

24. februar 2022

Kom og hør om projektet Frisk i naturen

Onsdag den 2. marts 2022 gæster Erik Holm Sørensen Kulturhuset Elværket kl. 14.30. Alle borgere, politikere og medarbejdere med interesse for at gøre noget for mental sundhed er velkomne.

Hvad er Frisk i naturen?

Frisk i Naturen er et gratis og bivirkningsfrit tilbud til borgere i social- og behandlingspsykiatrien

- Frisk i Naturen har på fem år afholdt over 300 naturture for deltagere med hele spektret af psykiatriske diagnoser.
- På årsbasis deltager ca. 110 deltagere.
- På turene tales ikke om sygdom eller psykosociale udfordringer. Deltagerne får en pause fra tankerne om det de er udfordret af.
- Kerneværktøjet er at forstørre roen i naturen for deltagerne.

Frisk i Naturen er forankret i Frederikshavns Kommune og tager afsæt i nyere dansk hjerneforskning og erfaringer fra Sverige og USA. Vi glæder os rigtig meget til at byde Erik velkommen, og har hørt at han brænder igennem med hans store passion for frisk i naturen og mental sundhed.

Kom og hør

Erik Holm Sørensen vil blot bruge fem kvarter af vores liv på at fortælle om hvor enkelt projekt "Frisk i Naturen" er. Og ikke mindst få os i gang i Frederikssund Kommune.

Frisk i naturen fungerer allerede i flere andre kommuner med god effekt og vi håber på, at kunne skabe samarbejde så vi kan styrke den mentale sundhed for borgere i Frederikssund kommune – særligt som et tilbud til dem med psykosociale udfordringer.

Det er Livskilden, Frederikssund Kommunes værested og aktivitetssted, som står bag arrangementet. De håber at se mange i Kulturhuset Elværket den 2. marts.