

## Udflugt til Vadehavscentret.

**Onsdag d. 30. august 2017**

Vi skal besøge det nye Vadehavscenter – besøgscenter for UNESCO's Verdensarv Vadehavet. Ud over at se den enestående bygning, der rummer centret, skal vi have en guidet rundvisning i udstillingen Trækfuglenes Vadehav. Se nærmere på: <http://www.vadehavscentret.dk>

### Program:

**Kl. 13.00**

Afgang i bus fra Sæddingcentrets parkeringsplads, Tarphagevej, Esbjerg V. Bussen kører via Bramming med opsamling ved banegården ca. **kl. 13.30**, Gredstedbro med opsamling ved hotellet ca. **kl. 13.45** og Ribe med opsamling på parkeringspladsen overfor Skovgrillen, Plantagevej ca. **kl. 14.00**.

**Kl. 14.30** guidet rundvisning i Vadehavscentrets udstilling – Trækfuglenes Vadehav

Efter rundvisningen er der kaffe med kage og mulighed for selv at se nærmere på udstillingen og centret.

**Kl. 16.30** kører bussen hjemad

**Pris: Kr. 100,-**



**Tilmelding til Kredskontoret: 14/8 – 25/8** Husk at angive, hvor man ønsker at stige på bussen. **Deltagerantallet er begrænset til 60 personer**

**Onsdag den 4. oktober klokken 14.00 på Hovedbiblioteket i Esbjerg.**



Lektor og foredragsholder Lis Puggard.

**Carpe Diem:** Vi har alle drømme og forventninger til livet - også efter arbejdslivet. En aktiv tilværelse kræver at krop og hjerne vedligeholdes og trænes, hvis

man vil være "herre i eget liv" og bevare en selvstændig tilværelse med meningsfulde oplevelser.

Foredraget sætter fokus på, hvor meget (lidt!) man skal træne, hvordan og hvor intensiv og belastende træningen bør være for at opnå effekt på den fysiske og mentale funktionsevne samt på livsstilssygdomme.

Der serveres kaffe.

**Pris 50,-**

**Tilmelding til kredskontoret fra 11/09 - 28/09**

**Mandag den 4. december kl. 14.00 i  
Bramming Sognegård, Nørregade 52A**

**Den, der synger, er aldrig alene....ved Erik Sommer.**

Med højskolesangbogen og klaveret leder Erik Sommer os igennem eftermiddagen med sange, anekdoter og fortællinger om poesi, begivenheder og mennesker. Erik Sommer, der er konservatorie-uddannet musikpædagog, har også en organistuddannelse og har i 12 år været højskolelærer på hhv. Silkeborg og Danebod Højskole. Var i 16 år ansat som lektor i musik ved Nr. Nissum Seminarium - derefter højskoleforstander på Seniorhøjskolen i Nr. Nissum.



Adskillige melodier til salmer og sange er gået igennem Erik Sommers hænder.

Eftermiddagen indeholder også gløgg / æbleskiver og kaffe.

**Pris: Gratis.**

**Tilmelding til Kredskontoret fra den 6/11 - 27/11. Deltagerantallet er begrænset til 80.**