



Ljusglimten

Skara Fibromyalgiförening

Varmt välkommen till höstens program 2026.



Månadsträffar i vår lokal 10:30. 1/9, 6/10, 3/11, 1/12 julsmörgås.

Anmälan julsmörgås, 070-23 53 244 senast 25/11.

Vattengymnastik i varmvattenbassäng, Skara badhus.

Onsdagar 11:00-12:00. 2/9–16/12 (v.36–51) uppehåll 28/10 v.44. 15 ggr. pris 600 kr.

OBS! Priset kan ändras beroende på antalet deltagare. Betalning sker till föreningens bg. 315–7740.

Anmälan 070-23 53 244.

Ullaredsresa tisdag 13/10. Vi gör inget stopp på vägen ner.

Betalning sker till föreningens bg. 315–7740, senast 10 dagar innan resan.

150 kr för medlem, 250 kr för övriga. Priset gäller vid full buss. Hemresa 17:00.

Skara: Coops parkering 8:00.

Anmälan 070-23 53 244 senast 6/10.

Anmälan är bindande två veckor innan resan, alltså från 28/9. Först till kvarn gäller.

Måbradag måndag 19/10, 10:00-18:00 i vår lokal.

Vi träffas i trevlig samvaro och får möjlighet att prova på behandlingar hos olika terapeuter.

Bokningar görs på månadsträffen den 1/9 eller 070-23 53 244.

Fika finns under hela dagen till självkostnadspris.

Ljustillverkning onsdag 28/10 16:00 i vår lokal. Vi tillverkar ljus, klär julgranen, fikar och umgås.

Anmälan 070-23 53 244 senast 23/10.

Titta i pärmen på månadsträffen, Facebook eller Instagram för att inte missa om fler aktiviteter dyker upp.

Måbradagarna på Piperska i maj är omtyckta. Vi planerar en ny omgång i maj 2027.

Anmäl ditt intresse så vi vet om vi ska arbeta vidare.

Hyr vår föreningslokal: Medlem: 200 kr/4tim. 400 kr/heldag. Övriga: 400 kr/4 tim. 800 kr/hel dag.

Kontakta 070-23 53 244

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

OBS! Tänk på att betalning alltid sker med kontanter vid våra träffar.

För att anmäla dig till våra aktiviteter eller för att avboka en bokad aktivitet ring föreningens telefon 070-23 53 244.

Ny adress till kansliet:

Axvallagatan 3

532 37 SKARA

Boka vår IR-bastu. Som medlem har du möjlighet att boka vår

IR-bastu. 100 kr för 30 min. För bokning: 070-23 53 244.

Varmt tack till alla er som skänkt vinster till årsmötet!

Medlemsrabatt får du vid uppvisande av medlemskort hos följande företag:

Skara

Maritas textil, Järnvägsgatan 8.

10 % rabatt på ord. pris.

Tfn: 0511-175 10

Salong Capillis, Marumsgatan 16.

20 % rabatt på ord. pris på produkter.

Tfn: 0511-105 15

Marias massage och friskvård, Klippbaren

20 % rabatt på massage 50 min.

Tfn: 073-54 26 385

Angel Nails, Marumsgatan 10 A

10 % rabatt på ord. pris.

073-76 36 323

Massage hos Catharina, Ladies Place.

10 % rabatt på ord. pris.

Tfn: 073-44 44 680

ladiesplace.catharina@gmail.com

Acromia Friskvård, Torggatan 6 Kvänum.

10 % rabatt på behandling.

Tfn. 072-20 95 802 www.acromia.se

Lidköping

Hälsokraft på Nya Stadens Torg 11.

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

Tfn: 0510-201 44 lidkoping@halsokraft.se

Andrummet Gamla Skaravägen 1 Vinninga.

Lymfmassage 90–120 min. 150 kr. rabatt, ord.

(+ 150 kr. i kombination med 30 min. IR-bastu).

Tfn: 070-44 54 789 Helen Bäcklund.

Power Beauty by Sabina, Truve Gustavsberg Lidköping.

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

sabinajohansson7@gmail.com

Fina fötter, Esplanaden 7.

Medicinsk fotvård 20 % rabatt. Tfn: 073-624 77 57.

monica.gustafsson67@hotmail.com

Fys-studio, Esplanaden 7.

Tysk legitimerad fysioterapeut 20 % rabatt.

Thalia Paschke. Boka direkt: 070-302 73 44

Götene

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

Medicinsk Fibromassage 100 kr i rabatt på

ord. pris. www.enriktigmassor.se

Tfn: 073-32 74 939 massage@enriktigmassor.se

Hälsokällan Crea Diem, Mariestadsvägen 5

10 % rabatt på behandlingar.

Tfn: 073-18 12 181

www.halsokallancreadiem.bokadirekt.se

IR-studion Iraspira24, Mariestadsvägen 5.

IR-och massagestudio. Obemannad egenvård med infraröd

ljusterapi när det passar dig! Öppen dygnet runt.

www.irazpira24.se

Annas fothälsa, Lundsbrunn

Medicinsk fotvård

10 % rabatt på ord. pris.

Tfn: 070-63 59 206 anna@annasfothalsa.se

Föreningens styrelse

Vill du vara med och hjälpa till i vår
förening?

Kontakta någon i styrelsen! 

Ordförande	Kristina Carlsson	0511-37 41 56
Kassör	Maria Holm	070-30 22 909
Ledamot	Monica Bohman	070-67 11 183
Ledamot	Rodhe Ståhl	073-98 59 787
Ledamot	Margaretha Hermansson	070-26 38 588
Ledamot	Margareta Andersson	072-30 19 277
Ledamot	Susanne Karlsson	073-68 56 485
Valberedning	Ingrid Andersson	070-96 59 818
Valberedning	Ann-Charlotte Emilsson	073-57 02 438

Vår föreningslokal finns på: Jarlagatan 12 i Skara. Föreningens mejladress: skara@fibromyalgi.se

För att komma till vår hemsida: <https://fibromyalgi.se> Gå in under fliken föreningar, se Skara.

Föreningens kontakt telefon: 070-23 53 244

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