



# SMILuka



VERDENS DAGEN  
FOR PSYKISK HELSE  
10. OKTOBER



Åmot kommune

Vilje til  
vekst



MENTAL HELSE

## GRATIS AKTIVITETER I HØSTFERIEN 2019 5.-10. KLASSE

	MANDAG 7. okt	TIRSDAG 8. okt	TORSDAG 10. okt	TORSDAG 10. okt
	Idrettsparken 	Idrettsparken 	Nye Rena Bowling	Fiske med Åmot jakt og fiskeforening v/Prestsjøen 
10.00 – 12.00	Innebandy Fotball Turn	Klatring Ballspill		NB! Oppmøte kl 11.00
12.00-12.30	Medbrakt lunsj/drikke	Medbrakt lunsj/drikke		Medbrakt lunsj /drikke/sittunderlag
13.00-14.00	Ballspill Hinderbane	Klatring Ballspill		
17.00			Bowling kl 17.00 Maks antall; 20	

### INFO & REGLER

- ☺ PÅMELDING på epost nedenfor med frist: 4.oktober.
  - ☺ Husk egen matpakke/drikke (ikke bowling)
  - ☺ Alle aktiviteter er «prøve-på aktiviteter», du trenger ikke å kunne noe fra før.
  - ☺ Bruk sko & klær for innendørsbruk i leiren
  - ☺ Fiskeforeningen låner ut stenger og sører for mark.
  - ☺ På bowlingen får alle låne bowlingsko. Maks antall plasser: 20
  - ☺ Alle deltar på egen ansvar – privat forsikring gjelder.
- SMIL står for at det skal være «lett og velge morsomme og sunne valg»

Epost: [suf@amot.kommune.no](mailto:suf@amot.kommune.no) Mobil: 47475881

Tilbudet er et samarbeid mellom Åmot kommune og Mental Helse Åmot.  
Arrangementet er markering av Verdensdagen for psykisk helse.