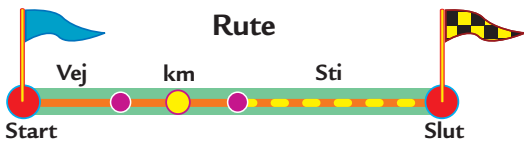
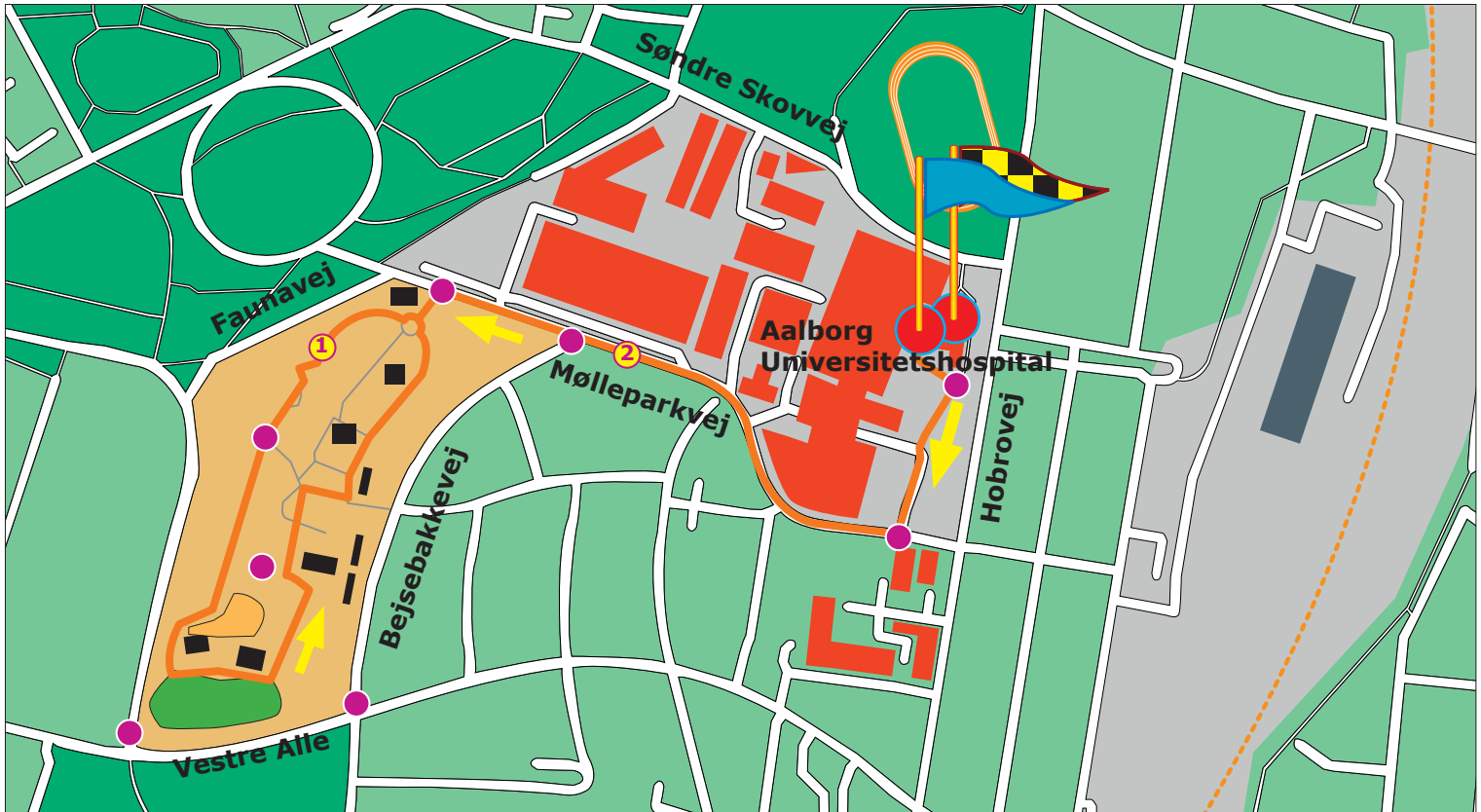


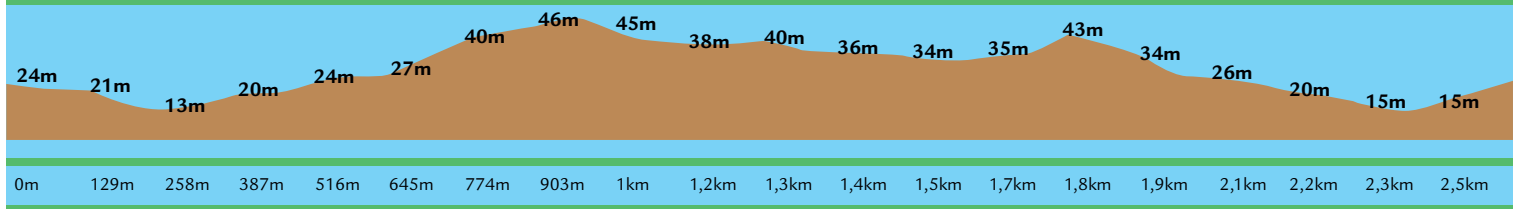
Rute 6: Aalborg Universitetshospital, Syd – rundt i Aalborg Zoo 2,6 km

På denne rute kommer man ind i Aalborg Zoo. Haven er åben hele året og billetpriserne varierer mellem 99 og 205 kr. Aalborg Zoo har over 1500 dyr fordelt på omkring 126 arter. Indlagte på Aalborg Universitetshospital har fri adgang til Aalborg Zoo ved fremvisning af fastgjort indlæggelsesarmbånd eller indlæggelses seddel.



Start: Udgangen fra Aalborg Universitetshospital, Syd
Slut: Indgangen til Aalborg Universitetshospital, Syd

RUTENS HØJDEPROFIL



Det kan være trist at ligge på hospital eller være pårørende, men fysisk aktivitet giver velvære og glæde og dæmper angst og stress. Hvis man holder sig i gang, gerne svarende til 30 minutter om dagen, så bevarer man sin kondition. Derfor er det vigtigt, at man så vidt muligt undgår længere tids inaktivitet.

Du kan få flere oplysninger om fysisk aktivitet ved:

- At henvende dig i Sund Info, forhallen Aalborg Universitetshospital, Syd
- At ringe på tlf. 97 66 13 60
- At læse på hjemmesiden: www.aalborguh.rn.dk/sundinfo

I Sund Info kan du bl.a.:

- Hente flere kort på ruter i området nær hospitalet
- Låne bøger med forslag til fysisk aktivitet