



God fortsättning på det nya året, 2023.

Nu börjar vi med våra aktiviteter igen och vi hälsar alla hjärtligt välkomna.

Den 10 januari kl 10-12 är det medlemsmöte i Vinkelboda, Stångörsgatan mittemot kommunhuset i Östhammar. Vi tänkte spela lite spel eller bara träffas och fika tillsammans. Ingen anmälan behövs, kom bara och umgås.

Den 13 januari kl 10-12 börjar vi igen med egenträning i Roslagens Träningsverks lokal på Hallgatan i Östhammar. Vi hyr lokalen en gång i veckan och tränar på träningscykel, Motomed, boxning, sittande pinngympa eller inomhusboccia. Det finns något för alla. Första gången är fri därefter en blygsam terminsavgift, ännu ej bestämd. Vi beställer kaffe och smörgås från Daglig verksamhet för 30 kr.

Den 16 januari kl 16-17 börjar den Medicinska Yogan med Marita Wahlgren igen. Vi träffas i Vuxenskolans lokal, in på gården mittemot Apoteket i Östhammar. Om du vill prova är den första gången fri, annars kostar en period på 10 ggr 500 kronor. Anmäl till Siw M 076 0392952.

Den 29 januari kl. 14-19 blir det fest med trerättersmiddag och dans för att fira vårt 30 årsjubileum. Festen blir på Källör, se inbjudan som har skickats till alla medlemmar. Hoppas många hörsammar inbjudan och kommer!

Det här är vad som är på gång i januari 2023.....
Du är hjärtligt välkommen till vår gemenskap.

Styrelsen för Neuro Östhammar