

Medlemsbrev – 17.10.2021

Detta meddelande går ut till alla medlemmar med e-post i Åbo svenska Marthaförening.

Hej Åbomartha!

Vad vet du om bilar? Kom med och snacka bilar med Dan Kronqvist, tidigare bil- och teknikjournalist på Hbl. Vad ska vi tänka på inför att skaffa/byta bil? Hur ska vi navigera i bilköpardjungeln mellan el, gas, diesel, bensin, hybrid..? Vad betyder allt det här i praktiken? Bilkvällen ordnas torsdag 28.10, kl. 18-20 i Gallerisalen, Gillesgården, Auragatan 1 G. Alla välkomna, också icke-marthor, och förstås också män. Ingen anmälan krävs. Fritt inträde! Välkommen med!

Marthornas spelgång träffas nästa gång virtuellt 4.11, kl. 19 (via boardgamearena.com) och live på Marthakansliet mån 22.11, kl. 18. Vad som spelas bestäms inom gruppen, inga förhandskunskaper krävs. Du som ännu inte är med i WhatsApp-gruppen, hör av dig på förhand till Hanna Åkerfelt på hakerfelt@hotmail.com så får du mera instruktioner. Välkommen med!

Tors 11.11, kl. 18.00- ca 21: Balans och livsglädje i vardagen - Må bra-kväll med Daphne Jensen. Vi laddar krafter och hoppfullhet genom att testa olika verktyg som minskar stressen och ökar återhämtningen i vardagen. Daphne jobbar som inspiratör och coach för ökat välmående genom klokt ledarskap och självledarskap. Hon är också yogainstruktör och mental tränare. Programmet innehåller också ett lätt yogapass. Ta med din egen yogamatta (finns några mattor att låna), en filt och en dyna, samt bekväma kläder. Man deltar på den nivå man vill och kan, ta ingen stress för det. Pris 15 euro/pers. 15 först anmälda ryms med. Anmäl dig snarast men senast 8.11 till Marita Mannfolk på e-post: [mannfo@gmail.com](mailto:mannfo@gmail.com). Välkommen med! Må bra-kvällen hålls på Loftet på Gillesgården. (Auragatan 1G, ta hissen så högt upp du kommer).

Gruppen för daglediga marthor återaktiverar sig efter Coronan och träffas nästa gång fredag 19.11, kl. 12.30. Platsen har ännu inte slagits fast men det blir gemensam lunch, trevlig samvaro och planering för framtida träffar. Vill du delta? Hör av dig till Vonne Paananen på tel. 050 3511 997 eller [vonne.paananen@gmail.com](mailto:vonne.paananen@gmail.com). Välkommen med!

Marthapromenaderna fortsätter tors. 18.11 och tis. 14.12. Vi träffas kl. 17.30 vid Domkyrkan och promenerar ca 1-1,5 timmar. Bara att dyka upp men gå gärna med i promenadgängets WhatsApp-grupp genom att messa Gun Ljungman på tel. 040 836 1376.

OBS! Klockslaget för Stickcaféet byter. Framöver träffas vi kl. 18-20, fortsättningsvis på Marthakansliet. Nästa gång blir det: 21.10, 3.11, 23.11 och 9.12. Det är bara att dyka upp, med eller utan handarbete! Det bjuds på kaffe. Stickcaféet är samtidigt tillgängligt virtuellt, om du inte har möjlighet att delta på plats, kan du alltså delta via Zoom. Använd då länken <https://us02web.zoom.us/j/89095199259?pwd=MmhRMEo4K3R2NnRjd3JQTENMYm50Zz09>. (om Zoom frågar efter lösenord är det 902002). Gå gärna med i Stickcaféets WhatsApp-grupp genom att messa Anki Sipilä på tel. 045 354 1000. Zoom-länken och tiderna finns också på <https://aboland.martha.fi/abo/stickcafe/>

Tors. 16.12, kl. 18.00 blir det Marthornas julglögg och terminsavslutning på Aboa Vetus-museets café, som numera heter Café Pegasus. Mera detaljer kommer senare.

Reservera redan nu ons. 19.1.2022, kl. 18.00, då kör vi igång nästa Marthasäsong med gemensamt restaurangbesök.

Till slut ännu ett upprop: Vill du sticka eller sy för välgörenhet? Delta i ÅUCS sytomysyskampanja. Cancerkliniken vid ÅUCS behöver yllesockor och trikåmössor - alla storlekar mottages (också för

barn)! Vår Anki har lovat leverera det vi stickar eller syr till ÅUCS. Du kan hämta dina alster till Stickcaféet i Marthakansliet (kolla mera info om tider tidigare i detta mejl) eller fråga snällt på Luckan om de kan ta emot och föra till Marthakansliet, om du inte har passligt att komma till Stickcaféet. Behöver du mönster för att sy en trikåmössa, kan du t.ex. kolla här (på finska): <https://kasityokekkerit.fi/2015/04/ohje-pipon-ompeluun/>. Notera att man både vill ha färggranna, mönstrade och enfärgade också svarta eller gråa. Alla med! Sprid gärna infon, också till icke-marthor.

Ha det riktigt bra nu och kom ihåg att använda reflex! Hoppas vi ses snart!

Hälsar,  
Mia H och övriga styrelsen

\*\*\*

Mia Henriksson

Ordförande i Åbo sv. Marthaförening

tel. 040 577 1713, e-post: [abomarthaforening@gmail.com](mailto:abomarthaforening@gmail.com)