



BRÖSTCANCERFÖRENINGEN MOA-LINA ÖSTERGÖTLAND

Medlemsblad från Bröstcancerföreningen Moa-Lina Östergötland Hösten 2025

Information från styrelsen



Hej alla medlemmar!

Snart börjar en ny termin med caféträffar och friskvårdsaktiviteter.

Finns det önskemål om fler träffar och aktiviteter kontakta ostergotland@brostcancerforbundet.se.

OBS! Nytt för i höst är att du antingen anmäler dig digitalt direkt till aktivitetens utförare eller via länk till studieförbundet Sensus, **det är viktigt att läsa och anmäla sig till rätt ställe.**

När du anmäler direkt till utföraren ska du skriva: aktivitet, ditt Namn, personnummer, mobilnummer, E-postadress, vilken dag och tid du anmäler dig till och Moa-Lina.

Nytt för i höst är också att man i Norrköping kan välja att gå på caféträff antingen dagtid eller kväll, eller båda!

Vi kommer att fortsätta med vår digitala yoga och nytt är att vi har två ledare: Lilianne Ferraud och Elin Wihlborg. Elg delar på höstens yogapass.

Om det på någon aktivitet blir färre anmälningar än 10 deltagare ställs aktiviteten in.

Ytterligare aktiviteter planeras och informeras om framöver. Vi återkommer med information när det är klart så håll koll på vår hemsida och Facebook.

Väl mött i höst önskar Styrelsen!

Caféträffar hösten 2025

Linköping

Inga caféträffar är planerade för hösten, men vid behov av kontakt och lust att umgås finns såklart möjligheten.

Kontakt: Kersti Haraldsson 070-842 53 12



Finspång

Inga caféträffar är planerade för hösten, men vid behov av kontakt och lust att umgås finns såklart möjligheten.

Kontakt: Anette Asklöf 070-265 50 25

Norrköping

Vart: Brödernas Café, Sankt Persgatan 101

När: första onsdagen i månaden kl. 18:00

Start: onsdag 6 augusti

Kontakt: Charlotte "Lotta" Nydahl 073-324 98 28

Norrköping

Vart: Café Vetekornet, Sankt Persgatan 113

När: tredje onsdagen varje månad kl. 14:00

Start: 17 september

Kontakt: Marianne "Maja" Lönnqvist 070-364 90 79

Motala

Promenad kombinerat med fika Varamon /Furulid

När: tisdagar kl. 14.00

Vill du inte promenera med oss så ses vi på en fika klockan 15:00

Kontakt: Kerstin Rosing 073-061 84 14

Friskvårdsaktiviteter hösten 2025

LINKÖPING

Vattengymnastik i bassängen Health Care,
Torkelbergsgatan 4, vid Ekoxen

När: tisdagar kl.11:30–12:15 eller 18:00–18:45

Start: 26 augusti

Antal ggr: 15 ggr.

Anmälan: Till Sensus **senast 15 augusti**

DAGPASS 11:30 via [Länk till Sensus>>](#)

KVÄLLSPASS 18:00 via [Länk till Sensus>>](#)

Pris: 900,00 kr.

Kontakt: Mia Arvidsson 070-348 12 59



NORRKÖPING

Vattengymnastik, Kiropraktorhuset

När: måndagar 12:15–13:00

Start: 25 augusti

Antal ggr: 16 ggr.

Anmälan till: Info@badcenter.nu **senast 18/8**

Pris: 900,00 kr.

Kontakt: Susanne Nylander 073-069 69 54

MOTALA

Vattengymnastik i sjukhusets bassäng

När: måndagar: kl.19:45 – 20:45

Start: 1 september

Antal ggr: 15 ggr.

Anmälan till: motala@korpen.se

senast 25 augusti skriv "Moa-vatten"

Pris: 900,00 kr.

Kontakt: Korpen 0141-215911/motala@korpen.se

Digital –medicinsk och mjuk hatha yoga

Plats: via zoom

Start: 9 september

När: tisdagar: 17:30-18:45

Antal ggr: 12 ggr.

Anmälan: via [länk från Sensus>>](#) **anmälan senast 1 september**

Pris: 600,00 kr för medlemmar och 800,00 kr för stödmedlemmar

Kontakt: Lilianne Ferraud 070-277 41 96

MOTALA

Easylineträning i Korpens lokaler

Östermalmsgatan 13

När: onsdagar kl. 10:30

Start: 3 september

Antal gånger: 15

Pris: 600,00 kr.

Anmälan till: motala@korpen.se **senast 25 augusti skriv "Moa-easyline"**

Kontakt: Korpen 0141-21 59 11 /motala@korpen.se

***För alla friskvårdsaktiviteter gäller att minst 10 personer vill delta
för att vi ska genomföra aktiviteten***