

## Välkommen till vårens program 2023 Neuro Örebro och Norra länsdelen



### **Måndag 23 januari kl. 15.00-16.00**

Startar den specialanpassade Yogan och som sedan fortsätter 10 gånger.

Lokal: Hälsobro Manillagatan 10 Örebro

Kostnad: 400:- 10 ggr, prova på kostar 50:-

Anmälan: 070-533 77 25

### **Tisdag 31 januari kl. 14.00-15.30**

”Mitt 50-tal”

Fem träffar där vi samtalar om ett av åren samt umgås kring kaffekoppen.

Lokal: Karlslunds motionscentral, Gäddestavägen 3

### **Tisdag 14 februari kl. 14.00-15.30**

Alla hjärtans dag och ”Mitt 50-tal”

Förtäring

Lokal: Karlslunds motionscentral, Gäddestavägen 3

**Onsdag den 22 februari 17.30-19.00**

Ingvar Öhrn berättar om Ortsnamn i Närke. En språkresa ifrån tidig medeltid och tills nu.

Lokal: Karlslunds motionscentral, Gäddestavägen 3

**Tisdag 28 februari kl. 14.00-15.30**

”Mitt 50-tal, vi fortsätter att minnas!

Förtäring

Lokal: Karlslunds motionscentral, Gäddestavägen 3

**Tisdag 14 mars kl. 14.00-15.30**

Fortsättning på 50-talet.

Förtäring

Lokal: Karlslunds motionscentral, Gäddestavägen 3

**Onsdag 22 mars kl. 17.30-19.00**

**Årsmöte!!**

Därefter får vi höra Christian Lanefjord berättar under rubriken **”Livet får inte stanna upp för en Neurologisk sjukdom”**.

Christian har under förra året, trots sin MS sjukdom, bla sprungit New York Maraton och dessutom samlat in 56 000: - till Ms-fonden.

Lokal: Karlslunds motionscentral, Gäddestavägen 3

**Tisdag 28 mars kl.14.00-15.30**

Vi minns ännu ett år från 50-talet. Därefter återkommer cirkeln om 50-talet till hösten.

Förtäring

Lokal: Karlslunds motionscentral, Gäddestavägen 3

**Långfredag 7 april kl. 13.00-15.00**

Påsklunch,

Kostnad: medlem 50: -, ej medlem 75: -, **OBS!! Bindande**

Anmälan senast 31 mars till tel: 070-533 77 25

Lokal: Karlslunds motionscentral, Gäddestavägen 3

**Onsdag 19 april kl. 17.30-19.00**

Musikunderhållning med Ukelelegänget

Lokal: Karlslunds motionscentral, Gäddestavägen 3

### **Torsdag 27 april kl. 14.00-15.30**

Vi lär lite om Engelbrekt

Lokal: Karlslunds motionscentral, Gäddestavägen 3

### **Torsdag 4 maj kl.14.00-15.30**

Vi träffas och trivs

**OBS!! Om man börjat ombyggnaden av köket i Karlslund måste vi söka ny lokal. Läs under Föreningsnytt i NA eller på hemsidan, [www.neuro.se/orebro/](http://www.neuro.se/orebro/) eller ring: 070-533 77 25 för information.**

Lokal: Karlslunds motionscentral, Gäddestavägen 3

### **Onsdag 24 maj kl. 16.00-20.00**

#### ***Lindedagen***

Vi finns där och informerar om Neuro Örebroföreningen.

Plats: Utställningsområdet vid Lindesjön

### **Torsdag 8 juni kl. 10.00-ca. 16.00**

Sommarens dagresa.

Vi startar från Haga centrum kl. 10.00 och reser mot Arboga till Kungsör där vi stannar och bla besöker "Miniature Kingdom".

Lunch äter vi någonstans där det passar.

Färden går vidare utmed Hjälmarens och till Lithells i Sköllersta med möjlighet att handla korv. Därefter åter Örebro.

Anmälan om deltagande senast 26 maj till tel: 070-533 77 25

Pris: 150:- inkl. allt

#### [Miniature Kingdom – Sverige i miniatyr](#)

Anläggningen är idag ca **200m<sup>2</sup>** stor och innehåller delar av Sverige från Abisko ner till Kungsör. Tåg, lastbilar och bussar rullar genom ett miniatyr Sverige. På färden passerar dom igenom Norrland, Stockholm, Västerås och Örebro.

Vi har byggt delar av Sverige ända från Lappland ner till Västmanland och Stockholm. I december 2022 blev Arboga klart. Från mitten av februari 2023 så är Örebro på plats. Södra Sverige kommer att bestå av ytterligare ca 150m<sup>2</sup> för att rymma delar från Norrköping till Malmö.

### **Kungariket Kungsör**

Namnet Miniature Kingdom anknyter till Kungariket Kungsör. Gustav Vasa köpte år 1538 sig en gård och sedan dess har många svenska kungligheter haft Kungsör som rekreativort.

## **Valjeviken lördag 5 augusti -10 augusti**

Program: Aktiviteter ute och inne. Rehabmöjligheter bad i havet och i inomhusbassänger.

Avresa från Örebro Haga centrum kl. 8.00 och åter torsdag ca. kl. 20.00.

Mer information om resan ges vid anmälan som är bindande.

Pris: 2 000: -

Anmälan senast 16 juni till Birgitta Lindahl tel: 070-533 77 25

## **INFORMATION**

### **Bassängträning**

Lördagar kl. 8.30-9.30, startar så snart vi funnit ledare. Känner du någon ring Birgitta Lindahl tel: 070-533 77 25.

### **Hälsobro -"mer än ett gym".**

Passar alla men särskilt bra för den som har någon funktionsnedsättning. Erbjuder rygg och balansträning, Feldenkraise mm. Tillgång till fullgod träningsutrusning, kom och prova på.

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.

Portokostnaden gör att manuella utskick är kostsamma för förening. Har du en e-postadress eller har ändrat meddela Kansliet [orebro-lan@neuro.se](mailto:orebro-lan@neuro.se) eller tel: 070-619 57 05.