

Klubbhushändelser:

9/7 **Utflykt på dagtid** till 4H Gården mellan 13-15. Anmäl dig senast 8/7. Bilplatser behövs!

10/7 Kvällsöppet Glasskalas på Systrarna glass i Sjökvarteret med Rafaela

16/7 **Utflykt på dagtid** till Deger-sand, lunch på restaurang Q. Sim-möjligheter finns.

17/7 Kvällsöppet grillning och mölkky

23/7 **Utflykt på dagtid** till Linus i Geta, avgång från Pelaren kl: 10:00, tillbaks i Mariehamn ca 15:00. Laga & äta lunch, simmöjligheter, utespel m.m.

24/7 Kvällsöppet, se på seglingsfartyg (Tall Ship Race) med Linus

28/7 Söndagsöppet med Emilia, finns intresse att besöka Senses trädgård?

31/7 Kvällsöppet (förslag önskas)



Kontaktuppgifter:

Hemsida: www.klubbhusetpelaren.com

Email: info@klubbhusetpelaren.com

Klubbhuset Pelaren finns även på **Facebook** och **Instagram**

Telefon: 018 22940
Mobil: 0457 34 38 570

Adress: Strandgatan 7
22100 Mariehamn



Vecka 28

8.7. - 12.7.2024

Öppettider

Måndag 08.00-15.45

Tisdag 08.00- 15.45

Onsdag 08.00-18.30

Torsdag 08.00-15.45

Fredag 08.00-14.15

Måndag 8.7

13.30 Engelska med Stefan

14.30 Friskvårdstimme i huset
(medlemsdriven)

Tisdag 9.7

10.00 Köket har planeringstid

13.00 -15:00 Utflykt till 4H-gården

Onsdag 10.7

Lina är ledig denna dag.

9.00 Odlingsgruppen

15.30 Kvällsöppet Glasskalas med Rafaela
i Sjökvarteret

Torsdag 11.7

10.00 Kommunikations- o
redaktionsgrupp

14.30 Friskvårdstimme: Simning eller
badminton (medlemsdriven)

Fredag 12.7

10.00 Arbete o. studiegrupp

13.00 Veckans bästa

Vill du äta lunch på Pelaren?

Anmäl dig senast kl. 09.30

**samma dag för att
garantera en portion.**

Kom ihåg att kaffe/te och en påse snabbgröt
eller två knäckemackor med pålägg eller en
burk yoghurt är gratis fram till kl. 9.00 varje
morgon.

Lunchen serveras klockan 12.00

Måndag

Gazpacho

Tisdag

Räkpasta m. Safrfan o. Ärtor

Onsdag

Fiskpinnar m. Potatismos m. remouladsås

Torsdag

Kokosgryta m. Kyckling

Fredag

Pannbiff m. Gräddsås o. Potatis

OBS! Ändringar kan ske i menyn.

**Klubbhusmötena är pausade över
sommaren.**



Denna vecka väljer vi att komma med
tips för aktiviteter som man kan
göra under kommande månad.

1. Ut & plocka blåbär och kika efter
kantareller. Efter förra veckans
regn kan det mycket väl finnas
både mogna blåbär och kantarel-
ler i skogens gömmor.
2. Det finns förmånlig och god itali-
ensk glass på Anna & Aldo (3€/
boll, i strandnäs hotell)
3. Känner du för att träna i fantastisk
utemiljö? Det finns igen nu ett
utegym vid Mariebad som är fritt
och gratis för alla att använda.
(Kom ihåg att förmånen om att
simma på Mariebad och gymma
på Idrottsgården/Ålands idrotts-
center är i kraft så länge de har
öppet under sommaren.