

Aktiviteter i salen

I salen har vi mulighed for at lave forskellige ting. Du kan selv være med til at bestemme hvad vi skal lave - dog ud fra de rammer og muligheder vi har.

Her nævner vi nogle af de aktiviteter vi allerede har lavet:

Vi har blandt andet et bordtennisbord, så vi kan spille to eller flere og evt. spille "rundt om bordet". Vi kan lave bordtennis-turneringer.

Vi kan ligge på måtter på gulvet og lytte til forskellige historier. Det kan være sjove historier, gyser historier, jeg-styrkende eller pyt historier.

Vi kan spille hockey, stopbold og dødbold. Eller hvad du ellers har af gode ideer.

Vi kan lave mindfulness eller andre øvelser der kan hjælpe dig med at slappe mere af og måske få en tiltrængt pause.

Vi kan lave cirkel-træning. Her laver vi forskellige små øvelser der giver dig større styrke i din krop og giver dig et større velvære.

Vi kan lave sjove lege som f.eks. her på billedet hvor vi spiller "vand-bong"

