



# Ljusglimten

Skara Fibromyalgiförening Våren 2022

---

*Här kommer vårens Ljusglimt för 2022.*

*Även i år har vi en hel del roligt på programmet. Förutom våra månadsträffar kommer vi även ha grötfest, choklad- och vinprovning och vår populära Ullaredsresa med mera.*

*Ändringar i programmet kan komma att ske då vi följer de pandemirestriktioner som gäller.*

*Medlemsavgiften för 2022 betalas i januari till Fibromyalgiförbundet. Se bilaga.*

*Vi finns på Facebook *

**Månadsträff** i vår lokal, kl.10:30. 1/2, 1/3, OBS! måndag 4/4 (byter/säljer vi krukväxter/blomskott) och 3/5.

**Vattengymnastik** i varmvattenbassäng, Skara badhus.

Onsdagar 11:00-12:00. 12/1–11/5 (v.2–19) uppehåll v.7 och 15. 16 ggr. Pris ca. 500 kr. OBS! Priset kan ändras beroende på antalet deltagare.

**Anmälan** till Maria 0511-177 26 senast 4/1.

**Vattengymnastik** i varmvattenbassäng, Lidköpings badhus.

Ring Astma- och Allergiföreningen för mer information på tfn. nr. 070-264 38 80.

**Grötfest** fredag 14/1 kl. 18:00 i vår lokal. **Anmälan** till Maria 0511-177 26 senast 7/1.

**Årsmöte** onsdag 9/3 kl.18:00 i vår lokal.

Sedvanliga årsmötesförhandlingar kommer att hållas.

Alla årsmöteshandlingar finns att tillgå hos Maria Holm en vecka före årsmötet.

Det blir fika och lotteri.

**Anmälan** till fikaten senast 4/3 till Maria 0511-177 26.

Motionerna ska vara styrelsen tillhanda senast 9/2.

*Motioner skickas till:*

Skara Fibromyalgiförening  
Malmgatan 36  
532 32 SKARA

**Choklad- och vinprovning** fredag 18/3 kl.18:00 i vår lokal. **Anmälan** till Maria 0511-177 26 senast 11/3.

Vi återkommer om maxantal deltagare och eventuell kostnad.

**Ullaredsresa tisdag 5/4.** Ta med fika då vi gör ett stopp på vägen ner. Betalning sker ombord på bussen.

180 kr för medlem, 220 kr för övriga. Priset gäller vid full buss. Hemresa kl. 17:00.


**Lidköping:** Avresa från resecentrum, plats R, S kl. 07:30. **Obs!** Bussen från Lidköping avgår endast vid minst 5 resenärer

**Skara:** Busstationen kl. 08:00. **Anmälan** till Maria 0511-177 26 senast 29/3.

**Anmälan är bindande.** Först till kvarn gäller.

**Vårutflykt!** Vi planerar för en Stadsvandring i Skara med Sven-Olof Ask som guide.

Avslutas i lokalen med fika. Återkommer med datum och tid.

**Varmt tack** till alla som hjälpt till med försäljningen  
av kakor och Bingolottos julkalender 

**Pantamera** 

Samla burkar, även burkar utan pant.

Föreningen får 200 kr/säck.

Burkar lämnas i vår föreningslokal.

## Medlemsrabatt får du hos följande företag

### Skara

**Andrummet, Lymfmassage.** Helen Bäcklund Ladies Place.

Första behandling 700 kr. Ordinarie 850 kr.

Tfn. 070-44 54 789

**Lifebutiken,** på Klostergatan 7 Skara.

10 % rabatt vid varje köp, gäller ordinarie priser.

Tfn. 0511-126 77 [www.lifebutiken.se](http://www.lifebutiken.se)

**Liswiks fotvård,** Lise-Lott Wikström Björkängsgatan 3.

10 % rabatt på behandling.

Tfn: 072-01 45 175 [www.liswiksphotvard.se](http://www.liswiksphotvard.se)

**Acromia Friskvård,** Mia Swahn Torggatan 6 Kvänum

10 % rabatt på behandling.

Tfn: 072-20 95 802 [www.acromia.se](http://www.acromia.se)

### Götene

**ERM – En riktig massör,** Lotta Honk Södra Skaraborgsg. 28.

Medicinsk Fibromassage 100 kr i rabatt på ord. pris 700kr/beh.

Tfn: 073-32 74 939 [www.enriktigmassor.se](http://www.enriktigmassor.se)

[massage@enriktigmassor.se](mailto:massage@enriktigmassor.se)

**Hälsokällan Crea Diem,** Mariestadsvägen 5

10 % rabatt på behandlingar.

Tfn: 073-18 12 181 [www.halsokallancreadiem.bokadirekt.se](http://www.halsokallancreadiem.bokadirekt.se)

### Lidköping

**Lifebutiken** på Nya Stadens Torg 11.

10 % rabatt vid varje köp, gäller ord. priser.

Tfn: 0510-201 44 [www.lifebutiken.se](http://www.lifebutiken.se)

**Himlagott,** Esplanaden 7.

Medicinsk fotvård och massage. 20 % rabatt på valfri beh.

Tfn: 0510-276 16 eller 076-85 00 478 [www.himlagottab.se](http://www.himlagottab.se)

**Måbrarummet,** Lidbecksgatan 1

Din hälsa i första rummet. 50 kr rabatt vid tre tillfällen/år.

Tfn: 070-94 97 840 Hemsida: [www.mabrarummet.se](http://www.mabrarummet.se)

Rabattkod "Skara-fibro" vid bokning på hemsidan.

**Sabina Johansson,** Truve Gustavsberg Lidköping.

10 % rabatt på massage. Tfn: 070-64 46 694

Mejl: [sabinajohansson7@gmail.com](mailto:sabinajohansson7@gmail.com)

### Hyr vår föreningslokal:

Medlem: 100 kr/3tim. 300 kr/heldag.

Övriga: 200 kr/3 tim. 500 kr/hel dag.

Kontakta Maria 0511-177 26. 

**Vår föreningslokal** finns på: Jarlagatan 12 i Skara.

Föreningens **mailadress:** [skara@fibromyalgi.se](mailto:skara@fibromyalgi.se)

För att komma till vår **hemsida:** <https://fibromyalgi.se>

Gå där in under fliken föreningar, se Skara.

Som medlem i föreningen är du **försäkrad** till, från och under aktiviteter.