn skal vi også synge. Om aftenen efter middag får vi besøg af lokale Borgs Bryghus. Her kommer vi tæt på historierne bag det lille Herning bryggeri, hvor passionen for

håndværk og lokale råvarer er drivkraften. Vi smager os igennem flere af deres spændende øltyper, mens bryggeren fortæller om processen og livet som mikrobrygger.

Dag 3 – Prins Henriks skulpturer, Autogalleriet, Den Japanske Have og foredrag med Jan Ørum Vermø

I dag efter morgenmaden skal vi besøge Carl-Henning Pedersen & Else Alfelts Museum, hvor vi træder ind i Prins Henriks kreative univers: Eventyrlig Dialog. Her får vi et fascinerende indblik i Prins Henriks kunstneriske verden. Hans skulpturer bevæger sig mellem virkelighed og fantasi, hvor dyreskikkelser og fabler vækkes til live. Et eventyrligt møde, hvor fantasi og virkelighed smelter sammen. Videre går turen til Autogalleriet i Hammerum, hvor veteranbiler står som skinnende tidsmaskiner fra en svunden æra. Vi nyder vores medbragte sandwich i hallen, inden vi bliver guidet rundt blandt de smukke køretøjer – og vi skal også smage på rosé. Dernæst besøger vi Den Japanske Have, hvor Winie fortæller om havens flotte planter,

stedets historie og livet som iværksætter. Besøget afsluttes med japansk te og kage. Om aftenen, efter midt-dagen, holder Jan Ørum Vermø foredraget "Et liv med musik og kunst". Han deler oplevelser og refleksioner fra en lang karriere, og giver os et personligt indblik i både musikken som en del af DNA'et og kunstens betydning for vores aktiviteter.

Dag 4 – Gitte Hornshøj – "Takt og tone – skyd den sure kone" og fællessang

Efter morgenmaden får vi fornøjelsen af Gitte Hornshøj, der på sin sædvanlige levende og humoristiske måde holder foredraget "Takt og tone – skyd den sure kone". Hun giver os både underholdning og stof til eftertanke om omgangsformer, høflighed og små dagligdags ritualer. Efter frokost synger vi sammen med lokalkendte Ole Jørgensen, der med klaver og godt humør sørger for, at salen fyldes af kendte melodier og sangglæde. Resten af eftermiddagen er fri til egne eventyr i Herning. Personalet er behjælpelige med forslag til aktiviteter.

Dag 5 – Naturkraft Ringkøbing, Pakhuset, Nørgaards Geder og musikalsk foredrag med John & Bjarne

Efter morgenmaden sætter vi kurs mod Ringkøbing for at opleve Naturkraft, et imponerende oplevelsescenter, der formidler naturens kræfter. Her får vi en guidet rundvisning, hvor vi kommer tæt på elementerne vind, vand og lys gennem interaktive installationer og udstillinger. Under besøget udforsker vi bl.a. det nyeste vandunivers, som belyser områdets kulturhistorie – herunder udretningen og genslyngningen af Skjern Å, samt betydningen af vandmøller og sluser. Dernæst besøger vi Pakhuset i Ringkøbing, hvor vi skal nyde vores frokost i de maritime rammer. Efter frokosten går turen videre til Nørgaards Geder i Videbæk, en prisvindende økologisk malkegårdsbedrift drevet af Tobias og Anne Marie Christensen. Gården er hjemsted for 260 malkegeder og opdræt, og er én af landets største økologiske gedefarme. Under en guidet rundvisning får vi et indblik i gårdens historie og udvikling. Vi hører om, hvordan Tobias og Anne Marie startede med malkegeder og senere etablerede deres eget mejeri, hvor de producerer en række gedemælksprodukter. Efter rundvisningen bydes vi på smagsprøver af deres lækre delikatesser. Efter aftensmaden får vi besøg af John og Bjarne, der med deres musikalske foredrag fortæller historier og anekdoter om John Mogensen og Bjarne Liller – krydret med sange.

Dag 6 – Lydbøger & podcasts, Foredrag med Anders Bircow og spilleaften

Formiddagen står i lydets tegn, hvor vi får et indblik i lydbøger og podcasts – hvordan man finder dem, bruger dem, og hvordan de kan gøre hverdagens små pauser rigere. Om eftermiddagen får vi besøg af entertaineren Anders Bircow, som mange kender fra det legendariske show Linie 3. Med sin karakteristiske blanding af lune, energi og skarp timing deler han personlige historier fra et langt liv i rampelyset. Anders fortæller om højdepunkterne der følger med et liv på scenen – alt sammen serveret med glimt i øjet og en stor portion humor. Aftenen byder på middag og derefter en hyggelig spilleaften.

Dag 7 – Knudmosen, Gjellerup Kirke, Pårup Kro, Museum Jorn og fællessang

Efter morgenmaden starter vi dagen med en frisk gåtur i naturområdet Knudmosen tæt på hotellet. Herefter besøger vi Gjellerup Kirke, Danmarks ældst daterede landsbykirke. Her får vi både historien om kirken samt indblik i lokal kultur. Til frokost besøger vi Pårup Kro og nyder den i hyggelige omgivelser. Efter frokosten kører vi til Silkeborg for at besøge Museum Jorn. Museet rummer en af landets største samlinger af moderne kunst, og vi får en rundvisning, der sætter Asger Jorns værker ind i en større sammenhæng. Om aftenen er der en hyggelig omgang fællessang.

Dag 8 – Dolphin Garage, byvandring, Den syngende læge Freja Eriksen og filmaften

Dagen starter med et besøg i Dolphin Garage, Hernings nye event og kultursted, her får vi en introduktion til Garagens vision og mangefacetterede funktioner. I hjertet af garagen mærker man stemningen af kreativitet, kunsten og musikken – her afholdes koncerter og events både i weekender og på hverdagsaftener. Til frokost spiser vi på hotellet, inden vi får besøg af Freja Eriksen – også kendt som "den syngende læge". Hendes foredrag kombinerer indsigt i krop og sind med musikalske indslag, der både løfter humøret og giver stof til eftertanke. Aftenen afsluttes med filmvisning, hvor vi ser den rørende

og autentiske film: Hvidsten Gruppen.

Dag 9 – Deep Forest Art Land, Skovsnogen, klaverkoncert og festmiddag

Efter morgenmaden drager vi ud i naturen til Skovsnogen i Deep Forest Art Land ved Kibæk. Her vandrer vi gennem skovens stier og møder kunsten i det fri. Vi laver snobrød over bål, mens vi hører fortællinger om stedet og de kunstnere, der har sat deres præg på området. Til frokost tilbereder vores chefkok Niklas mad over bål – en sanselig og anderledes madoplevelse under åben himmel. Om eftermiddagen besøger vi familievirksomheden Dilling med lange traditioner inden for fremstilling af økologisk uldtøj, hvor vi hører fortællingen om 4 generationer af uldproducenter og samtidig nyder en intim klaverkoncert af Villy Berthelsen. Om aftenen er der festaften på hotellet. Her tilbereder by Dolphins dygtige gourmet kok en festmiddag med fire serveringer, og hertil serveres udvalgte vine og safter.

Dag 10 – Tak for denne gang og på gensyn

Efter den sidste omgang i hotellets skønne morgenmadsbuffet er det tak for denne gang og på gensyn. Udtjekning kl. 10:00-11:00. Skal du køres til Herning Station, aftaler du blot dette i hotellets reception i løbet af dit ophold, der køres mellem kl. 10:00-12:00.

AFGANGE	VARIGHED	PRIS PR. PERSON FRA
27.04. - 06.05.	10 dage	9.995,-
03.08. - 12.08.	10 dage	9.995,-
21.09. - 30.09.	10 dage	9.995,-

Prisen inkluderer

- ✓ Busudflugter i 4-stjernet luksusbus
- ✓ Ophold i delt dobbeltværelse
- ✓ 9 x morgenmad
- ✓ 4 x frokost
- ✓ 8 x aftensmad + 1 festmiddag
- ✓ 8 foredrag med bl.a. Anders Bircow & Bjørn "Okay" Hansen
- ✓ 4 udflugtsdage
- ✓ 4 syng sammen events + morgensang
- ✓ Ølsmagning fra Borgs Bryghus
- ✓ Sandwich og rosésmagning ved Autogalleriet Hammerum
- ✓ Frokost på Pårup Kro
- ✓ Frokost i Pakhuset i Ringkøbing
- ✓ Frokost over bål i naturen af Dolphins chefkok
- ✓ Gåtur i Knudmosen og byvandring i Herning
- ✓ Småkagebagning & spilleaften
- ✓ Tid på egen hånd

- ✓ Hver aften lidt sødt til kaffen
- ✓ Transport og udflugter ifølge program
- ✓ Skatter, afgifter samt bidrag til Rejsegarantifonden
- ✓ Dansk rejseleder

Tillæg pr. person

- Fast plads i bussen kr. 95,-

Hotel Herning 3***

Hotel Herning har over 100 velindrettede og funktionelle værelser med eget bad/toilet og gratis trådløs internet. Hotel Herning er i et plan og dermed handicapvenligt. Alle værelser har nye fladskærms TV. Alle vore værelser er røgfrie, derfor henviser vi i stedet til vort delvis lukkede rygestue, v. receptionen. Nogle værelser har direkte indgang udefra, så bilen kan ved nogle værelser parkeres lige udenfor i gården. Læs mere her: www.hotelherning.dk

*Er man medlem af Ældre Sagen er medlemsrabatten på 2.000 kr. fraregnet prisen.