



Ophold i Naturen (O:N)

- ro i krop og sind

O:N

Formålet med Ophold i Naturen (O:N) er at opholde sig ude i naturen - at få ro i hjernen og i nervesystemet. Vi tager bl.a. på gåture, fisker, laver bål, har grejdage m.m.

På en typisk turdag mødes vi på vores base, hvor vi i fællesskab laver kaffe og mad over bål i en rolig og afslappet atmosfære. Her aftaler vi fx en vandretur i skoven eller til vandet.

O:N tilbyder også forløb i Naturterapi og mindfulness.

Du har selv indflydelse på, hvad der skal ske, da vi løbende taler om og udvikler tilbuddet i fællesskab.

Vi samarbejder med bl.a. Psykiatriens Hus og Nationalparken Mols Bjerge.

Målgruppe

Er du over 18 år, har en psykisk sårbarhed og har tilknytning til socialpsykiatrien i Aarhus Kommune, kan du deltage i Ophold i Naturen

Deltagelse

Hvis du gerne vil vide mere om Ophold i Naturen, kan du kontakte Svend Hamann eller Martin Nielsen.

Inden deltagelse er der en kort visitationssamtale med Svend og Martin.

Derefter kan du komme på vores sms-liste.

Vi sender altid sms med indhold og sted for kommende aktiviteter.



Facebook

Du kan følge os på vores Facebookprofil: Ophold i Naturen

Praktisk info

På de korte ture koster mad og kaffe ikke noget, men på busturene og til steder med entré kan der være en mindre brugerbetaling. Det får du altid at vide på forhånd.

Når vi tager på lidt længere busture - fx når vi skal på vandre-, fiske-, fugle-, svampe- eller sanketure samt ture med vejledning i almindelige friluftsfærdigheder, har vi adgang til en minibus.



Medarbejdere

Svend Hamann
Telefon: 51576630
Mail: svpe@aarhus.dk



Martin Nielsen
Telefon: 29204459
Mail: mne@aarhus.dk





Ophold i Naturen
Kultur- og kontaktsted Kragelund
Dybbrovej 21, 8270 Højbjerg
Tlf. 87131848
Sociale Forhold og Beskæftigelse
Job, Udsatte og Socialpsykiatri
Center for Forebyggelse og Rehabilitering
www.aarhuskommune.dk