

Välkomna till aktivitetsdag med Joëlette, bågskytte och picknick!

Lördag 28 april kl 11.00 - 14.00

välkomnar vi RBU-are i alla åldrar till en aktivitetsdag med picknick på Stora Skuggans 4H gård (Norra Djurgården). Dagen är ett samarbete med föreningen Glädjeknuff som har med sig Joëletter, en terränggående enhjuling som drivs framåt av två löpare, samt RG Aktiv Rehabilitering som har med sig bågskytte. Kom och testa de här två roliga aktiviteterna. Läs mer om dem nedan.

På 4Hgården finns det flera svenska lantrasdjur såsom fjällnära ko, jämtget, ryafår, åsbohöns och nordsvensk häst, men också kaniner, ponnys och katter. Djuren går ute i hagarna runt om gården varje dag mellan kl. 10-15.

Ta gärna med fikakorg / picknick och filt. Anmäl er till kontakt@stockholm.rbu.se eller 08-650 58 12 senast 26 april. Uppge namn, e-post och mobilnummer. Vid regn ställer vi in och meddelar det via e-post till anmälda.



Joëlette

Joëletten uppfanns i Frankrike på nittiotalet och har sedan dess möjliggjort fartfyllda äventyr för många barn, ungdomar och vuxna. Joëletten beskrivs bäst som en terränggående enhjuling till rullstol, som drivs framåt av två löpare. Den franska organisationen Dunes d'Espoir är förmodligen den som har längst erfarenhet av joëletteaktiviteter, och deras medlemmar har deltagit i en mängd löpartävlingar, såväl i Frankrike som på mer exotiska platser som Marocko och Jordanien. Att delta i olika lopp är ett fantastiskt sätt att få uppleva den stämning och yra som gärna infinner sig. Läs mer på <http://gladjeknuff.se/>

Bågskytte

En rolig gren som alla kan testa. Man tränar balans, koordination, motorik och styrka. Bågskytte kräver stor koncentration och fokusering. Det finns många olika hjälpmedel som kan göra det möjligt att skjuta.



Vi som arrangerar dagen är:



Föreningen för Rörelsehindrade
Barn och Ungdomar i Stockholms län



GLÄDJEKNUFF

Kungsholmen Runt

I samarbete med Glädjeknuff ges i vår möjligheten att delta i halvmaratonloppet Kungsholmen Runt, lördagen den 4 maj, med start och mål i Rålbshovsparken. Totalt fyra barn och ungdomar inbjuds att rulla 10 km var. De som har intresse av att delta bör komma på aktivitetsdagen vid Stora Skuggan på Norra Djurgården den 28 april, för ett "genrep" med joëletterna. Glädjeknuff välkomnar även löpande föräldrar (till deltagande barn och ungdomar) att ingå i joëlette-ekipagen. Läs mer på www.stockholm.rbu.se. Intresserade kontaktar Viktor Winterglöd på viktor.winterglod@gmail.com