



Möt hösten med aktiviteter varje månad

Träden dignar av frukter nu och kvällarna börjar bli mörkare. Det dröjer inte länge innan sensommarens milda värme sakta glider över i höst. En del av oss saknar sommarens ljus, andra längtar efter att få mysas i soffan i höstmörkret.

På Ålands hörsselförening står vi redo med ett späckat program inför hösten. Vi startar i september med två aktiviteter:

BOULE MED KORVGRILLNING

Måndag den 7 september kl. 18.00. Vi samlas på trottoaren utanför Sveriges generalkonsulat, Norragatan 44 i Mariehamn. Om du inte själv spelar boule, kom med och hej! Föreningen bjuder på grillad korv. Dryck och eventuell övrig förtäring tar du med själv. Anmäl dig till Handicampen, tel. 527360, **senast torsdagen den 3 september kl. 14.00.**

VATTENGYMNASTIK

I år drar vi igång vattengymnastik, som arrangeras tillsammans med Föreningen Vårt hjärta. Det blir konditionsträning efter var och ens egen förmåga i skön bassäng. Vattengympan äger rum under två terminer **17.9-17.12 2009 och 14.1-6.5 2010**. Tid och plats är **torsdagar kl. 16.30-17.30** i Folkhälsans allaktivitetshus, Skeppargatan 11 i Mariehamn. Fysioterapeut Gun-Lis Andersson leder gympan. Deltagaravgiften är 60 euro per person och termin. Vi har ett begränsat antal platser och därför ber vi dig att anmäla ditt deltagande till Handicampen, tel. 527360, **senast fredagen den 4 september kl. 14.00.**

Oktober: Föreläsning om tinnitus måndagen den **12 oktober**.

November: Höstmöte på Alandica Kultur & Kongress i Mariehamn tisdagen den **10 november**.

December: Shoppingresa till Uppsala lördagen den **5 december**.

Mer detaljerad information om de här aktiviteterna kommer senare i höst.

Föreningen planerar också att starta en datakurs, en parkurs och eventuellt en tinnitusgrupp.

Hjärtligt välkomna till en trevlig höst i Ålands hörsselförening!