

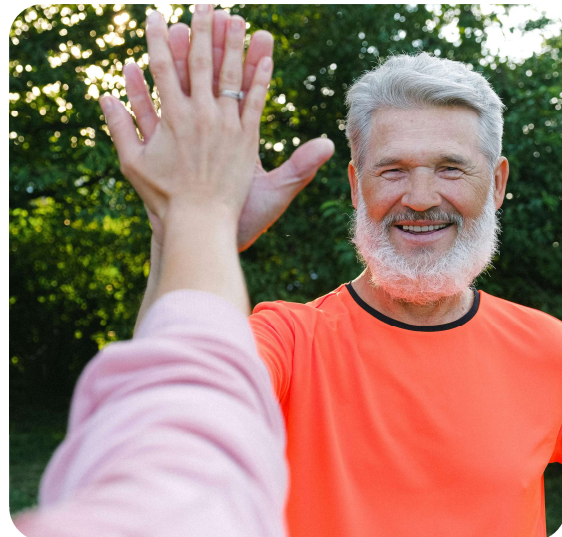
Naturglädje 65+

Naturkompiskurs i Kyrkslätt

Ons 7.10 kl. 10-14

**Hör utomhusmotion till dina intressen?
Gillar du att vara tillsammans med andra
människor och tillföra naturglädje till deras
dag? I så fall är denna kurs för dig!**

**I Folkhälsans Naturglädje 65+ projekt
utbildar vi Naturkompisar! Som Naturkompis
kan du fungera som inspiratör i din egen
förening. Kom med på en utbildning där
fokus ligger på inspiration, gemenskap och
kunskap kring verksamhet utomhus i
naturen. Under kursdagen provar vi på roliga
utomhusaktiviteter tillsammans! Kursen är
kostnadsfri. Ta med utekläder enligt väder.**



Kursens upplägg:

- ❖ Naturens & motionens hälsofrämjande effekter
- ❖ Utomhusaktivitet
- ❖ Lunch & tid för utbyte av tankar
- ❖ Vad beakta vid planering av gruppverksamhet utomhus
- ❖ Inspirationsmaterial
- ❖ Sammanfattning & avslutning

Vi vill att utbildningen gynnar deltagarna på bästa möjliga sätt och tar därför gärna emot önskemål och frågor på förhand.

Tid: Onsdag 7.10 kl. 10-14

Plats: Wohls gård – Volsvägen 605B, 02400 Kyrkslätt

Anmäl dig senast 29.9 – Meddela om eventuella allergier/dieter

Kontakt

Sofia Höglund

044 788 6021

sofia.hoglund@folkhalsan.fi