



Kansliet: Skarpansvägen 30, öppet mån-tor 09-15. Gsm: 0457-345 8300, info@hjarta.ax
Facebook: Föreningen Vårt Hjärta och Hjärteverknig på Åland.
Hemsida: <https://handicampen.ax/forening/vart-hjarta/>

Medlemsbrev 7/ september 2026

På kommande i höst:

Sittyoga med Saga Fylkeson tisdag 29.9 samt 27.10 kl 18 på Handicampen. Anmäl senast en vecka innan. Samarbete med Reumaföreningen. Kostnad: 5 euro/gång.

Öppet hus tisdag 20.10 kl 18-20 på Handicampen-virkgrupperna håller öppet hus och berättar om sitt arbete och svarar på frågor. De visar grunderna i virkning och vilka fantastiska kramdjur det går att göra.

"Gravallvarligt" - en föreläsning där Maria Teir talar om sin resa genom sorg, förlust och livets tuffaste prövningar - med en förmåga att blanda djupaste allvar med värmande humor. 29 oktober kl 18 i Alandicas auditorium. Medlemspris: 28 euro. Fåtal biljetter kvar!

Hjärtgrupp: Måndag 19.10 kl 18 med beteendevetare Saga Fylkeson samt 9.11 och 14.12 kl 13 med sjukskötare Irmeli Eriksson. Anmäl senast torsdagen innan.

Bingo torsdag 22.10 och 19.11 kl 18 på Handicampen. 8 euro/ person för två brickor inkl. fika. Samarbete med Reumaföreningen.

Vegansk/vegetarisk matlagningskurs med Sara Bäckman söndag 15.11 kl 16- ca 19 på Nautical. Kostnad 20 euro/ person + råvarukostnader. Anmäl senast 5.11.

Allsång med Per Nyberg torsdag 12.11 kl 14.30 i Röda Korsgårdens matsal. Samarbete med Cancer- och Reumaföreningen.

Höstmöte med lillajul bord på Lemböte lägergård 18 november kl 17.

Kom även ihåg promenader, medlemsluncher, strokefika och handarbetsträffar. Se infobladet som du fick med förra medlemsbrevet samt lokaltidningarnas kalendrar.

Lotteri – vårt årliga höstlotteri startar snart. Vill du skänka vinster så tar vi TACKSAMT emot. Även lottförsäljare efterlyses. Hör av dig till Catrin

Vill du köpa Vårt Hjärtas fina väst? Mörkgrå softshell med tunt fleecefoder, vatten- och vindtät med andasfunktion. Medlemspris: 50 euro.



SteelFM-stafetten var startskottet för årets SteelFM-hjälp där pengarna går till Vårt Hjärta ❤️. I mellandagarna blir det auktion, information, musik, insamling mm. Hoppas Du vill vara delaktig. Det är roligare tillsammans!



Glada volontärer: Berit, Guian, Mia, Roger, Irmeli, Anki och Anita.



Bemötandepriiset - Ges till en person, en organisation eller ett företag på Åland som är ett gott föredöme och vägvisare när det gäller bemötande, likabehandling och tillgänglighet! Skriv en kort motivering, ditt namn och dina kontaktuppgifter och skicka till reception@handicampen.ax, per post: Skarpansvägen 30, 22100 M:hamn eller besök Handicampen och lämna nomineringen. Priset delas ut på Funktionsrättsdagen 24.11.

SUBVENTIONERAD FOTVÅRD på Decorus Hudcenter

Alla medlemmar i Vårt hjärta erbjuds fotvård för 60 euro (normalpris 65 euro) hos Pernilla Renholm/ Decorus Hudcenter, Strandgatan 15. Bokning och förfrågning: 040-720 44 83 eller via Facebook. Uppge att du är medlem i Vårt hjärta.

Yoga

Vårt hjärta subventionerar 5 euro/ yogaklass hos "Innerligt" Adress: Diktagränd 3. Hemsida: <https://www.innerligt.com>. Boka med Saga Fylkeson, mobil: [0457-3479989](tel:0457-3479989) eller mejl: junisaga@gmail.com. Säg till att du är medlem.

Det finns några lediga platser i träningsgrupperna-både vattengympa och gymträning. Hör av dig!

Vänliga hälsningar Catrin