

Orientering

Bestyrelsen:

Dato for bestyrelsesmøder kan du se i referaterne. Bestyrelsesmøderne er åbne for alle beboere. Referater fra møderne hænger på opslagstavlen i fælleshuset og kan læses på Østjysk Boligs hjemmeside.

Bestyrelsesmedlemmer:

Bo 115, Bente 105, Jan 153, Lars Rune 11, Katharina 151, Cecilie 143, Gry 141.

Driftscenteret:

Har du brug for hjælp til tekniske/praktiske opgaver, så kan du kontakte Driftscenteret på tlf.nr. 87 44 75 93 alle hverdage fra kl. 8.00 - 11.30 samt torsdag fra kl. 15.00-17.00 eller sende en mail til: driftscenteret@ojba.dk.

Akut hjælp: 87 44 75 95

Østjysk Bolig:

Kontakt: 86 15 66 88 // info@ojba.dk

Storskrald kommer torsdage i ulige uger: Husk at sortere dit affald og sæt det i det afgrænsede område.

Åben Rådgivning er på kontoret i fælleshuset onsdage i ulige uger

fra kl. 13.00-14.30: Hvis du ønsker at få besøg eller at blive kontaktet af Åben Rådgivning, kan du henvende dig til Lena (social vicevært) for at lave en aftale.

Udlejning af fælleshuset: Se opslag på tavlen i fælleshuset

Lena fravær: 11.-13. april, 12 maj.

Landsbymøde:

Aktiviteter: Har du som beboer lyst til at sætte en aktivitet i gang, så vil Lena gerne være behjælpelig. Lena kan kontaktes på kontoret og på tlf.nr. 60 62 89 52.

Nyhedsbrev: Hvis du har indlæg til næste nyhedsbrev, så kan du lægge det i postkasse nr. 125 eller maile det til Lena: len@ojba.dk.

Nyhedsbrev nr. 79

Marts 2022

- 1) Sundhedscafé
- 2) Aktiviteter i fælleshuset
- 3) Orientering



Sundhedscafé mandage fra kl. 11-12

Første gang den 25. april

Der vil være fokus på de ting, som de enkelte deltagere ønsker at arbejde med.

Det **kan** være:

- Vægttab uden at gå på slankekur
- Kost
- Motion
- Søvn
- Værdier – dit indre kompas
- Forandring og motivation
- Overbevisninger
- ...

Det bliver et forløb på i alt 8 gange.

Hvis du er interesseret i at deltage, så kan du tilmelde dig hos Lena senest den 21. februar.



**Foråret
er på
vej**

Ugentlige faste aktiviteter i fælleshuset:

Mandag: kl. 9.30-10.00: Dans

kl. 10.00-11.00: Yoga og mindfulness

kl. 11.00-12.00: Sundhedscafé (start den 25. april)

Tirsdag: kl. 9.30-10.00: Dans

kl. 10.00-11.00: Yoga og mindfulness

kl. 14.00-16.00: Kaffe

Onsdag: kl. 9.30-10.00: Dans

kl. 10.00-11.00: Yoga og mindfulness

Torsdag: kl. 8.30-9.00: Dans

kl. 9.00-10.00: Yoga og Mindfulness

kl. 10.00-12.00: Kaffe

NB: Er du interesseret i at være med til dans, yoga og mindfulness, kan du kontakte Lena, der så vil orientere dig ved evt. aflysning. Alle kan deltage, da der tages hensyn til individuelle behov.

Den sidste torsdag i hver måned er der bogklub kl. 19.00.