



FJÄRILEN

Varbergs Fibromyalgiförening
2026

Medlem i  Riksförbundet
fibromyalgi & långvarig smärta

Ordförande har ordet

Ett nytt år fyllt av vad vi kan och vill fylla det med. Vi i styrelsen har jobbat hårt med att fylla vårt program för att det ska bli så bra, som det går för oss alla. Vi hoppas att just du ska hitta något eller varför inte flera aktiviteter att delta i.

Jag har också det senaste halvåret jobbat i ett samarbete med Psoriasis och Neuro föreningarna i Halland. Det har resulterat i en stor gemensam aktivitet på Skårs Gård, där vi hoppas att det ska bli riktigt många som kommer. Om inte annat är det en mycket intressant föreläsning, god lunch och fina omgivningar. Anmäl ditt intresse.

Som vanligt söker vi fler i styrelsen, förra året blev vi som tur är två till. Men vi kan vara fler som hjälper till med arbetet att fylla vårt program och annat.

Så har du lite tid över och känner att du vill dela gemenskapen i styrelsen, hör av dig till någon av oss.

Jag hoppas att vi ses på någon månadsträff eller varför inte titta in på onsdagar till gruppen som träffas då.

Väl mött under 2026.

Dags att förnya medlemsavgiften!

Dags att förnya ditt medlemskap för 2026!

Medlemsavgiften för 2026 är 250 kronor per person.

Är ni två i hushållet kan ni betala 400 kronor totalt, där den andra personen registreras som familjemedlem.

Vill du i stället registrera familjemedlemmen som stödmedlem, så gynnar det föreningen mer, och avgiften blir då 250 kronor, istället för 150 kronor.

Betalningsinformation

Betala medlemsavgiften till Fibromyalgiförbundet via:

Bankgiro: **5757-6993** *Glöm inte skriva vem som betalar.*

Swish: **123 444 85 10** *Skriv gärna medlemsnummer.*

Du kan även betala direkt via vår hemsida:

1. Gå till www.fibromyalgi.se
2. Klicka på Logga in och ange dina inloggningsuppgifter
3. Välj Förnya ditt medlemskap och betala enkelt via Swish

Om du inte har loggat in tidigare, klicka på Kom igång och följ instruktionerna.

Redan betalat, tack för ditt stöd.

***Tack för att du stödjer vår förening
och förbundet, tillsammans gör
vi skillnad!***



Program 2026

19 januari Peter Börjesson

Peter pratar historiskt och nostalgiskt om antikviteter.

Du får ta med en till två saker som du kanske har liggandes i en låda och undrar över. Peter berättar om saken samt sätter ett värde på den.

Studieförbundet Vuxenskolan kl. 17.00

Anmäl gärna att du kommer.

0708-661130 eller varberg@fibromyalgi.se

16 februari kafferep med öppet hus.

Vårt kafferep blev populärt, så vi kör en repris i år. Vill du baka tas det gärna emot. Vi kör som förra året lite hjärngympa med pussel.

Studieförbundet Vuxenskolan klockan 15 - 18

16 mars kl. 17 Årsmöte

Sedvanliga årsmötes handlingar, motioner kan skickas in till varberg@fibromyalgi.se

Vill du ha årsmötetshandlingarna i förväg går det att få en vecka innan, annars finns de på plats till mötet.

Föreningen bjuder på smörgåstårter, kaffe med något sött till.

Anmälan: till 0708 - 661130 eller varberg@fibromyalgi.se

Plats meddelas senare till de som anmält sig.

31 mars Asia Spa

Välkommen till Heldagspaket - Fånga Dagen Tillgång till Asia Spa under hela dagen. Fritt deltagande på de schemalagda aktivitetspassen.

Dagens lunch – serveras i restaurangen

Tänk på att ha torra bad- eller underkläder vid behandling.

Vid bokning av behandling, pris: 600 :- (25 minuter) detta gör var och en själva, uppge att ni är med i Fibromyalgidistrikt Halland

Pris: ~~795 kronor~~ Som medlem betalar du endast **400 kronor**

Anmälan: Marie-Louise Andersson sms till 076-41 11 278

senast den 15 mars **Glöm inte anmäla eventuella matallergier**

I samarbete med Region Halland

Program 2026

18 april Föreläsning om smärta med Dr Rolf Andersson i Varberg

Fibromyalgidistrikt Halland bjuder på lättare tilltugg.

Anmälan: 0708-661130 eller varberg@fibromyalgi.se

Plats meddelas till de som anmält sig.

14 april Årsmöte Fibromyalgidistrikt Halland

Studieförbundet Vuxenskolan i Falkenberg kl. 17.00

Anmälan 0708-661130 eller varberg@fibromyalgi.se

10 maj Föreläsning på Skårs gård heldag

Låt din hjärna blomma! Ullrika Ahlqvist

Beräknad ankomst till Skårs Gård är runt 10.30-11.00. Väl framme välkomnas vi med en kopp kaffe/te med en liten kaka och frukt. Därefter har vi en stund över för en tur på egen hand där man kan välja att ta en promenad i skogen, låna boulebana eller spela lite cornhole.

Efter det intar vi en lunch i värdshuset, efter den goda lunch får vi sätta oss ner och lyssna på en inspirerande föreläsning av Ulrika som berättar om hjärnan och 10 goda vanor.

Matade med nyttig information avslutas vår vistelse med en hembakad kaka med fokusråvaror som är bra för hjärnan tillsammans med kopp kaffe/te.

Pris/person **500:-** med abonnerad buss som plockar upp från Halmstad till Varberg.

Pris/person **300:-** egen bil eller samåkning

Den här aktiviteten är ett samarbete med **Psoriasis och Neuro, föreningarna i Halland samt Region Halland**

Intresseanmälan till 0708-661130 eller varberg@fibromyalgi.se

Sista anmälningsdagen 12 april.

Program 2026

18 maj grillning Skeatångens hamn på Årnäshalvön

Denna gång tar vi långt ut på Årnäshalvön, till en liten båthamn.

Ni tar med det ni vill grilla och vi tänder grillen.

Träffas gör vi kl. 17.00

Augusti Bussresa till Visingsö.

Vi åker via Borås och Jönköping till vackra Gränna för att ta oss över med färjan. På Visingsö kommer bussen att guida oss runt. Under dagen kommer vi att dricka kaffe på vägen upp. Lunch och eftermiddagskaffe kommer också att ingå, samt ett besök hos en polkagris tillverkare.

Intresseanmäl er gärna omgående så vi vet om vi kan genomföra denna fina resa. Priset är beroende på antal resenärer.

Pris: för medlem: **ca 700 kronor**

Ej medlem: **ca 1 300 kronor**

Varmt välkomna att delta i våra aktiviteter.

För övrigt så jobbar vi på att få till det vi planerar under hösten. Nedan ser ni vad, men med en viss reservation om att det kommer att ändras.

Augusti Besök i bisamhälle, **September** besök hos My Fäldt, **Oktober**

Musikquiz, och besök hos Maria Åkerberg

November vinprovning, **December** Julbord, Asia Spa

Onsdagsgruppen startar den 21 januari kl.13

Träffas varje onsdag på Studieförbundet vuxenskolan Östra Långgatan i Varberg.

Träffas för samtal, skratt, hantverk, utflykter, guppen sätter själv program under terminen. Nyfiken på vad vi gör, titta in.

Kontakt Lilian Helin: 070 42 32 705

Varbergs Fibromyalgiförening samarbetar med Studieförbundet Vuxenskolan

Fibromyalgidistrikt Halland samarbetar med med Region Halland

Alla aktiviteter är med reservation för förändring, håll er uppdaterade via hemsidan och Facebook.

Vi kommer även att skicka mejl till er om det blir någon förändring.

Har vi inte din mejladress skicka gärna till
varberg@fibromyalgi.se

Resterande program för hösten kommer vi att skicka ut som medlemsbrev via mejl.

Om du vet att du inte fått mejl av oss har vi säkert inte just din mejladress. Skicka ett mejl till varberg@fibromyalgi.se så att du inte missar något till hösten.

Stöd **Varbergs Fibromyalgiförening**
genom att prenumerera på Bingolotter.

Du har då automatisk vinst bevakning.



Styrelsen fram till årsmötet 2026

Ordförande: Marie-Louise Olsson 0708-661130

varberg@fibromyalgi.se

Kassör: Annica Helin 070-585 45 84 annica.fibro@gmail.com

Sekreterare: Göran Olsson

Ledamöter: Jan Helin, Agneta Lagerberg och Lilian Helin

Lilian och Agneta är ansvariga för gruppen som träffas på onsdagar.

Ett stort tack till de företag som sponsrar föreningen.

Det är tack vare detta som vi kan bjuda på kaffe vid månadsträffarna, och att vi inte behöver ta en avgift vid föreläsningar.

Med stöd från Varbergs Sparbank
genom Sparbanksstiftelsen Varberg.

Varbergs
Sparbank



**Har du flyttat, glöm inte att ändra din adress till
varberg@fibromyalgi.se**