



Folkhälsoveckan !

Måndag: Vi inleder veckan med Fjärdbotten i Nora som utflyktsmål. Blåsipporna har tyvärr blommat över i den häftiga värmen förra veckan men däremot är marken översållad av vitsippor i aldrig förr skådad mängd. Även skogsviolerna fångar vår uppmärksamhet med sin skira uppenbarelse i vårsolen. Vi njuter i fulla drag under promenaden längs stranden. Väl framme träder vi in på den väl underhållna fäbodvallen med fina kokhus som var i bruk fram till mitten av 1920-talet. 19 glada Skogsliljor tillbringar ett par ljuvliga timmar i glatt samspråk i solskenet. Medhavd matsäck och korvgrillning förhöjer samvaron ytterligare innan det är dags att avsluta dagen.

Tisdag: Vi vaknar upp till en solig dag men med svalka i luften. Under färden upp mot Entré Väst uppmärksammar vi minsann att det ligger kvar snö på sina ställen efter vägen. Väl framme vid grillplatsen finner vi mer av den varan men inte värre än att vi kan installera oss. Här har häggen inte börjat blomma och björkens löv har bara just passerat stadiet musöron. Vi avverkar vår tipsslinga, bänkar oss runt mötesplatsen, korkar upp termoserna med kaffe, tänds brasan, öppnar korvburken och trivs, omgivna av gammelskogens dofter och ljud. Snart greppar Anna gitarren och vi utrustas med ett litet texthäfte och sjunger tillsammans några kära, välkända låtar. En del av det 15 personer starka gänget avslutar sen dagen med att ta sig till utsikten på Nylandsrutten.

Onsdag: På onsdagens program står kubbspel i Docksta hamn. En frisk vind från havet känns kylig trots den strålande solen så vi förlägger vår aktivitet till den närliggande kvarntomten. Där, i skydd från de omgivande träden, kan vi spela match friskt påhejade av en liten skara publik. En viktig del är naturligtvis samvaron och samtalen som flödar under fiket och vi gläds över umgänget.

Torsdag: Mäja fäbodar är målet för torsdagens aktivitet. Solen och värmen står oss bi även denna dag. När vi anländer är Anne-Marie och Inger redan i startgroparna för att steka de utlovade kolbullarna. En finurlig tipsslinga finns uppsatt och vi får träna både ben och hjärna. Vi avslutar dagen med att promenera upp till stugan med utsikt över Ullånger.

Fredag: Så har vi då kommit till vår sista dag. Höga Kusten Utsikten är målet med sin oändligt vackra utsikt. Sven sjölander berättar om sitt arbete med denna plats som han byggt till minne av sin dotter. Lili-Anne bjuder oss på hembakad gokaka och efter att vi gnuggat våra geniknölar med att klura ut ordspråk uttryckta på kanslisvenska vänder vi hemåt med glada minnen från vår Folkhälsovecka

