**Film 5: Vinterbading**

**Ordliste** 

|  |  |
| --- | --- |
| **Ord** | **Forklar eller oversett til ditt morsmål** |
| Vinterbading |  |
| Iskaldt |  |
| Tull og tøys og fanteri |  |
| En fin stund |  |
| Glede |  |
| Fred |  |
| Å fokusere på pusten |  |
| Å gå rolig ut i vannet |  |
| Levende |  |
| Å oppmuntre noen til noe |  |

**Spørsmål til diskusjon:**

Hva må man gjøre før man bader om vinteren?

Hva gjør DU for å finne fred og ro i hverdagen?