

MEDLEMSNYTT 11.11.2020

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

Hej Åbomartha!

Hoppas du mår bra! Tiden går snabbt nu, småningom börjar året gå mot sitt slut men vi hinner med en del marthaverksamhet ännu, kom med!

Stickcaféet samlas ännu ons 18.11 i Marthakansliet, Gillesgården, Auragatan 1G, kl. 17-19. Alla välkomna, ingen anmälan, inga krav! Munskydd finns att få.

Den virtuella föreläsningen "Marthas matkorg" ges för Åbomarthona ons 18.11 kl. 18-19. Kursledare är Elisabeth Eriksson från Marthaförbundet. Aurakretsen bjuder på föreläsningen, så det är gratis att delta, alla välkomna. På kursen fås råd och recept för mera säsongstänk i matvardagen. Anmälan senast 17.11 via den här länken: https://www.lyyti.in/Abo_Marthas_matkorg_2643 direkt till Marthaförbundet.

Det du behöver för att delta i en virtuell föreläsning är dator/padda/smarttelefon med internetuppkoppling. Du får en länk till din e-post efter att du anmält dig som du klickar på, sen är det bara att följa med!

Torsdag 10.12, kl. 18-20 slappnar vi av med Mediyoga under ledning av Ann-Mari Backman. Mediyoga är en medicinsk yogaform som passar alla, man kan utöva den sittande på en stol eller liggande på golvet. Vi får en introduktion i vad Mediyoga är och en avslappnande stund av lugna, meditativa övningar. Temat för kvällen är stress, återhämtning och balans i vardagen. Rekommenderas särskilt för dig som har problem med sömnen. Avslutningsvis dricker vi en kopp ayurvediskt te tillsammans. Begränsat antal platser så att trygga avstånd kan hållas. Deltagaravgift 5 euro/pers, Katarinakretsen sponsar resten. Anmälningar till vonne.paananen@gmail.com. Eget liggunderlag och filt el.dyl. med! Läs mera om Mediyoga på: <http://medamiyoga.fi/mediyoga/>

Vi avslutar säsongen med GLÖGGMINGEL tis 15.12, kl. 18-20 på Café Qwensels gård, alltså vid Apoteksmuseet (Västra Strandgatan 13). Glöggminglet hålls utomhus för att fler ska kunna delta tryggt. Det kommer att finnas möjlighet för en handfull att sitta inomhus om det behövs. Vi hoppas på uppehåll men ta skapliga kläder på! Trakteringen är glögg, jultårtor de lux och pepparkakor. Trevligt sällskap ingår också! Var och en betalar 5 euro, föreningen subventionerar resten. Anmäl dig senast 10.12 till Hanna på hakerfelt@hotmail.com.

**

Du hinner ännu anmäla dig, senast 15.11, om du vill delta i Åbolands Marthadistrikts höstmöte tors 19.11, kl. 18.00. Mötet hålls virtuellt. Stadgeenliga ärenden. Anmäl dig till andrea.sodergard@gmail.com.

En liten titt in i nästa år ännu:

Katarinakretsen fyller 25 år. Hurra! Den traditionsenliga middagen i januari, då också jubileet skulle ha firats, kommer p.g.a. pandemiläget att skjutas upp.

Reservera 21.1, kl. 18-20 om du vill prata bilar! Vad är klokt: Bensin? Hybrid? El? Gas? Diesel? Hur ska man tänka? Vad är miljövänligast, ekonomiskt och långsiktigt? Och hur ser framtiden ut? Mera info kommer!

Sköt om dig, hoppas vi ses snart, live eller virtuellt!

Hälsar,
Mia H och resten av styrelsen

Mia Henriksson
Ordförande i Åbo sv. Marthaförening
tel. 040 577 1713, e-post: abomarthaforening@gmail.com