

# Workshops med Friluftsförbundet SJÖBO 2023



Anmälan, mer info och betalning på [www.friluftsförbundet.se/sjobero](http://www.friluftsförbundet.se/sjobero)

Ansvarig ledare: Eklin [annika.eklin@friluftsförbundet.se](mailto:annika.eklin@friluftsförbundet.se)

## 1 - Gör en humleholk - 19/3 kl 12-15

max 6 deltagare **Anmälan senast 15/3**

Hjälpen av våra viktigaste pollinerare, humlorna! På denna kurs pratar vi om humlor och snickrar ihop varsin humleholk att ta med hem.

**Samling** FF stugan Sjöbo Ora, Östergatan 50

**Medtag** egen fika och sittunderlag

**Kostnad:** Medlem FF 120:-/tillfälle Ej medlem 160:-/ tillfälle



## 2 - Gör din egen ringblomssalva – 23/4-22 kl 12-15 max 8 deltagare **Anmälan senast 15/4.**

Ringblomssalva är en fantastisk universalsalva med bland annat läkande egenskaper.

En burk med 60 ml härlig, läkande salva som du tar med hem

**Samling** FF Stugan Sjöbo Ora, Östergatan 50

**Medtag** egen fika och sittunderlag

**Kostnad:** Medlem FF 120:-/tillfälle - Ej medlem 160:-/ tillfälle



## 3 – Växtvandring 23/7 kl 12-16

max 8 deltagare **Anmälan senast 15/7**

Häng med på en liten promenad för att leta efter och prata om vilda växter för te och mat. Vi plockar, tillagar och smakar

**Samling** FF Stugan Sjöbo Ora, Östergatan 50

**Medtag** egen fika och sittunderlag/ campingstol

**Kostnad:** Medlem FF 120:-/tillfälle Ej medlem 160:-/ tillfälle



## 4 - Måla i naturen 3/9 kl 12-16

max 8 deltagare **Anmälan senast 27/8**

Vi tar en kort och lugn promenad tillsammans för att känna in naturen och sätter oss sen för att måla det vi upplever. Du får måla med akrylfärg på duk och får också en kort introduktion, så du behöver absolut inte ha målat något alls tidigare.

**Samling** FF Stugan Sjöbo Ora, Östergatan 50

**Medtag** egen fika och sittunderlag/ campingstol

**Kostnad:** Medlem FF 120:-/tillfälle Ej medlem 160:-/ tillfälle



## 5 – Vinterpyssel 5/11 kl 11-15,

max 20 deltagare **Anmälan senast 30/10**

Vi ses vid Friluftsförbundets stuga och tar en promenad där vi samlar material i naturen, för att sen skapa vinter-/juldekorationer. Vill du så ta med t ex stomme för krans eller kanske en ljuslykta att dekorera, men det är inte nödvändigt. Vi bjuder på glögg och kaka, Vi startar elden så man kan grilla om man vill.

**Samling** FF Stugan Sjöbo Ora Östergatan 50

**Medtag** egen fika och sittunderlag/ campingstol

**Kostnad:** Medlem FF 120:-/tillfälle Ej medlem 160:-/ tillfälle

