




«Efternamn Förnamn»

«CO-adress»

«Adress»

«Postnr Postort»

Kansliet: Skarpansvägen 30, öppet mån-ons 09—15. Gsm: 0457-345 8300, info@hjarata.ax

 Facebook: Föreningen Vårt Hjärta och Hjärteverknin på Åland.

Hemsida: <https://handicampen.ax/forening/vart-hjarata/>

Hejsan,

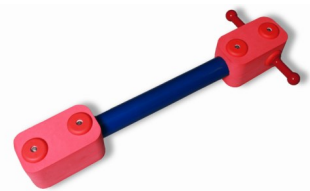
Snart har halva vårterminen gått och nu blickar vi framåt mot varmare och ljusare tider.

Vi kan erbjuda två prova-på tillfällen **Aquabike** i vår. Vi hade liknande i höstas och det var jättepöplulärt bland de som deltog ,så på passa på och testa nu:

**Måndagarna 5 och 12 maj kl 18-19 i Ålands Idrottscenter håller Gujan introduktionskurs.**

**Pris: 10 euro/ 2 gånger eller 6 euro/ en gång. Anmäl senast 28 april.**

Du tränar balans, bålstabilitet och skrattmusklerna.



### BESÖK PÅ ANDERSUDDE

Då intresset var så stort för att besöka Andersudde och få en guidning av kommerserådet Anders Wiklöfs privata konstsamling så kan vi erbjuda ännu ett besök, för er som inte hade möjlighet senast.

**Lördag 7 juni kl 16.15 avgår bussen från bussplan och vi är tillbaka ca kl 18.**

Pga många besök på Andersudde så tillåts EJ privata bilar. Om intresse finns så kan vi gå ut och äta tillsammans, på egen bekostnad, efter besöket. Meddela vid bokning.

**Begränsat antal platser, tyvärr är området inte anpassat för rullstolar.**

Anmäl senast 26 maj till Catrin. Kom ihåg att avboka genast om du får förhinder.

## VÅRMÖTE, UTFÄRD OCH MIDDAG I GETA FREDAG 25 APRIL

Välkommen på en dagsutfärd till Geta med middag och vårmöte på Havsvidden och ett besök på det populära Geta nostalgi- och motormuseum. Där finns veteranbilar och – motorcyklar samt en mängd gamla bruksföremål och förstås gamla Edos mack.

kl 14 Bussen avgår från Bussplan

ca kl 14.45- 16 besök på Motormuseet sen mot Havsvidden

Ca 16.15 ankomst Havsvidden, bensträckare

Kl 17.15 Middag

Ca kl 18.30 Vårmöte

Ca kl 19.30 Avfärd mot stan

Ca kl 20 tillbaka i stan

Begränsat antal platser i bussen, det går bra att köra själv om man vill.



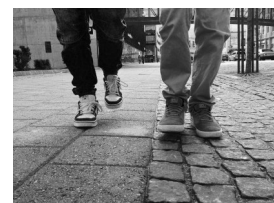
Priser:	Buss, Nostalgi-motormuseum och 2-rätters middag inkl kaffe	50 euro
	Nostalgi-motormuseum och 2-rätters middag inkl kaffe (ej buss)	38 euro
	Buss, Nostalgi-motormuseum, vårmöte (ej mat)	12 euro
	Endast vårmöte (ej buss, museum eller mat)	gratis

Här kan du läsa mer om museet i Geta: <https://www.motormuseum.ax/> och om Havsvidden: <https://www.havsvidden.com/sv> .

Anmäl senast 17 april. Vilket alternativ samt om du vill äta kött eller fisk och ev matallergier.

\*\*\*

Kom ihåg att våra populära promenader startar 28 april. Varje måndag kl 12 utgår vi från Lilla Holmens grindar. Kom med du också!



OBS! 31.3 kl 19 kommer lungläkare Christian Bergman till sömnapne´gruppens träff. Han berättar och svarar på frågor. Alla intresserade är välkomna.

Med hopp om många fina vårdagar.

Hoppas vi ses, det är roligare tillsammans! // Catrín

