

RSMH HOPPET

Hoppetbladet



Ett informationsblad för månaden

2024

april-maj

Utflykter

10 April

Utflykt till Gustafs Bröd
och Pärlan Second Hand

Avresa: kl. 11.00

Resa: 35:-



17 April

Resa till RSMH i Sandviken

Lunch Bolaget, Folkets hus

Avresa: kl. 9.30

Resa: 150:-

Lunch: 135:-

RSMH Sandviken

Riksförbundet för Social och Mental Hälsa.

15 Maj

Vi åker till Myggtjärn och grillar

Avresa kl. 11.00

Resa & Mat 50:-



22 Maj

Vi åker till Hovran med Mats & Nils Erik

på fågelskådning & mysig picknick

Det går bra att använda Rullstol och Rollator på Spångar.
under tiden en vandring i skog. Sedan sammanstrålar vi till fikat.

Avresa: kl. 10.00

Resa & picknick 50:



" Ny energi i din vardag!"

Den här dagen kommer att handla om

utmattning, sockerberoende och övervikt

varvat med en skön promenad i Tällberg.

RSMH Dalarnas hälsodag på Gyllene Hornet

i Tällberg med ledare Ulrika Wahlstedt

Onsdagen den 29 maj

Avresa: kl. 8.00

Resa: 150:-

Senaste anmälningdag den 31 maj



Aktiviteter

Torsdagen den 4 april

"Så undviker du att bli lurad"

Konsumenträtt & håll koll på dina pengar!

Föreläsning med Lisbeth Ander

Kl. 15.00

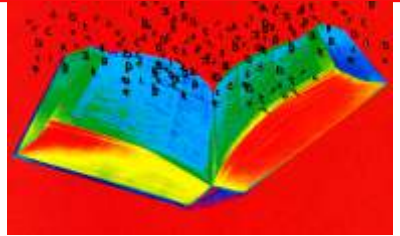
RSMH bjuder på kaffe och smörgås



Torsdagen den 11 april

Tid: kl. 14.00

Plats: RSMH Hoppet



Robin från biblioteket läser noveller och dikter och vi pratar om texten.

30 maj

Studiebesök för målarcirceln till konstnären

Tomas Holst i Dala-Järna



Friskvårdsläger Stiftsgården Rättvik

Måndagen den 23-25 september

kostnad: 2000,-

Senaste anmälningdag den 31 maj



Ändrade öppettider:

Tisdagen den 2 april OBS! Inställd Yoga

Onsdagen den 3 april stänger lokalen kl. 13.00, möte

Torsdagen den 18 april är Klara tillbaka med målarcirkel igen

Onsdagen den 24 april är lokalen stängd p.g.a RSMH Dalarnas årsmöte

Torsdagen den 30 maj stänger lokalen kl. 16.00

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 **eftermiddags rast**

Fre. 08.00-15.00

Lunch stängt

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

RSMH-Dalarna

Hemsida: rsmhdalarna.se

E-post: info@rsmhdalarna.se

RSMH-Hoppet


Kungsvägen 1

783 35 SÅTER

0225-515 01

E-post: 022551501@rsmh-hoppet.com

Hemsida: rsmh-hoppet.com

 Instagram: [rsmhhoppet](https://www.instagram.com/rsmhhoppet)

Bg. 5792-1033

