


Ljusglimten

Skara Fibromyalgiförening Hösten 2022

Äntligen en höst där vi kan träffas igen!

Trots våra månadsträffar, vår populära Ullaredsresa och modekväll på Maxmode i Skövde undrar jag om det ändå inte är det att vi kan träffas igen som är det de flesta av oss mest sett fram emot.

Varmt välkommen till höstens program och Ljusglimt -2022. 

Månadsträffar i vår lokal tisdagar kl.10:30. 6/9, 4/10 Yvonne berättar om yoga, 1/11, 6/12 julsmörgås.

Anmälan julsmörgås, Maria 0511-177 26 senast 2/12.

Vattengymnastik i varmvattenbassäng, Skara badhus.

Onsdagar 11:00-12:00. 21/9–14/12 (v.38–50) uppehåll v.44, 2/11. 12 ggr. Pris 500 kr.

OBS! Priset kan ändras beroende på antalet deltagare.

Anmälan till Maria 0511-177 26 senast 14/9.

Vattengymnastik i varmvattenbassäng, Lidköpings badhus.

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

Maxmode i Skövde tisdag 20/9 kl. 18:15 En kväll där man i lugn och ro kan prova underkläder m.m.

Anmälan till Maria 0511-177 26 senast 13/9. Begränsat antal platser.

Ost- och vinkväll i vår lokal fredag 7/10 kl.18:00 till självkostnadspris.

Anmälan till Maria 0511-177 26 senast 3/10.

Ullaredsresa tisdag 18/10 kl. 8:00. 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: Coops parkering kl. 08:00.

Anmälan till Maria 0511-177 26 senast 11/10.

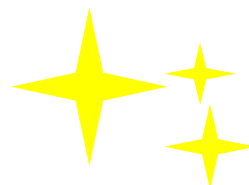
Anmälan är bindande, två veckor innan resan, alltså från 4/10. Först till kvarn gäller.

Föreläsning av Yvonne Eriksen, "Jag vill ju bara ha roligt".

Torsdag 10/11 kl.18:00. Enklare förtäring till självkostnadspris.

Ljustillverkning i vår lokal onsdag 30/11 kl. 16:00. Vi gör ljuskoppar, klär julgranen, fikar och umgås.

Anmälan till Maria 0511-177 26 senast 28/11.



Kakförsäljning och försäljning av **Bingolottos julkalender**
även i år.

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

Ingrids konfektion, Klostergatan 5.
10% på ord. pris, ej underkläder.
Tfn. 0511-215 16

Acromia Friskvård, Mia Swahn Torggatan 6 Kvänum
10 % rabatt på behandling.
Tfn: 072-20 95 802 www.acromia.se

Lidköping

Lifebutiken på Nya Stadens Torg 11.
10 % rabatt vid varje köp, gäller ord. priser.
Tfn: 0510-201 44 www.lifebutiken.se

Sabina Johansson, Truve Gustavsberg Lidköping.
10 % rabatt på massage. Tfn: 070-64 46 694
Mejl: sabinajohansson7@gmail.com

Himlagott, Esplanaden 7.
Medicinsk fotvård och massage. 20 % rabatt på valfri beh.
Tfn: 0510-276 16 eller 076-85 00 478 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
Rabattkod "Skara-fibro" vid bokning på hemsidan.

Göteborg

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
massage@enriktigmassor.se

Hälsokällan Crea Diem, Mariestadsvägen 5
10 % rabatt på behandlingar.
Tfn: 073-18 12 181
www.halsokallancreadiem.bokadirekt.se

Föreningens styrelse

Ordförande	Kristina Carlsson	0511-37 41 56
Kassör	Maria Holm	0511-177 26
Ledamöter	Monica Bohman Margaretha Hermansson Margareta Andersson Susanne Karlsson Rodhe Ståhl	070-67 11 183 070-26 38 588 072-30 19 277 073-68 56 485 073-98 59 787
Valberedning	Ingrid Andersson Ulla Sjunnesson	070-96 59 818 070-87 87 354
Kontaktperson	Maria Holm	0511-177 26

**Anmälan till alla aktiviteter görs
via aktivitetens kontaktperson**



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

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.