RSMH HOPPET

Hoppetbladet

Friskvårdsläger Stiftsgården Foto: Anette Kruse

2026

Ett informationsblad för månaden okt.-nov.

Utflykter

14 Oktober

Moraföreningen gör en utflykt till oss på Hoppet
kl. 12.00 och vi äter lunch tillsammans.
Kostnad 50:-

15 Oktober

OBS! Utflykt på en torsdag
Den 15 oktober till Stora Skedvi församlingsgård.
Avresa: kl. 15.15
Resa: 40:- Våfflor 2st. 40:

28 Oktober

Vi åker på utflykt till Mister York i Borlänge och prövar deras goda hamburgare, sedan fortsätter vi till Pärlan second Hand.
Avresa: kl. 11.00
Resa: 70:-

11 November

Vi äter lunch på Skedvi Bröd.
Avresa: kl. 11.00
Resa: 40:-
Lunch: 155:-

25 November

Vi reser på utflykt till Kupolen.
Avresa: kl. 10.00
Resa: 70:-

Aktiviteter

"Skapande återhämtning"

Onsdagen den 7 oktober kl. 14.00
Wivie Wahlén visar sina målaralster och berättar.
RSMH bjuder på fika

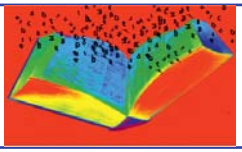
Föreläsning om Beroende/Medberoende

Mats Hedin och Tomas Ås
Onsdagen den 21 oktober kl. 9.30
Moskogen Leksand
Med denna föreläsning håller vi Ann-Sofies minne levande genom hennes minnesfond. Arrangör: RSMH Dalarna

Öppna träffar

"Information och lär känna vad begreppet stigma innebär" med
Mats Hedin & Anette Kruse
Måndagen den 9 november
kl. 15.00 och måndagen den 23 november kl. 15.00
RSMH bjuder på fika & en bok.

Robin Cerny fortsätter Share Reading
med oss under hösten
torsdagen den 5 och 19 november kl. 14.00



Friskvård & yogacirkelstart

Ledare: Annika Leijström
Kostnad: 40:-/tillfälle

13 oktober	10 november
20 oktober	17 november
27 oktober	24 november

YOGA

Ändrade öppettider:
6 oktober är lokalen öppen mellan 12.30-13.30 p.g.a Temadag. Matcirkel & yogacirkeln är inställd.
13 oktober matcirkeln är inställd.
29 oktober RSMH Hoppets höstmöte i lokalen kl. 17.00 lokalen.
3 november är lokalen stängd p.g.a RSMH Dalarnas höstmöte Matcirkel & yogacirkel inställd.

VÄLKOMNA!

Önskar Anette och Magnus

Öppettider:

Mån. 08.00-17.00
Tis. 08.00-17.00
Ons. 08.00-17.00 (utflyktsdag)
Tors. 12.30-21.00
Fre. 08.00-15.00

Lunch stängt

eftermiddags rast

Är det någon som hellre vill ha sitt månadsblad på E-post
kontakta till Anette.

RSMH-Dalarna
Hemsida: rsmhdalarna.se
E-post: info@rsmhdalarna.se

RSMH-Hoppet
Kungsvägen 1
783 35 SÄTER
0225-515 01
E-post: 022551501@rsmh-hoppet.com
Hemsida:rsmh-hoppet.com

Bg. 5792-1033
Organisationsnummer 882601-7710

Layout Karin Krose