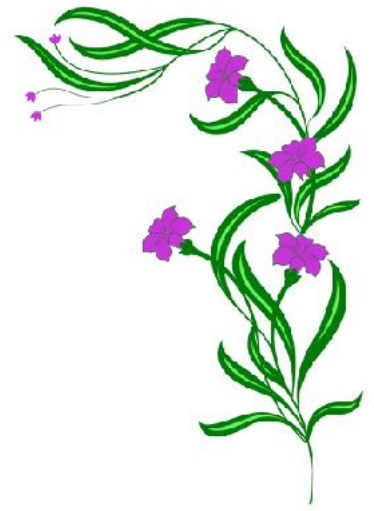


Välkommen till
MåBra-verksamheten
Hösten 2023



Tisdagar i Stuvstakyrkan
Mellanskogsvägen 1
Rörelse, gemenskap & inspiration
Öppet för alla



Terminsstart tisdag 5 september, därefter **varje tisdag** med julavslutning 12 december.

MåBra-verksamheten finns till för alla oavsett fysisk status och förenings-tillhörighet.

11.00 en timmes promenad i olika grupper

12.00 lätt gymnastik eller styrketräning med gummiband

12.15 nyttig och grön soppa med smörgåsar, kaffe och kaka. Priset är 60 kr kontant.

13.00 jämna veckor ett program enligt nedan. Udda veckor kan det bli något spontant insatt program.

10.40 du som önskar är välkommen till en liten stund av eftertanke och ljusständning i kyrksalen med någon av kyrkans pastorer.

Tisdag 19 september

Vad är Grön Starr?

Britt Marie Leijonhufvud informerar.

Tisdag 3 oktober

Hur har Stuvsta centrum utvecklats under åren?

Gunnel Jakobsen berättar.

Tisdag 17 oktober

Bibels bilder - hur ser de ut och vad ser vi?

Samtal utifrån bildutställning från Barnens Bästa Bibel.

Tisdag 31 oktober

Öppen Scen - MåBra's "speakers corner", alla kan bidra.

Ett antal medlemmar berättar.

Tisdag 14 november

Fredrika Bremer-förbundets vision är jämställdhet i hem, yrkesliv och samhälle.

Vi får information om hur det går till.

Tisdag 28 november

Frågestund

Helena Nordahl läkare från Vårdcentralen svarar på våra frågor.

Vilken service finns det på ett bibliotek?

Lena Sjöholm från Huddinge bibliotek informerar.

Tisdag 12 december

Julavslutning

Förskolan medverkar med sång och luciatåg.



MåBra arbetsgrupp 2023

PRO	Kerstin Bretton & Lill Danielsen
RPG	Berit Eriksson, Elvie Isaksson & Mari-Anne Eriksson
SPF	Anita Janeklev, Ingegerd Andrésen & Märtha Axman

MåBra är ett samarbete mellan pensionärsorganisationerna:

PRO



SRF
SENIORERNA

samt studieförbunden:



och Stuvstakyrkan.

MåBra-verksamheten startades 2005 av Inger Hällgren.

Kontakter:

Berit Eriksson 070-404 85 45

Kyrkans expedition 08-774 13 34

