



Klintholm

natur- og sansesti



Længde: 1,2 km med mulighed for afkortning til 450 meter og 700 meter. Se kortet.

Rutestart: Ved Klintholm Havn Centret.
Sildemarken 2, 4791 Borre.

Adresse: Åbent landskab og vindbeskyttet ældre

Omgivelser: parcelhuskvarter.

Asfalt, fliser. Rollator eller kørestol kan godt

Belægning: komme rundt.

Let stigning og let fald på Dortheavej.

Højdeforskel: Flere bænke tæt på centret og en halvvejsbænk

Hvilesteder: på lang rute.



Klintholm natur- og sansesti

Klintholm ruten

Centrets udeområde har tydeligt maritimt tema med et stort opfisket anker skænket af marineforeningen, hække plantede i bølgeformer og udsigt mod Klintholm havn. Ruten går også forbi centrets sansehaver og udendørs motionsredskaber.

- 1** Duft til krydderurterne fra fx timian i sansehaven eller pluk et par solbærblade til en kop te.
- 2** Næsten hele året kan det kølige rislende vand mærkes og høres i stenskulpturen ved centrets terrasse.
- 3** For enden af Katinkavej er der udsigt til de storslåede østmønske "bjerge" og også et lille kig til havet.
- 4** Langs stien for enden af Dortheavej kan smages på modne hyldebær. Også fuglene i det levende hegn høres her ligesom i mange af de gamle haver langs ruten.

Sanseoplevelser i grønne omgivelser

Når vi opholder os udenfor i grønne omgivelser, bliver vores sanser aktiveret.

En gåtur i det grønne kan øge vores livskvalitet fx ved at give hjernen hvile, forbedre hukommelsen, give bedre søvn, bedre balanceevne, øget velvære og stimulere til gode samtaler.

Find et godt hvilested på en bænk og mærk vinden i ansigtet. Lyt til fuglesangen. Smag på årets første bellis i græsplænen. Duft blomsterne i aftenluften.