



Skogsbad för dig som vårdar, stödjer eller hjälper någon i din närhet, med koppling till Hässleholms kommun

**Datum, tider och plats**

Månad	Vecka	Veckodag	Datum	Klockan
Maj	20	Lördag	21-maj	10.00-12.00
Juni	23	Torsdag	09-juni	13.30-15.30
Juni	24	Torsdag	16-juni	13.30-15.30
Juni	25	Torsdag	23-juni	13.30-15.30
Juli	27	Lördag	09-juli	10.00-12.00
Juli	29	Lördag	23-juli	10.00-12.00
Juli	30	Lördag	30-juli	10.00-12.00
Augusti	31	Torsdag	04-augusti	13.30-15.30
Augusti	32	Lördag	13-augusti	10.00-12.00
Augusti	33	Torsdag	18-augusti	13.30-15.30

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

**Samling:** Vi träffas en kvart före start, kl 09.45 respektive kl 13.15 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 skor då vi rör oss i skoglig miljö.

**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](mailto:info@kallarbacken.nu) eller mobil Marianne 0703803094

**Väl mött!**

**Marianne // Källarbacken**