

Promenad & picknick

- för oss som är *mitt i livet*

Reumatiker
förbundet

Vill du träffa andra reumatiker som kombinerar arbete, familjeliv och ett aktivt vardagsliv?

Då är du varmt välkommen till **Reumatikerföreningen Östra Sörmlands** mitt i livet träff.

När vi säger "mitt i livet" menar vi inte en exakt ålder – utan ett liv där mycket händer. **Alla åldrar är välkomna!**

När: Torsdag 25 juni

Tid: 17:30

Var: Nyköpings hamn, Kungshagsvägen 2 (utanför Minigolfbanan)

Vi börjar med en **promenad runt Brandholmen** (ca 30-45 minuter). I ett tempo som passar gruppen. Promenaden kan göras **med eller utan stavar** (ta med egna vid behov).

Efteråt slår vi oss ner för en gemensam **picknick**. Ta med egen mat och dryck samt gärna en filt.

Vid regn: Ingen promenad - istället ses vi på **Alliansen 43** (Repslagaregatan 43 A Nyköping) och äter picknick inomhus.

Under träffen vill vi samla in idéer och förslag på framtida aktiviteter med fokus på oss som är mitt i livet – till exempel rörelse, gemenskap, återhämtning och inspiration.

Föranmälan:

Vi vill gärna ha din anmälan senast **den 24 juni**.

Varmt välkommen!

Angelica och Kristina

Reumatikerföreningen Östra Sörmland

Anmäl dig till:

Anmäl dig via e-post.

ostrasormland@reumatiker.se

För mer info besök gärna vår hemsida
www.os.reumatiker.se