



# MåBra dagar

## Må Bra Dagar på Valjeviken i Sölvesborg!

- Tidpunkt:** **Fred-sönd 16-18 oktober 2020**  
Hjärnkraft och Afasiföreningen åker till Valjeviken utanför Sölvesborg.
- Kostnad:** 1000 kr per person i dubbelrum, 1200 kr i enkelrum.
- Transport:** Var och en löser sin egen transport till Valjeviken.
- Program: Fredag** 16<sup>00</sup> Incheckning, information  
Middag och sen musikkväll
- Lördag och Söndag** Under helgen blir det aktiviteter i lugn takt:  
Bassångaktiviteter  
Utevistelser  
Yoga/Avslappningsövning  
Musik/ Rytmik (RGRM)  
Musikunderhållning med tilltugg  
Vi avslutar på söndagen och åker hem ca: 15<sup>00</sup>

**Det finns också tid att ta det lugnt, njuta av god mat och vacker natur.**

Anmälan gör du senast den 10/9 till Birgitta på kansliet.

Mejl: [afasiskane@gmail.com](mailto:afasiskane@gmail.com), telefon 040-12 30 15

Sätt också in anmälningsavgiften på bankgiro 5517-8768 och ange vem den avser!  
Meddela om du vill ha dubbel- eller enkelrum, några hjälpmedel eller behöver specialkost.

Valjeviken ger goda möjligheter att hålla avstånd till varandra och vi kommer att se till att vi har tillgång till handsprit där det behövs!

Känner du dig inte frisk ska du naturligtvis inte åka med!

Var och en ansvarar dock själv för sin säkerhet.

