

FRILUFTSGRUPPA

VINTER 2022

Når: Annenhver fredag (oddetallsuker)
Kl. 10.00-14.00
Oppmøte: Huset, sokkelen i Skulsvingen 15

Det er lite som er bedre for vår psykiske helse enn frisk luft, bevegelse, knitrende bål og gode samtaler. Friluftsgruppa er et lavterskel-tilbud i regi av psykisk helse- og rusarbeid i Oppdal Kommune, med aktivitet som å gå en liten tur.

Turene er lagt opp til at alle skal ha mulighet til å være med!

Klær etter vær, og som du kan bevege deg i. Sitteunderlag og litt ekstra varme klær anbefales til vi skal sitte i ro. Det er mulighet for å låne klær og sko. Vi stiller med kaffe/te.

KOMMENDE TURER VINTEREN 2022

Fredag 11.11.22: Guriberget

Fredag 25.11.22: Tema: «Mat på bål»/ Besøksgård

Fredag 09.12.22: Is-skøyting og grilling på Elgtjønna

Fredag 23.12.22: Juleavslutning med Aking på Grøtsetra



Vi gleder oss til å se deg!

TA GJERNE KONTAKT DERSOM DU LURER PÅ NOE ☺

Julianne: 909 36 804

Terje: 971 03 334



OPPDAL KOMMUNE