

Nyhetsbrevet 8 oktober 2024

NU BLIR DET INNEGYMPA!

Äntligen!

Nu har SPF Bromma fått tag i en lokal för gympan under hösten. From och med torsdagen den 10 oktober ses vi i Åkeshovshallen 10.00-10.45. Vi håller på varje torsdag ända fram till mitten av december. Och om det finns intresse blir det en fortsättning under vårterminen 2025.

Vi ses kl. 9.45 utanför receptionen i Åkeshovshallen. Elba visar ned oss till gympalokalen. Vi har tillgång till omklädningsrummen 3 och 4. **Glöm inte inneskor!**

Gympaledare: Elba Pineda Gustavsson, tel,070-734 62 01

FÖRELÄSNING

Vår första föreläsning i höst hade lockat många medlemmar som lyssnade till Aud Sjökvist.

Nu påminner vi om nästa föreläsning som äger rum måndagen den 21 oktober kl 14 i Abrahamsbergskyrkan. Då kommer Krister Håkansson, medicine doktor och universitetslektor i psykologi, och föreläser om hur man stärker sin hjärnhälsa och motverkar minnesproblem. Du hittar en utförligare presentation av innehållet i föreläsningen i senaste numret av vår medlemstidning.

Anmäl dig till lena.hedquist@gmail.com eller 073-759 40 82

Uppge ditt mobilnummer i händelse av ändring!

UTFLYKTER

Utflykten till Sigtunastiftelsen blev tydligen en stor attraktion då över 40 medlemmar anmält intresse vilket verkligen är roligt att se och idag är just 40 medlemmar på väg till Sigtuna.

Busstrundturen i Bromma den 23 oktober på eftermiddagen har också fått många anmälningar och ska vara betald senast den 13 oktober. Glöm inte det!