



**Hjärtebarns  
förbundet**

## MAMMA-KVINNOHELG

Hjärtebarnsföreningen Region Syd anordnar en SPA-helg på Österlen, Kiviks Hotell och Spa, [www.kivikshotell.se](http://www.kivikshotell.se) den **30-31 okt 2010!**

**Lördag 30/10, samlas vi kl 11:00 på hotellet.**

Du är hjärtligt välkommen att anmäla dig till denna aktivitet som innehåller följande:

- Lättare lunch vid 11:15
- En övernattnig i dubbelrum
- 3-rätters middag
- Tillgång till badrock
- SPA-behandling 40/50 min
- En härlig frukostbuffé

Dessa SPA-behandlingar kan du välja mellan:

SPA-massage 50 min  
Vår ansiktskur 40 min  
Himalaya saltscrub 40 min  
Lotus & Bambupeeling 40 min

**Söndag 31/10**

**Avfärd kl 11:00 till Kiviks musterier där vi får en guidad tur.** På musteriet har du möjlighet att handla i butiken.

**Vi avslutar med lunch vid 12:45**

Du som tycker detta låter trevligt och vill vara med ring eller maila **senast den 17 okt** till någon av oss, glöm ej meddela ev allergier, om du är vegeterian etc:

[birgitta.sohnlein@hjardebarn.org](mailto:birgitta.sohnlein@hjardebarn.org), 0704860146

[kristina.jonsson@hjardebarn.org](mailto:kristina.jonsson@hjardebarn.org), 0706030019

Vi har plats för 10 st, förtur har du som aldrig deltagit i mamma/kvinnohelg tidigare.

**Du betalar 300 kr för denna helg samt om du har en körsträcka över 3 mil betalar föreningen 18:50/mil i körersättning. I största möjliga mån gäller samåkning.**

Välkomna

Kristina och Birgitta

# **PROGRAM 30-31 OKT 2010**

## **Lördag 30/10**

**11:00 Samling Kiviks Hotell och SPA**

**11:15 Lättare lunch**

**11:45 Presentation**

**14:00 – 18 .00**

**Behandlingar och relax i SPA avdelningen med jacuzziar samt bastu.**

**19:00 3-rätters middag**

## **Söndag 31/10:**

**09:00 Frukost**

**10:00 Lite ”eftersnack”**

**11:00 Utcheckning**

**11:15 Avfärd till Kiviks musterier**

**11:30 Guidad tur på musteriet samt ”shopping”**

**12:45 Lunch**

**C:a 13:30 är denna helg slut!**