

VANDRINGSBLOGGENS JULKALENDER FÖR EN STRESSFRI JUL

GÅ TILL BIBLIOTEKET OCH
LÅNA EN FRILUFSIG BOK.

MOBILFOTOGRAFERA EN
PLATS DU TYCKER OM.

SÄG HEJ TILL EN FRÄMLING.

MÅLA ETT JULKORT OCH
SKICKA TILL NÅGON SOM
INTE FÖRVÄNTAR SIG DET.

LYSSNA PÅ NÅGONS
LIVSHISTORIA.

TÄND ETT LJUS I MÖRKER.

SKRIV EN HIKU MED
NATURTEMA.

LÄGG HÄNDERNA PÅ EN
TRÄDSTAM.

GÖR GLÖGG PÅ ÖPPEN ELD
ELLER FRILUFTSKÖK.

KRAMAS MED NÅGON DU
TYCKER OM.

GÖR PICKNICK I PARKEN
ELLER TRÄDGÅRDEN MED
NÅGON DU GILLAR.

GÅ SÅ SAKTA DU KAN I FEM
MINUTER.

BE NÅGON OM HJÄLP MED
NÅGOT.

PLOCKA MED DIG ETT FINT
MINNE FRÅN NATUREN OCH
LÄGG PÅ FRUKOSTBORDET.

DRICK KAFFE ELLER TE PÅ
EN STUBBE.

BJUD MED EN KOMPIS
ELLER KOLLEGA PÅ
LUNCHPROMENAD.

VAR SJÄLV I EN TIMME.
LYSSNA INTE PÅ MUSIK.
TITTA INTE PÅ EN SKÄRM.

LÄR DIG NÅGOT DU INTE
VISSTE.

BAKA MAT- ELLER
CHOKLADMUFFINS OCH GÖR
EN UTFLYKT.

HITTA KYLA & SVALKA I
NATUREN.

TITTA PÅ EN FRILUFTSFILM
UPPKRUPEN I SOFFAN.

HJÄLP NÅGON SOM
BEHÖVER DET.

GÅ UNDER TIO STYCKEN
TRÄD.

STANNA UPP I TRE MINUTER.
LYSSNA PÅ VINDEN.



VANDRINGSBLOGGEN