



Tine Sundtoft - Sundtoft er fylkesrådmann for Vest Agder fylkeskommune. Fra 2013 til 2015 var hun Norges klima og miljøminister. Sundtoft er også glad i å være i naturen for rekreasjon, trening og opplevelse. Hun er en habil kajakkpadler som ofte padler rundt i den fantastiske Lillesand skjærgården.



Live Skjeggedal Bentsen - Universitetslektor ved Universitetet i Agder, Institutt for helse- og sykepleievitenskap. Hun har arbeidet som sykepleier ved Sørlandet Sykehus, bl.a. med rehabilitering av hodeskade pasienter, og benyttet naturen som en arena for sosialt samvær, opplevelser, refleksjon og mestring. Live brenner for naturen som en helsefremmende ressurs.



Petra Ellora Cau Wetterholm - Psychologist, a Certified Nature and Forest Therapy Guide and a Mindfulness Facilitator. She is a strong advocate for integrating Nature Supported Treatments in the Public Health Care System and is presently pioneering by implementing and assessing Forest Therapy in Primary Care, for adults diagnosed with Stress Related Disorders, anxiety and depression. As the founder and director of Shinrin-Yoku Sveden, Petra also offers "Forest Bathing" and Forest Therapy as public and private events, around Sveden and abroad.

Oversikt praktiske ferdigheter / Workshops

Forest terapi/ Skogsbading
 Padlekurs/Våtkort
 Ut på tur!
 Orientering, bruk av kart og kompass og naturlige markører
 Friluftsliv som facilitator for utvikling af selvtillid, relation og sænkning af stress.
 Bålkurs og kokegrop.
 Kjennskapsutvikling i møte med sjoen

Påmelding ved registrering på Bragdøya



Energiverket

LEIF ROAR KALLEBERG



Virksomhet
 Oppfølgingstjenester

Du overnatter i eget telt, vi har 3 enkle hytter til disposisjon, ta kontakt på mail hvis du vil ha plass i en av disse.
 Se hjemmesiden for mer praktisk informasjon og påmelding

Nettside og påmelding åpnes 1. februar 2018
<http://naturogpsykiskhelse.no>

Kontaktinformasjon

Leif Roar Kalleberg

E-post: leif.roar.kalleberg@kristiansand.kommune.no
 Tlf: +47 90 19 52 90

Jarle Foreland

E-post: jarle.foreland@kristiansand.kommune.no

I samarbeid med



Nasjonalt kompetansesenter for psykisk helsearbeid