



Tervetuloa!



NURMIJÄRVEN REUMAYHDISTYS RY V.2026 KERHOILTA HEIKKARISSA NORMAALISTI JOKA KUUKAUDEN KOLMAS KESKIVIIKKO KLO 17-19

KEVÄTKAUDEN KERHOILLAT JA AIHEET:

KESKIVIIKKO 21.1. klo 17:00 - 19:00

Paikka: Heikkarin palvelutalo

- Psyykkinen hyvinvointi, Maire Helo

KESKIVIIKKO 18.2. klo 15:00 - 17:00 "Laskiais-karkelot"

Paikka: Heikkarin palvelutalo

- Nrnj Olohuoneen kanssa yhteinen ohjelma. Tanssillinen alkujumppa, laskiaispulla kaffet ja Troppo-bändi laulattaa meitä

KESKIVIIKKO 4.3. klo 18:00 - 19:00

Paikka: Heikkarin palvelutalo

- Sääntömääräinen kevätkokous, TERVETULOA JÄSENEKSI JA VAIKUTTAMAAN

KESKIVIIKKO 18.3. klo 17:00 - 19:00

Paikka: Heikkarin palvelutalo

- Apteekki, "Lääkkeet ja luontaistuotteet"

KESKIVIIKKO 15.4. klo 17:00 - 19:00, Vertaistuki-ilta

Paikka: Heikkarin palvelutalo

- Nivelrikko/Maire Helo, Osteoporoosi/Katariina Kujansuu

KESKIVIIKKO 20.5. klo 17:00 - 19:00 (Tarkentuu myöhemmin!)

Kevätretki Rajamäen talolle os. Jokisentie, Rajamäki. Matka omakustanteisesti/kimppakyydeillä

OHJELMIIN VOI TULLA MUUTOKSIA, SEURAA PAIKALLISLEHTIÄ

Syyskausi ma 31.8. (Sääksi), ke 16.9., ke 21.10., 18.11. ja 16.12.2026

LOPPUVUODEN KERHOJEN AIKATAULUT JA OHJEMA

TARKENTUU MYÖHEMMIN.

**Toiminta on kaikille avointa ja maksutonta,
paitsi matkat ja erityistapahtumat (kysy jäsenhintaa)**

Kerhoilloissa kahviraha 2€/henkilö

**Nurmijärven Reumayhdistykseen voit liittyä ilmoittautumalla
kerhoillassa tai Reumaliiton liittymislomakkeella.**

Jäsenmaksu v 2026 on jäseneltä 21 €

Liittyä voi kuka vaan, ei edellytä reumasairautta.



Nurmijärven Reumayhdistys ry