

Ude og kreativ



**Ude og kreativ er en gruppe, hvor der er højt til himlen!
Vi arbejder kreativt under åben himmel, blandt andet med nogle af naturens materialer.**

Hvad kan du bruge gruppen til:

- Stifte bekendtskab med forskellige kreative aktiviteter
- Have tid til at fordybe dig
- Træne dit tilstedevær i nuet
- Undersøge hvad naturen kan give dig
- Træne dine sociale kompetencer

Hvad vil være godt at kunne i forvejen:

Der er i denne gruppe intet krav om håndværksmæssig kunnen.

Det er en fordel, hvis du har interesse for at udforske dine kreative sider og lyst til at være udendørs i al slags vejr.

Hvad kan der foregå i gruppen:

Det endelige program udarbejdes sammen med gruppen.

Mulige kreative aktiviteter kunne være; indsamle sten, male på sten, lave figurer i fedtsten eller gasbeton, male mandala, snitte i træ, male på træ, lave vindharper ect.

Vi sørger for vand og kaffe.

Du skal selv medbringe mad, hvis du har behov for det i løbet af formiddagen.

Der er mulighed for lån af regntøj og overtrækstøj.

Hvor, hvornår og hvor mange:

Mandage kl. 9.00 til 11.30.

Gruppen mødes i Center for Mestrings have - under halvtaget ved skuret.

Der er plads til syv deltagere i gruppen.

Der er to medarbejdere og i perioder ergoterapeutstuderende.

Der er mødepligt og hvis du er forhindret er det vigtigt at du melder afbud - Du skal vide, at du er ventet, ønsket og nødvendig.