



Bild: Pixabay

Sinnespromenader

“Upplev skogens magi”

Vi träffas vid hotell Lassalyckan och går en lugn och behaglig promenad i naturen. Vi använder våra sinnen för en fördjupad kontakt med naturen och omgivningen. Du blir tryggt guidad genom olika övningar. Fokus ligger på närvaro i nuet och en stund för återhämtning.

Måndagar kl. 10 – 12

Datum: 2/9, 9/9, 16/9 och 30/9

Samling vid Hotell Lassalyckan

Medtag gärna eget fika för gemensamt samtal efter promenaden. Ingen anmälan.

Vid frågor kontakta anhörigkonsulent Ulrika Ahlin på tel. 0766-43 67 69 eller mejl ulrika.ahlin@ulricehamn.se