

Skogsbad för dig som vårdar, stödjer eller hjälper någon i din närhet, för dig som bor i Hässleholms kommun eller för dig som har din närstående boende i Hässleholms kommun



Schema för december 2022, januari och februari 2023:

Månad	Vecka	Veckodag	Datum	Klockan
December	48	Lördag	3/12	10.00-12.00
Januari	2	Lördag	14/1	10.00-12.00
Januari	4	Lördag	28/1	10.00-12.00
Februari	6	Lördag	11/2	10.00-12.00
Februari	8	Lördag	25/2	10.00-12.00

Varje vecka anpassas skogsbadet efter deltagarnas ork och hälsotillstånd, just där och då.

Samling: Vi träffas en kvart före start, kl 09.45 på Hovdala slott parkering, vid Orangeriet. Därifrån kör vi gemensamt till platsen för skogsbadet.

Tänk på: att klä dig varmt då detta inte är någon pulshöjande aktivitet, rekommenderas lager på lager. Bekväma oömma skor då vi rör oss i skoglig miljö. Ta med en ryggsäck som du kan bära din lånade utrustning i.

Fika: Glöm inte din fika då vi avslutar skogsbadet med gemensam fika. Fikatiden är inte inräknad i skogsbadet utan tillkommer.

För utlåning: Liggunderlag, filt, hängmatta, lupp och paraply finns att låna.

Anmäl dig: info@kallarbacken.nu eller mobil Marianne 0703803094

Väl mött!

Marianne // Källarbacken