



Medlemsbrev nr 2 hösten 2021

Välkomna tillbaka till höstens program. Ännu en vår och sommar som har varit annorlunda för oss alla.

Nu kör vi i gång med höstens aktiviteter. Det blir en spännande höst!

Föreningen börjar med ett medlemsmöte den 25 augusti.

Sen blir det utfärd den 7 september till Varberg stadshotell med övernattnig. Dagen efter åker vi med turistbuss till Tjolöholms slott för guidad visning. Vi åker från hotellet klockan 11:00. Vi äter lunch innan vi åker vidare till Malmö med samma buss.

Föreningen slår ihop jubileumsfesten med julfesten. Mer detaljerad information finns längre ner i brevet. Anmälan senast **den 10 november**. Kom ihåg att tala om för oss om du har någon matallergi.

Vår lokal finns på Limhamnsgårdens allé 32–34 (in på gården) ett litet svart hus. Du tar dig dit med buss nr 33 från Värnhemstorget, Hyllie station eller från Limhamn centrum på Järnväggsgatan. Det finns också några parkeringsplatser där vi har parkeringskort till. Det finns även parkeringsplatser mot p-avgift i området.

Föreningen har tre cirklar som träffas varannan vecka, se nedan.

Kom ihåg att föreningen har en egen sida på Facebook där vi lägger in vad som sker i föreningen. www.facebook.com Malmö fibromyalgiförening.

Studiecirklar

Alla våra cirklar sker i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan

Må bra startar den 8 september

Klockan 11–13

Marianne Brixeke, 0704-99 39 70

Vi träffas och samtalar om det som är viktigt just för dig. Här finns inga dumma frågor, vi har alla ställt dem någon gång. Välkommen ska du vara och ring mig gärna om du undrar över något. Hälsningar Marianne.

Humör och Hälsa – startar den 10 september

Klockan 10.30–12

Sara Gradlander, 0732-54 54 10

Kom som du är, och lämna oss lite, lite gladare...

Att låta skrattet bubbla i hela kroppen är något som de flesta gör alltför sällan trots att skrattet har många välgörande effekter för både kropp och sinne.

Välkommen och testa! Sara



Bokcirkel – startar den 13 september

Klockan 13–14.30

Christel Håkansson 0703-15 94 24

I bokcirkeln läser alla samma pocketbok, vi bestämmer tillsammans vad vi skall läsa, det brukar bli cirka 100 sidor åt gången. Det blir många skratt och intressanta diskussioner. Kostnaden för böckerna betalar du själv. Varmt välkomna Christel.

Medlemsmöte

Augusti

Medlemsmöte

Onsdag den 25 augusti klockan 14 – 15.30

Vi ordnar fika och frukt, kostnad 30 kronor. Betalas på plats eller **Swish 123 386 71 81**.

Vi ses i vår lokal på Limhamnsgårdens allé 34 in på gården.

September

Den 7 september åker vi tåget gemensamt från Malmö C till Varberg.

På hotellet finns enkel- eller dubbelrum. En övernattnig med del i dubbelrum och vår stora frukostbuffé.

På kvällen avnjuter vi en 2-rättersmiddag i vår restaurang.

Fri tillgång till gym och relaxavdelning, där du kan njuta av bl.a. ångbastu och upplevelsedusch.

Är du intresserad av SPA rekommenderar hotellet Lilla Asia Spa 495: - per person. Kostnaden står Du själv för. Ring till hotellet och boka in Asia Spa telefon 0340-69 01 00. Vårt bokningsnummer är 1192310.

Nästa dag har vi turistbuss från Varberg som kör oss till Tjolöholm slott för guidning och lunch. Guidning 12.00 grupp ett och grupp två 12.45. Lunch med bordsservering 13.45 i Storstugan. Det blir två grupper i guidningen på grund av FHM restriktioner. Bussen kör oss hem till Malmö efter lunchen.

Allt detta kostar Dig endast 300: -. Betala avgiften till **Plusgirot 145 78 34-8** eller **Swish 123 386 71 81 senast den 6 augusti**. Föreningen sponsrar med fondpengar som vi har fått för sökta fonder.

Har Du frågor angående utfärden ring till Liselotte 0709-105078 eller ivehed@live.se.

Oktober

Medlemsmöte

Tisdagen den 19 oktober klockan 14 – 15.30

Vi ordnar fika och frukt, kostnad 30 kronor. Betalas på plats eller **Swish 123 386 71 81**.

Vi ses i vår lokal på Limhamnsgårdens allé 34 in på gården.

November

Fredagen den 26 november klockan 18 slår vi ihop Julfest och vårt 15-årsjubileum.

Vi träffas på Hantverksgården i Limhamn. Vi börjar kvällen med något gott att dricka och därefter god mat. Det blir underhållning med musik. Vi håller fortfarande på att planera för festen. Kostnad för Dig som medlem 50: -.

Anmälan till Liselotte 0709-10 50 78 eller ivehed@live.se senast **den 10 november. Swish 123 386 71 81** eller betala till **Plusgirot 145 78 34-8**.

Föreningen skickar ut nästa medlemsbrev i början av januari.

Nytt för nästa år är:

Medlemsavgiften skall betalas direkt till vårt Fibromyalgiförbund. Vi återkommer med information i nästa medlemsbrev. Förbundet kommer med mer information i FibromyalgiNytt senare i höst.

Sara Gradlander skickar med ett förslag till ny cirkel som Sara skall driva i föreningens verksamhet. Cirkeln börjar i december 2021 (se bilaga). Hör av Er till Sara om Ni vill vara med i cirkeln.

Telefon till Sara 0732-54 54 10.

Sommarhälsningar

Styrelsen

