

ÅLANDS
REUMA
FÖRENING

Bästa medlem,

Vårlyuset är tillbaka 😊.

Att vistas ute i grönska och växtlighet är välgörande, så nu går vi ut och njuter!

Varmt välkommen på vårmöte torsdag 23.4 kl.18.00 på HandiCampen, Skarpansvägen 30

-Stadageenliga förhandlingar

-Vi bjuder på matig sallad samt kaffe

-Lotteri

-Vi gästas av Annika och Roger från företaget RAR som erbjuder mindre hjälpmedel i vardagen.

Med tanke på trakteringen så önskar vi få din anmälan senast torsdag 16.4 till Ann-Katrin.



Medlemslunch

På Arkipelag första tisdagen i månaden kl.12.00. Tisdagarna 7.4, 5.5, 2.6.

Välkommen med och träffas över en lunch! Var och en betalar för sig på plats.

Samtalsträff för dig som lever med Psoriasis artrit

Vi träffas på HandiCampen tisdag 7.4 kl.18.00.

Kom och utbyt erfarenheter, tankar och tips med andra i liknande situation.

Anmäl dig gärna till Ann-Katrin, tel 0457 3135 009 eller info@reuma.ax

Om du har intresse av en annan samtalsgrupp, hör av dig!

Vi kan ordna tillfällen att träffas och prata oberoende diagnos.

Bokcirkel

På HandiCampen måndagarna 20.4 och 5.5 kl.13-ca 14.30.

Tycker du om att läsa och gärna träffar andra som tycker detsamma? Då kan en bokcirkel vara något för dig.

Vi träffas en gång per månad och diskuterar en bok som väljs gemensamt.

Kaffe och trevlig samvaro. Välkommen med!

Promenera i grupp

Kom med och promenera tillsammans med Gujan och Mia.

Måndagar kl.12 med start 27 april, samling vid Lilla Holmens grindar. Ta gärna med promenadstavar om du har. Alla är välkomna med, ingen anmälan behövs, bara att hänga på!



Utställning på HandiCampen

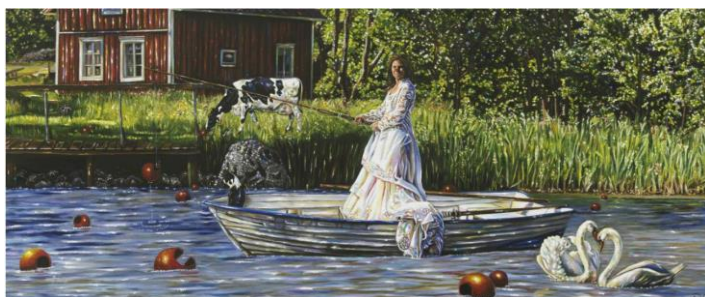
Deltagarna i föreningens målargrupper "Avkopplande målning" under ledning av Catja Barck ställer ut sina sevärda alster med temat "Undervattensvärldar och växter". Utställningen hänger upp till den 15.5. HandiCampen har öppet måndag-torsdag kl.9-15 och fredag kl.9-13.

Välkommen in!



Jubileumskonsert med Marihamns Kvartetten "Vilket liv!" Lördag 18.4 kl.16 på Alandica Med konferencier Mark Levengood.

Du som bokat biljett, välkommen in och lös ut din biljett hos Ann-Katrin!
Medlemspris: 35 €.



Guidad rundtur på Caroline af Ugglas utställning "Min värld"

Ålands Konstmuseum onsdag 22.4 kl.13.
Efteråt bjuder föreningen på kaffe i Sittkoff gallerian. Den svenska konstnären, artisten och sommarälänningen, känd från På spåret och Körslaget, målar med sitt egna uttryck och färgspråk, som hon själv kallar antidepressism.

Anmäl dig senast 20.4. Meddela eventuella allergier vid anmälan. Välkommen med!

Besök på Sjöfartsmuseet och segelfartyget Pommern torsdag 21.5 kl.14 - ca 16.00.

Vi har guidad rundtur på Sjöfartsmuseet tills vi går ombord på fyrmastade barken Pommern kl.15 som är tillgänglighetsanpassad. Anmäl dig senast 18.5.

Naturyoga i Tullarns äng tisdag 26.5 kl.18 med Saga Fylkeson

Saga Fylkeson från Innerligt cirka 45 minuter naturyoga i Tullarns äng (bakom Ålands Museum) Passet är mjukt och kravlöst, med fokus på avslappning, andning och att ta in naturens ljud och intryck genom våra sinnen. 🌿

Det blir en lugn stund i naturen för både kropp och själ – lite yoga, lite vila och mycket närvaro. Passet har låg tröskel och passar alla, även dig som vill delta sittande på stol eller från rullstol. Det kommer att finnas yogamattor samt några klaffstolar för den som föredrar att sitta.

Varmt välkommen till en stund av återhämtning i naturen. Anmälan till Ann-Katrin senast 22.5.

Tveka inte att höra av dig om du har något du funderar på, har frågor eller önskemål!

Önskar Dig en fin fortsättning på våren och trevlig påsk!

Ann-Katrin, tel 0457 3135 009, info@reuma.ax.