



ADHD FÖRENINGENS FAMILJELÄGER

Norrvalla- Folkhälsan Vörå, Vörågatan 305-307

Lördag 10.11.2018



ANKOMST LÖ KL. 09.30

HEMFÄRD SAMMA DAG KL. 16.30

Program

9.30 Ankomst, smoothie & frukt, information om dagens gång, vi byter om för uteaktiviteter.

10.30-12.30 Motions- och hinderbana/ samspel för hela familjen

12.30-13.30 Lunch buffe'

13.30-16.00 Studeranden från Vamia ordnar aktiviteter för barnen.
”Socialt cirkus”, sinnesträning samt olika lekar och spel.

Studerande från Norrvalla ordnar med 30-minuters massage (nacken och axlarna) till föräldrarna. Spa avdelningen står också till ert förfogande (vuxna)!

Du kan njuta av naturen och terrängen vid Norrvalla eller alternativt så kan du gå på manikyr. Dessutom mäter Vamia studeranden; blodtryck, blodsocker samt hemoglobin.

16.00-16.30 Kaffe + salta biten, feedback

16.30 Lägret avslutas