

Nyhedsbrev oktober 2020

Efterårsferie:

Nu er der snart nogle som holder efterårsferie, og det foregår i uge 42 (d. 12. - 16. oktober).

Gruppen om sundhed i hverdagen er aflyst.

Væksthuset har i øvrigt normale åbningstider og aktiviteter, med mindre du læser andet her på nyhedssiden.

Skemaet for uge 42 vil blive opdateret i løbet af denne weekend, og her kan du altid finde skemaet for Væksthuset:

<https://www.socialpsykiatrien>.

Brugermøder:

Næste brugermøde er Tirsdag d. 27/10 kl. 13-15.

Sted: Møderne afholdes i mødelokale 1 på 2. sal, [Sygehusvej 7](#), Skb

I er velkommen til at sende punkter til dagsorden til Lars.Adamsen@skanderborg.

Punkterne skal indgives senest 14 dage inden brugermødet.

Det er nu muligt at finde dato for næste brugermøde, og se referatet fra sidste gang på hjemmesiden.

Du finder det ved at gå ind under menupunktet "fællesskab" og vælge "brugermøder".

Du kan også bare klikke på linket her <https://www.socialpsykiatrien>.

Mindfulness, vandre og oplevelsestur til Hirtshals:

Der er nu mulighed for at komme på en fantastisk vandre/mindfulness/oplevelses tur, i starten af december.

Turen byder på mange forskellige oplevelser, og det er helt ok at vælge til og fra ift. programmet.

Der vil være plads til 8 deltagere på denne tur.

Vi kommer til at bo med halvpension, på det 4 stjernede Montra Skaga Hotel i Hirtshals.

Tidspunkt:

Afgang: mandag, d. 30. november 2020 kl.10.

Hjemkomst: torsdag, d. 3. december 2020 kl.18 (muligvis tidligere).

Her kan du læse mere om programmet og de praktiske oplysninger:

<https://www.socialpsykiatrien>.

NEM-SUND-BILLIG-MAD:

Gruppen NEM-SUND-BILLIG-MAD skulle have haft opstart her i oktober.

Beklageligvis er vi nødt til at udsætte dette gruppeforløb til foråret. Dette er på grund af Coronanedlukning af træningskøkkenet, som vi jo låner af Sundhedsfremme.

Lige så snart det igen bliver muligt at låne dette køkken og det er forsvarligt ift de gældende restriktioner tager vi fat i dem som allerede havde vist interesse. Ligeledes bliver forløbet igen slået op på hjemmesiden.

Venligst Bjarke, Kristian og Sanne

Åbent hus:

Så har vi fundet en ny dato til vores Åbent hus arrangement – Torsdag d. 12. november fra 13 – 15.

SIND GÅTURE i efteråret 2020

Gåture er godt for sjæl og krop!

Gåture i roligt tempo hver 2. mandag i efteråret.

Tidspunktet er fra kl. 13 til ca. 15 incl. pause med godter.

5 mandage er sammen med naturvejleder Thorke Østergaard (T.Ø.) Gåturene foregår i området omkring Skanderborg, Ry, Hørning og Galten – se planen.

D. 17. 8. - Skanderborg med T.Ø.

D. 31. 8. - Ry

D. 14. 9. - Hørning med T.Ø.

D. 28. 9. - Ry med T.Ø.

D. 12.10. - Skanderborg

D. 19.10. - Galten med T.Ø.

D. 2. 11. - Skanderborg med T.Ø.

D. 9. 11. - Hørning

Mødestederne er:

Skanderborg: Medborgerhuset, Vestergade 14A, (8660)

Hørning: Biblioteket, Rådhuspladsen 1, (8362)

Ry: Stationen, [Klostervej 3](#), (8680)

Galten: Biblioteket, Torvet 7 (8464)

Medbring selv drikkevarer (vand, kaffe el.lign.)

Snør skoene og kom med

Arrangør: SIND Skanderborg, kontakt skanderborg@sind.dk **28767262**