

Moa-Lina

Medlemsblad från Bröstcancerföreningen i Östergötland

Augusti 2017

Information från styrelsen

Hej alla medlemmar!

Hoppas att ni alla har haft en skön och avkopplande sommar! Nu är det dags att informera om höstens caféträffar och friskvårdsaktiviteter. Vi fortsätter med alla aktiviteter från våren med lite ändrade tider och platser på vissa aktiviteter. Förutom dessa planerar vi flera andra aktiviteter såsom Hud och Hår, Unga Moa-Linor mm. Vi återkommer med datum för dessa i nästa infobladd samt på hemsidan och Facebook. Vi firar också 35 år som förening i år och det tänkte vi fira med en Må bra dag i Norrköping den 28 oktober, buss kommer att ordnas från andra orter. Vi återkommer med program och mer information men boka redan nu dagen.

Oktoberkampanjen är också en viktig del av höstens arbete. Vi behöver många som kan hjälpa till att sälja då intäkterna ger ett stort bidrag till både föreningen och Bröstcancerfonden. Ansvarig i styrelsen för oktoberkampanjen är Britt-Marie Samuelsson.

Vi vill också slå ett slag för Hjärtats Rum i Linköping som är en fortsättning på Andrum som startat genom Patient- och Närståenderådet inom Regionalt Cancercentrum. Det är fyra träffar under hösten i Linköpings Trädgårdsförening, Naturum, 14/9, 12/10, 9/11 och 7/12, kl 13-16. Det är träffar för alla med olika cancerdiagnoser och anhöriga med olika teman vid varje tillfälle, ett sätt att träffas och prata över en fika, ingen föransmälan krävs. Vid första tillfället kommer vi att få prova på Falu Gong.

Självklart fortsätter vi med vår påverkan på vården genom olika kanaler och möten som vi blir inbjudna att delta i. Har du som är medlem något som du tycker är extra viktigt att vi tar upp är du välkommen att kontakta någon av oss i styrelsen.

Väl mött i höst!

Ulla-Karin Svensson, Bröstcancerförening Moa-Lina

Caféträffar hösten 2017

Linköping

Espresso House, Trädgårdstorget

- 1:a torsdagen i varje månad kl 18:00
- Start torsdag 7 september

För information ring Susanna Enifena,
070-314 66 22

Finspång

Joan's café & bistro, Bergslagsvägen 7

- 2:a onsdagen i varje månad kl 18:15
- Start onsdag 13 september

För information ring Yvonne Carlsson
0122-138 20 eller 073-153 83 54

Motala

Ubbes Café, Repslagaregatan 11

- 1:a tisdagen i varje månad kl 15:30
- Start tisdag 5 september

För information ring Margareta Hermansson
0141-511 90



Norrköping

Broadway Café, Bråddgatan 26

- 1:a onsdagen i varje månad kl 18:00
- Start onsdag 6 september

För information ring Christine Nilsson
076-108 40 73

Norrköping

Vetekornet, S:t Persgatan 113

- 3:e onsdagen i varje månad kl 15:00
- Start onsdag 20 september

För information ring Gunnel Andersson
011-39 26 72

Moa-Lina



Friskvårdsaktiviteter hösten 2017

LINKÖPING

Vattengymnastik i bassängen Health Care,
Torkelbergsgatan 4, vid Ekoxen.

- Måndagar kl 19:15
- Startdatum 28 augusti (15 ggr)
- Ledare från Health Care
- Info Mia Arvidsson 070-348 12 59
- Anmälan Sensus 013-24 67 05
- Pris 500 kronor/termin

Vattengymnastik i Von Dufvas bassäng
kombination med samtalsträffar kring temat
"Att må bra".

- Onsdagar kl. 10:00
- Startdatum 30 augusti (15 ggr)
- Ledare från Von Dufvas
- Info/anm. Britta Hagren 013-15 47 04 eller 073-157 24 59
- Samtalsträffar bestäms i anslutning till badet vid terminsstart
- Pris 680 kronor/termin

Medicinsk yoga och Yin yoga, Lilla Yogastudion,
Vasaväg. 13 (ingång från Birgittagatan) 2 grupper,
ange vilken;

- Tisdagar **gr.1** 16:00-17:15 / **gr.2** 17:45-19:00
- Startdatum 29 augusti (14 ggr)
- Ledare Jenny Pettersson och Lilianne Ferraud info 070-277 41 96 / 010-103 26 47
- Anmälan till Sensus 013-24 67 05
- Pris 600 kronor/termin

NORRKÖPING

Yoga på Blunda Yoga, Vattenverksvägen 2,
Himmelstalund Södra

- Måndagar kl 17:30
- Börjar 28 augusti (15 ggr)
- Ledare Petra Sahlin
- Anmälan och information Blunda Yoga, Petra Sahlin 076-849 37 37
- Kostnad 850 kronor/termin

MOTALA

Vattengymnastik i sjukhusets simhall

- Måndagar kl. 19:30
- Startdatum 28 augusti (15 ggr)
- Anmälan och information ring Britt Thorén 0141-505 01/076-800 77 83
- Pris 450 kronor/termin

Promenad i Råsnäsområdet

- Tisdagar kl.14:00 (utom 1:a i varje månad då det är caféträff)
- Startdatum 12 september
- För mer info ring Kerstin Rosing 0141-21 80 20

Yogamix K-ringen, Ringgatan 6

- Onsdagar 09:15-11:15
- Startdatum 23 augusti (8 ggr)
- Ledare Lisbeth Ricardsson
- Anmälan och information ring Lisbet Rickardsson 070-624 72 63 eller E-post lisbeth@evolutionara.se
- Pris 500 kronor/termin
- Medtag yogamatta/vtn-flaska/sköna kläder



NORRKÖPING

Vattengymnastik i Vrinnevisjukhusets
simbassäng

- Torsdagar kl 18:00 och 18:45 (två pass)
- Startdatum 31 augusti (14 ggr)
- Anmälan / info ring Ingrid Kristensson 070-423 28 05, övriga ledare Susanne Geiborg och Ann Gullberg
- Pris 550 kronor/termin

Fler trevliga aktiviteter som händer i höst/vinter 2017

- 35-års jubileum, Må Bra dag i Norrköping 28 oktober
- Hud och hårvård i Linköping 28 september
- Oktoberkampanj 2017
- Dag för unga Moa-Linor i oktober eller november
- Julfest i Linköping



Trevlig Höst!

önskar Styrelsen Moa-Lina