

Information Månadsträffen den 8 april 2024



Kommande aktiviteter

Anmäl dig på talongen nedan.

Annars till ansvarig för aktiviteten

helst via sms eller mail orebro.city@pro.se

- Tipspromenad.** Ny aktivitet för både knopp och kropp. Tisdag 9/4, kl 10.00 – 11.00, samling vid busskuren i Sveaparken. 12 frågor är uppsatta runt om i Sveaparken. Det blir ytterligare 2 tipspromenader under våren. Den som har flest rätta svar, alla tre tillfällena hopräknade, koras som vårens tipspromenadvinnare. Ledare: Agneta Björck
- Boule**, startar torsdag 18/4, kl 10.00 (om vädret tillåter) i Sveaparken. Ingen anmälan, bara kom. Kontaktperson: Kicki Ljung
- Lunchgruppen**, torsdag 18/4, kl 13.00, äter vi från det armenska köket. Restaurang Yerevan Mangal, Järntorgsg 6. Kontaktperson: Kicki Ljung
- Modevisning hos Lindgrens & Blu di blu**, torsdag 18/4, kl 18.30. Begränsat antal platser så anmälan krävs. Ansvarig Inga-Britt Meyer *Mer info på baksidan*
- Naturpromenad** fredag 19/4, 11.00. Samling vid Parkeringen vid Naturens Hus. Ta med egen matsäck. Ansvarig Erna Thunberg
- Bio Roxy**, onsdag 1/5, kl 14.00. Biljettpris 85 kr. Anmälan. Kontaktperson: Marie Bergstrand. *Mer info på baksidan.*
- Information om Framtidsfullmakt**, tisdag 23/4, kl 14.00, Lokal: Föreningarnas Hus, Slottsgatan 13A. Kostnad 50 kr. Anmälan. Ansvarig: Kicki Ljung. *Mer info på baksidan*
- Skogsgympa** vid Karlslunds motionscentral, torsdag 25/4 kl 14.00. Ledare: Birgitta Wallbom
- Föreläsning ”Ett hälsosamt åldrande”**, torsdag 25/4, kl 14.00, Lokal: Träffpunkt Södermalm. Anmälan. Ansvarig: Kerstin Tysell. *Mer info på baksidan*
- Gåfotbollen** startar torsdag 25/4, kl 14.00. Plats: Grusplan söder om Södermalmshemmet. Ledare Agneta Björck
- After Work**, La Brasserie, Drottninggatan 21, fredag 26/4, kl 16.00. Kontaktperson: Agneta Björck
- Försäljning avlagda damkåder mm:** lördag 27/4, kl 13.00-15.00. Lokal: Träffpunkt Södermalm. *Mer info på baksidan*
- Lunchgruppen**, torsdag 2/5, kl 13.00, äter vi husmanskost på Restaurang Heat, Klostergatan 23. Kontaktperson: Kicki Ljung
- Tillaga mellanmål**, tisdag 7 maj, kl 13.30 – 16.30. Erik Hellmén från föreläsningen Ett hälsosamt åldrande ställer sig i köket tillsammans med oss och lagar mellanmål. Kostnad 150 kr. Anmälan. Kontaktperson: Kerstin Tysell *Mer info på baksidan*

Vänd!

- Månadsmöte måndag 13 maj**, kl 14.00. Ornitolog Ronnie Lindqvist, berättar om vad vi kan möta för fåglar i vår närmaste omgivning. Fika, lotteri, PRO info.
- Boccia TRÄNING**. Vi börjar träna Boccia i Sveaparken måndag 15 april, kl 10.00 om vädret tillåter. Ingen anmälan
- Boccia TÄVLING**. City tävlar mot andra PRO-föreningar inom Örebro kommun. Seriespelet omfattar 3 ggr på vår (15/5, 22/9, 29/5) och 3 ggr på hösten 7/8, 14/8 21/8). Anmäl dig senast 13 april om du vill vara med och tävla. Vi måste veta hur många lag vi ska anmäla från City. Anmälan till Arne Jacobsson senast 13 april.

Modevisning hos Lindgrens & Blu di blu, torsdag 18/4, kl 18.30. Ett brett sortiment i olika stilar. Lindgrens & Blu di blu har ett erbjudande på hela sortimentet vid köp under kvällen, utlottning av priser, en gåva till alla deltagare samt bjuder på dryck och plock. Anmälan senast 16 april till orebro.city@pro.se eller Inga-Britt Meyer 070-651 43 93. Anmälan är bindande.

Bio Roxy: Onsdag 1/5, kl 14.00. Filmen som visas är "Sådan far sådan son". Handlingen utspelar sig i Tokyo. En familj med en 6 årig son får besked att sonen förväxlats på BB och att deras biologiska barn bor med en annan familj. Sjukhuset råder familjerna att byta barn. Kvalfyllt följer de rådet. Men hur byter man någon som man uppfostrat som sitt eget barn? Anmäl dig till Marie Bergstrand på sms 070-714 22 88 och betala senast 24/4 för att försäkra dej om en biljett.

Information om Framtidsfullmakt, torsdag 23/4, kl 14.00, Lokal: Föreningarnas Hus, Slottsgatan 13A. Anmälan. Kostnad 50 kr .Ansvarig: Kicki Ljung.

Föreläsning "Ett hälsosamt åldrande", torsdag 25/4, kl 14.00. Tina Modin och Erik Hellmén från RF-SISU Örebro län pratar om vilken betydelse maten och den fysiska aktiviteten har för vår hälsa. Vi får tips om vad vi kan tänka lite extra på. Lokal: Träffpunkt Södermalm. Ingen kostnad. Anmälan senast 20/4. Ansvarig: Kerstin Tysell 070-517 00 74

Försäljning avlagda damkläder mm: Lördag 27/4 mellan kl 13.00-15.00. Är du intresserad av att köpa damkläder, skor, accessoarer, väskor, smycken som andra har rensat ur sin garderob, kom då och fynda! Du kan även passa på att bli av med "garderobsvärmare" och sälja dem till andra som kan vara intresserade. Kontakta Kerstin Gunnarson, tel 070-217 56 92 eller mail kerstingunnarsson1940@gmail.com senast 20 april för att boka bord. Ta med klädställning om du behöver en sådan. Prismärk alla varor. Gör en skylt med ditt telefonnummer då många betalar med Swish.

Tillaga mellanmål, tisdag 7/5, kl 13.30 – 16.30. Erik Hellmén från föreläsningen Ett hälsosamt åldrande ställer sig i köket tillsammans med oss och lagar mellanmål. Eftermiddagen avslutas med en gemensam måltid. Deltagarna får en folder med hälsosamma recept. Kostnad för lokal och ingredienser 150 kronor. Anmälan senast 25/4. Kontaktperson: Kerstin Tysell 070-517 00 74

Lunchgruppen alla dagar kl 13.00

18/4	Yerevan Mangal, Armenisk restaurang	Järntorgsgatan 6
2/5	Heat, husmanskost	Klostergatan 23
16/5	Wongs, Kinesisk restaurang	Olaigatan 19
30/5	Södra Vattentornet	Gustavsviksvägen 7
13/6	Fresh Food, vegetarisk	Slottsgatan 6