

Coronapandemin fortsätter. Alla deltagare ingår i riskgrupp för Covid 19.  
Iakttag därför största försiktighet. Håll avstånd och tvätta händerna ofta.  
Vi vill att samtliga deltagare ska ha största möjliga vaccindos för att undvika smitta.  
Om du känner dig krasslig, eller nyligen har träffat "riskpersoner" ska du stanna hemma.

## Aktiviteter i **Upplands Väsby HÖSTEN 2023**

### **HANTVERKSGRUPPEN**

Gruppen är öppen för alla medlemmar. Träffas varje tisdag kl 13.00 i FRV:s lokal på Drabantgatan 41 A. Det tredje blå huset söder om Väsby centrum. Gruppen fikar, stickar, virkar och tillverkar saker till föreningens julmarknad som äger rum söndag 3 december.

#### **Tisdagar kl. 13.00:**

14/11

10 gånger = 26/9, 3/10, 10/10, 17/10, 24/10, 31/10, 7/11, ~~4/11~~, 21/11 och 28/11.

### **CAFÉTRÄFFAR** OBS! Deltagaravgift 30 kr/gång/medlem

Om vädret tillåter håller vi till utomhus vid grillplatsen i Blå parken söder om Väsby centrum. Vid dåligt väder flyttar vi inomhus till Hantverksgruppens lokal (se ovan). Caféträffarna är öppna för alla medlemmar. För att kunna anpassa mängden förtäring vill vi att de som deltar anmäler sig senast fredagen före träffdatum till 070-612 59 66, eller 070-212 72 09.

#### **Onsdagar kl. 13.00:** 2 gånger = 18/10 och 15/11.

### **JULMARKNAD SÖNDAG 3 DECEMBER KL 11-15**

Föreningen arrangerar julmarknad i FRV-lokalen = Hantverksgruppens lokal (se ovan)

\*\*\*\*\*

## Aktiviteter i **Märsta HÖSTEN 2023**

### **MOTIONSGRUPP SITTYMPA**

Lokal: Spegelsalen, Stockholmsvägen 25, Märsta. Deltagaravgift 200 kr/person/hösten.  
Anmälan till motionsledaren Kerstin Lidman, 070-447 36 85.

#### **Fredagar kl 9-11:** 16 gånger med start 1/9. Sista = 15/12.

Riksförbundet HjärtLung Sigtuna-Upplands Väsby, c/o Tommy Eriksson, Blå gatan 30,  
lgh 1701, 194 33 Upplands Väsby, mobil 070-612 59 66, mejl [toer2019@gmail.com](mailto:toer2019@gmail.com)