



Ophold i Naturen (O:N)

- ro i krop og sind

Svend Hamann
Telefon 51 57 66 30
e-mail svpe@aarhus.dk



Martin Nielsen
Telefon 29 20 44 59
e-mail mne@aarhus.dk



O:N har flere eksterne samarbejds-partnere og modtager også studerende og medarbejdere fra andre tilbud.

O:N

Formålet med Ophold i Naturen (O:N) er at opholde sig ude i naturen - at få ro i hjernen og i nervesystemet.

Udgangspunktet for aktiviteterne er vores base tæt ved Moesgaard Museum.

Vi tilbyder udeliv og friluftsliv som fx vandreture, fiskeure, bål og bålmad, grejdage, svampeture, udflugter til naturspots med minibus m.m.

O:N har desuden faste hold med naturterapi i forløb på 10 uger med 7 deltagere ad gangen. Vi arbejder sammen med deltagerne på at bruge naturen til at reducere stress og uro gennem undervisning og målrettede øvelser, der beroliger nervesystemet.

Formålet er, at deltagerne får konkrete værktøjer til at bruge naturen i deres egen recoveryproces. Medarbejderne i tilbuddet har en efteruddannelse i naturterapi.

Målgruppe

Er du over 18 år, har en psykisk sårbarhed og har tilknytning til socialpsykiatrien i Aarhus Kommune, kan du deltage i O:N

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 vandreture, fiske-, fugle- eller sanketure samt ture med vejledning i almindelige friluftsfærdigheder - har vi adgang til en minibus.



Deltagelse

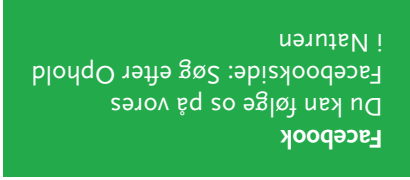
Hvis du gerne vil vide mere om O:N, kan du kontakte Svend Hammann eller Martin Nielsen.

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 Facebookside: Søg efter Ophold i Naturen



Ophold i Naturen (O:N)
Kultur- og kontaktssted Kragelund
Dybbrovej 21, 8270 Højbjerg
Tlf. 87 13 18 48
Sociale Forhold og Beskæftigelse
Job, Udsatte og Socialpsykiatri
Center for Forebyggelse og Rehabilitering
www.aarhus.dk

AARHUS KOMMUNE

