



Hörselskadades förening
i Uppsala-Knivsta



Vårpromenad

20 maj med näktergal och fikapaus



Hitta hit

Vi träffas vid Arreniusplan vid Ultuna.
18.03 anländer en buss till vändplatsen
för busslinje 12. När den kommit startar
vi vår promenad.

Här finns också en stor parkering för dig
som vill åka bil.

Hemresan brukar vi kunna lösa genom
samordnad biltransport.

Från Ultuna promenerar vi i maklig takt
ner till Konvaljholmen där vi fikar och
sedan vandrar tillbaka.

Anmälan

Det är det bra om du anmäler att du vill
delta i promenaden.

Det gör du till Leif Wall med e-post
[uppsala@hrf.se](mailto: uppsala@hrf.se) eller med SMS till
070 - 661 64 90.

Stadiga skor är bra. Tag med termos
med te eller kaffe och något att tugga
på. Och glöm inte hörapparaten så har
du god chans att få höra näktergalen.
Jag har varit ute och tjuvlyssnat och
hört flera stycken.

Vara ute, frisk luft och röra på sig.

Detta är en aktivitet i vårt Vad sa - lopp

vad sa-löppet

Hörselskadades Riksförbund (HRF)