

## Välkommen till höstens program 2021 Neuro Örebro och Norra länsdelen

Med förhoppning att Coronapandemin släppt sitt grepp, att alla blivit vaccinerade och att folkhälsomyndighetens krav begränsats, erbjuder styrelsen följande höstverksamhet.

Måndag den 2–7 augusti genomfördes den framskjutna resan till Valjeviken.

### **Torsdag 19 augusti kl. 14.00-15.30 Caféträff**

Vandring i omgivningarna för de som önskar, samvaro runt kaffekoppen.  
Lokal: Karlslunds motionscentral, Gäddestavägen 3, Buss 7

### **Onsdag 25 augusti kl. 11.00-ca. 14.00**

Besök vid Frövifors Bruk. Utställningen finns i 3 lokaler. Maskinhall med föremål från början av 1900-talet och framåt. Pappersmagasinet med förpackningar mm. Dessutom en konst- och tapetutställning.  
Introduktion av guide sker i starten av vår vandring.  
Kaffe och smörgås bjuder föreningen på. Däremot sker transporten på egen bekostnad.

Anmälan senast 16/8 till Birgitta Lindahl på tel: 070-5337725

### **Tisdag 7 september kl. 14.00-16.00**

Vi besöker även i år Älvtomta koloniområde och beundrar de vackra trädgårdarna. Louise vandrar runt med oss samt ordnar kaffe på “dansbanan”.  
Samling vid grind 4 mitt emot Lidl, några P-tillstånd finns.

### **Onsdag 15 september kl. 18.30-20.00**

Christian Liljenhed Kumla, spelar och sjunger samt berättar om morföräldrarnas flykt från Estland.

Förtäring

Lokal: Karlslunds motionscentral, Gäddestavägen 3, Buss 7

### **Lördag 18 september kl. 11.00-15.00 Föreningarnas dag, Våghustorget**

Neuro deltar och presenterar föreningen tillsammans med Hälsobro.

## **Tisdag 21 september kl. 18.00-20:30, Neurodagen Scandic Grand**

En intressant föreläsning som utgår från:

Fysisk aktivitet -

Hur jag med en av de mest konservativa behandlingarna kunde ta mig vidare i livet efter den djupaste av livskriser.

Och håller mig flytande.

Sam Alinski, den skidåkande luffaren, som blev en skidbyggande skidåkare. Som blev en deprimerad datorspelare, som blev en kajakpaddlande teaterhjälpreda, som blev en klättrande sjukgymnast, som blev en cyklande cykelmekanikeraspirant, som blev en ståpaddlande servicetekniker, som blev en pappa som åker snowboard.



Vart: Scandic Grand Hotell, Fabriksgatan 21–23 Örebro

Neuro Örebro bjuder på Baguette, kaffe/te och frukt.

Anmäl dig snarast till; [orebro-lan@neuro.se](mailto:orebro-lan@neuro.se) eller tel: 070-619 57 05, även icke medlemmar är välkomna,

## **Onsdag den 29 september kl. 14.00-15.30 ”Kaffetsdag” Vad innebär det?**

Kom gärna förberedd med några goda kaffehistorier.

Förtäring, kaffe och bulle såklart.

Lokal: Karlslunds motionscentral, Gäddestavägen 3, Buss 7

## **Tisdag 12 oktober kl. 14.00-15.30 ”Kryss” med Lotta**

Förtäring

Lokal: Karlslunds motionscentral, Gäddestavägen 3, Buss 7

## **OBS ändring i programmet!! Onsdag 20 oktober kl. 18:30-20.00**

Den här dagen brukar vara Rotarys, men har i år blivit inställd.

Vi träffas istället i Karlslund på motionscentralen och här kommer Sonja Hellströms duo underhålla oss

tid: 18.30-20.00

Var: Karlslunds motionscentral

Förtäring

Frågor: Kontakta Birgitta Lindahl tel: 070-533 77 25

**Torsdag 4 november kl. 14.00-15.30**

Två dagar för tidigt äter vi Gustaf Adolfs bakelser och samtalar om Kungen mm.  
Lokal: Karlslunds motionscentral, Gäddestavägen 3, Buss 7

**Onsdag 17 november kl. 18.30-20.00**

En kväll med sång och musik av Håkan Isaksson.  
Trevlig samvaro och kaffeprat.  
Lokal: Karlslunds motionscentral, Gäddestavägen 3, Buss 7

**Lördag 27 november kl. 16.00-17.30 Glöggmingel**

Lokal: Startcentrum Rudbecksgatan 26  
Anmälan senast 17/11 till Birgitta Lindahl på tel: 070-5337725

**Lördag 4 december kl. 12.30-15.30 Jullunch**

Lokal: Restaurang Svalan Adolfsberg  
Kostnad: medlem 200: - övriga 300: -  
Anmälan senast 25/11 till Birgitta Lindahl på tel: 070-5337725

**INFORMATION**

**Hälsobro -"mer än ett gym".**

Erbjuder anpassad träning i säker miljö, dessutom uteaktiviteter, gruppträning mm.

Glöm inte att medlemmar i Neuro Örebro har 10 % på träningsavgifter.

Adress: Manillagatan 10, Örebro

Tel: 019-14 05 10

Hemsida: [www.halsobro.se](http://www.halsobro.se)

**Medlemskap** var med och sprid information om föreningen. Som medlem bidrar du till Forskning. Medlemsavgiften är 30: -/ månad för huvudmedlem och 15: -/månad för anhörigmedlem. Avgiften betalas via autogiro.

**Yoga** startar måndag 30/8 kl. 15.00-16.00.

Lokal Hälsobro

10 ggr 400: -

Anmälan senast 23/8 till Birgitta Lindahl på tel: 070-5337725

**Bassängträning, USÖ** fredagar kl. 16.30-17.30, startdag ej fastställd.

Anmälan till Birgitta Lindahl på tel: 070-5337725

Du som har dator men inte uppgivit E-postadress. Gör detta snarast så kan vi påminna om våra aktiviteter. Meddela detta till, [orebro-lan@neuro.se](mailto:orebro-lan@neuro.se) informera även om ditt namn och adress så E-posten registreras på rätt person.

## Styrelsekontakter

Birgitta Lindahl, ordf.	070-533 77 25
Kerstin Lundell vice ordf.	070-589 49 18
Lotta Ågren Kassör	070-217 08 56
Kristina Ahl	Sekreterare
Birgitta Johansson	Ledamot
Ingalill Kling	Ledamot
Björn Fagerström	Ledamot



Utflykt med Bryggbåten i Valjeviken