



BRÖSTCANCERFÖRENINGEN MOA-LINA ÖSTERGÖTLAND

Medlemsblad från Bröstcancerföreningen Moa-Lina Östergötland våren 2026

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! 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.

Vi kommer att fortsätta med vår digitala yoga med två ledare: Lilianne Ferraud och Elin Wihlborg Elg som delar på vårens yogapass.

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 vår önskar Styrelsen!

Caféträffar våren 2026

Norrköping

Vart: Brödernas Café, Sankt Persgatan 101

När: första onsdagen i månaden kl. 17:30

Start: onsdag 14 januari

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

Linköping

Inga caféträffar är planerade för våren, men vid behov av kontakt och lust att umgås finns så klart möjligheten.

Kontakt: Kersti Haraldsson 070-842 53 12



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

Finspång

Inga caféträffar är planerade för våren, men vid behov av kontakt och lust att umgås finns så klart möjligheten.

Kontakt: Anette Asklöf 070-265 50 25

Friskvårdsaktiviteter våren 2026

LINKÖPING

Vattengymnastik i bassängen Health Care,
Torkelbergsgatan 148, vid Ekoxen

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

Start: 13 januari

Antal ggr: 15 ggr.

Anmälan: Till Sensus senast 12 januari

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



Digital –medicinsk och mjuk hatha yoga

Plats: på distans via zoom

Start: 20 januari

När: tisdagar: 17:30-18:45

Antal ggr: 12 ggr.

Anmälan: via [länk till Sensus>>](#) senast

18 januari

Pris: 600,00 kr för medlemmar

Kontakt: Lilianne Ferraud 070-277 41 96

NORRKÖPING

Vattengymnastik, Kiropraktorhuset

När: måndagar 12:15–13:00

Start: 12 januari

Antal ggr: 16 ggr.

Anmälan till: Info@badcenter.nu senast
9 januari

Pris: 900,00 kr.

Kontakt: Susanne Nylander 073-069 69 54

MOTALA

Vattengymnastik i sjukhusets bassäng

När: måndagar: kl.19:45 – 20:45

Start: 12 januari

Antal ggr: 15 ggr.

Anmälan till: motala@korpen.se
senast 9 januari skriv "Moa-vatten"

Pris: 900,00 kr.

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

MOTALA

Easylineträning i Korpens lokaler

Östermalmsgatan 13

När: onsdagar kl. 10:30

Start: 14 januari

Antal gånger: 15

Pris: 600,00 kr.

Anmälan till: motala@korpen.se senast 12 januari
skriv "Moa-easyline"

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

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