



Frivillige badeledere på instruktørkurs for livreddende førstehjelp i vann, 5.jan. 2025.

Badepraten er en møteplass for kvinner i terapibasseng. Det ledes av kvinnelige frivillige og skal gi deltakere en god, helsebringende opplevelse ved å nyte varmt vann og bli kjent med nye venninner. Innholdet er bevegelse til musikk, en god prat, og øving av svømmeferdigheter for de som ønsker det. 8 uker.

Det forventes at deltakere som får plass bidrar til et positivt og hyggelig miljø og er innforstått med at man snakker norsk (etter beste evne) i gruppene slik at alle føler seg inkludert.

MH Oslo har følgende grupper, ukentlig, høst 2 (fram til jul) 2025:

Badepraten Kantarellen **søndager 1 kl 15.-16.30**. Sted: Kantarellhjemmet

Badepraten Kantarellen **søndager 2 kl 16.30-18**. Sted: Kantarellhjemmet

Badepraten Kantarellen **torsdager kl 13.-14.30**. Sted: Kantarellhjemmet

Badepraten Kantarellen **fredager kl 12.-13.30**. Sted: Kantarellhjemmet

Badepraten Kantarellen **lørdager 1 kl 11.30-13**. Sted: Kantarellhjemmet

Badepraten Kantarellen **lørdager 2 kl 15-16.30**. Sted: Kantarellhjemmet

Badepraten Lovisenberg **onsdager kl 09.-11**. Sted: Lovisenberg Omsorg+

For påmelding og informasjon, ta kontakt med Amina, tlf 951 62 854

Du kan kontakte oss på mail: oslo@mentalhelse.no

Kontor/postadresse: Arbeidersamfunnets plass1, 0181 Oslo. Bank 7877 08 33549. Vipps: 705761

Tlf: 940 65 739. Se åpningstider på hjemmesiden vår.