

Østbjerglund



Arrangementer i 2023:

Efterårsferie og æblefest

Lørdag den 14. oktober kan du komme til æblefest for hele familien. Vi skal presse æbler til most, vi skal lave æbletryk, vi skal hænge æbleringe til tørre, vi skal lave skrumpehoveder og bage æbler over bål.

Har du nogle æbler, som du gerne vil lave til most, så ta' dem med og nogle flasker til den færdige most.

Det blir en æblefest og vi **starter kl. 10 og slutter kl. 16**. Det er gratis at kigge ind og så koster de forskellige aktiviteter en skilling.

Fredag den 20. oktober kan du tage hele familien med på **sanketur med naturvejleder Lenette Schunck Svendsen**, der har firmaet Udeliv med indlevelse.

Vi skal finde lækkerier i naturen, tænde bål og lave bål bomber. Vi mødes på Østbjerglund kl. 13 og slutter omkring kl. 16. Lyder det som noget for dig, så send mig en tilmelding på info@oestbjerglund.dk eller sms til 26313048

Hver Tirsdag fra kl. 10-11 holder jeg **Naturtræning**. Naturtræning er hensyntagende træning, hvor vi arbejder med balance, kondition og styrketræning. Alle kan være med. Jeg er uddannet DGI naturtræner og deltager i et forskningsprojekt for Gigtforeningen, hvor betydningen af naturtræning for gigtpatienter undersøges. Du er velkommen til en prøvetime. Pris 150,- kr. for 10 gange. Sidst gang er den 14. november.

Stillevandring v. Anne Stoklund Larsen. Vil du have ro i nervesystemet og dæmpe følelsen af fysisk eller psykisk stress er stillevandring en god metode. Vi går igennem forskellige naturområder og tager ophold i naturen. Vi træner forskellige vejtrækningsøvelser. Pris 50,- pr. gang eller et 10-turskort for 450,- kr. Ring for tider på 26313048.

Østbjerglund

Onsdag den 25. oktober, kl. 10-12 **Sansefortælling**. En formiddag med levende fortællinger, musik og naturoplevelser. Medvirkende historiefortæller Grethe Lindholm Pedersen der er født på Østbjerglund og ejer Anne Stoklund Larsen. [Læs mere](#) på ostbjerglund.dk

Gratis entré – Donation fra Velliv Foreningen. Køb af kaffe/te og kage 40,- kr.

Tilmelding nødvendig til info@ostbjerglund.dk

Krea-dag og naturkunst i atelieret lørdag den 28. oktober, hvor jeg holder åbent fra kl. 11-16. Du kan medbringe egne materialer eller købe af mig. Vi finder inspiration i naturen og lader idéerne vokse.

Hverdagsvandring til Alfreds Eng mandag den 13. november, kl. 10-12. Vi kigger efter dyrespor og afslutter med kaffe i atelieret.

Onsdag den 29. november, kl. 10-12 **Sansefortælling**. En formiddag med levende fortællinger om julen og alle juleforberedelser, julemusik og naturoplevelser. Medvirkende historiefortæller Grethe Lindholm Pedersen og ejer Anne Stoklund Larsen. [Læs mere](#) på ostbjerglund.dk

Gratis entré – Donation fra Velliv Foreningen. Køb af kaffe/te og kage 40,- kr.

Tilmelding nødvendig til info@ostbjerglund.dk

Natur, kunst og kreativitet, foredrag om kunstnerisk tænkning **Lørdag den 2. december, kl. 14-16**. Billedkunstner Jørgen Sehested købte Østbjerglund i 1968 og jeg vil fortælle om livet med en kunstner og hvordan stedet er blev brugt til kunstnerisk tænkning i mere end 50 år.

Har du spørgsmål er du altid velkommen til at kontakte mig. Du kan holde dig opdateret på www.ostbjerglund.dk, [Facebook](#) og [Instagram](#).

Med venlig hilsen Anne Stoklund Larsen

Velliv
Foreningen

Støtter sansefortællinger
[Læs mere her](#)