

Vintersbølle

natur- og sansesti



- Længde:** 840 meter.
- Rutestart:** Ved Vintersbølle Plejecenter.
- Adresse:** Vintersbølle Strand 1, 4760 Vordingborg.
- Omgivelser:** Ved gammel park og med udsigt over vandet. Tæt på gammel løvskov.
- Belægning:** Mest asfalt, men også grussti.
- Højdeforskel:** Lidt nedad bakke mod vandet og lidt opad bakke fra vandet. Lille stigning ved vaskeri.
- Hvilesteder:** Højest 300 meter imellem bænke.

Vintersbølle ruten

Nationalforeningen til tuberkulosens bekæmpelse fik i 1936-38 bygget Vintersbølle Hospital. I dag rummer bygningerne plejecenter, børnehave, centralkøkken, centralvaskeri og almennyttige boliger.

- 1** I skoven duftes skovbunden tydeligt efter regn. Mange steder vokser skovmærke (Bukkar), som også dufter godt hvis du krammer bladene i hånden eller tørrer dem.
- 2** Fra bænken kan bølgeslag høres fra vandkanten og lyden fra knopsvanernes vingesus.
- 3** Ved pavillonen kan udsigten over vandet og det store grønne område med sjældne planter nydes.
- 4** Smag på en pære fra overlægens have, rist de ægte kastanjer og bog fra bøgetræerne.
Blomsterne på det store lindetræ kan i juni-juli plukkes og tørres til urtete. Mærk på det bløde mos og de solvarme sten på kanten ved det store lindetræ.

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 med god udsigt og mærk vinden i ansigtet. Lyt til fuglesangen. Smag på årets første bøgeblad. Duft skoven og havet i aftenluften.