

Skogsbad – Shinrin Yoku



Tillsammans med en certifierad natur och skogsterapi-guide från Sense in Nature upplever du naturen på ett nytt sätt. I mindre grupp promenerar vi i väldigt lugnt tempo och öppnar våra sinnen på ett enkelt och kreativt sätt. Lätt kuperad terräng. Trappor kan förekomma. Två grupper.

VAR: **Utomhus.** Slottsskogen
(mötesplats meddelas vid anmälan)

NÄR: Tisdagar kl. 10.00-12.00 (14, 21 och 28 sept. 2021)

NÄR: Måndagar kl. 13.00-15.00 (20, 27 sept och 4 okt. 2021)

Anmälan och kostnadsfritt!

ANMÄLAN (från och med 16 augusti 2021):

halsolots@socialcentrum.goteborg.se eller 031 -365 70 54