



# TALVI TAMMIELASSA

Oletko aina halunnut kokeilla luontoretkeilyä talvella? Kiinnostaako sinua oppia lumikenkäilemään, kokeilemaan pyörätuolisuksia tai valmistamaan ruokaa nuotiolla? Ainutlaatuisen mahdollisuuden talvisen luonnon parissa tarjoaa Luonto kaikille -hanke ja Invalidiliiton Harvinaiset yksikkö. Luontoviikonloppu järjestetään pe-su **6.–8.3.2020** kahden kansallispuiston välissä Kanta-Hämeessä.

Luontoviikonloppu on tarkoitettu **sinulle yli 18-vuotias harvinaissairas**, joka nautit luonnosta, retkeilet vapaa-ajallasi, tai et ole vielä uskaltanut talviseen luontoon omatoimisesti. Luontoviikonlopussa tutustumme uusiin vertaisiin ja heittäydymme luonnon syliin, uutta kokien ja talvisesta luonnosta nauttien.

Majoitumme **Liesjärvellä Metsäkouluntien eräkeskuksella** ja retkeilemme lähiympäristössä Liesjärven ja **Torransuon kansallispuistoissa**. Majoitus ei ole täysin esteetön, luonnosta puhumattakaan, mutta apuja on saatavilla ja yhdessä ratkaisemme vaikeimmatkin haasteet!

Osallistujilta ei vaadita aiempaa kokemusta retkeilystä mutta innostus ja rohkeus itsensä haastamiseen on onnistuneen viikonlopun edellytys. Olemme paljon ulkona, vaeltaen läheisissä kansallispuistoissa ja koekiellemme eri talviaktiviteetteja sekä lämmittelemme nuotion loimussa. Ohjelmaa meille on järjestämässä luontoalan ammattilaiset. Mukana ohjaajina ja avustamassa on myös **Lahden ammattikorkeakoulun fysioterapeuttiopiskelijoita**.

Osallistajat eivät tarvitse erityisvarusteita lämpimiä vaatteita lukuun ottamatta. Mukaan valituille lähetetään infokirje, jossa opastetaan oikean vaateuksen suhteen. Muut tarvittavat varusteet saat paikanpäältä.

Omavastuu luontoviikonlopusta on **30 € / osallistuja**. Matkakuluista jokainen vastaa itse.

Mukaan valitaan 8-10 osallistujaa. **Hae mukaan sähköisellä lomakkeella 15.2.mennessä.**

Luontoviikonloppu toteutetaan Harvinaiset-yksikön, CP-liiton ja Luonto kaikille -hankkeen yhteistyönä.

