

MEDLEMS-NYTT

• Ledare	2
• Kurs - kris & krig	2
• Medlemsmöte	3
• Caféträff Kil	3
• Bowling	3
• Resa Björkborn	3
• Neurodagen - - föreläsning	4
- Torsby sjukhus + FrykCenter	4
• Caféträff Sunne	5
• Hjälpmedel	5
• Café Filipstad	5
• Hjärntrötthet	6
• Adventsfika	6
• Filmträff	6
• Färdtjänsten	7
• GPS-larm	7
• Aktiviteter i rulle	7
• Rapporter	8
• Träning	9
• Kontaktpersoner	9
• Kondoleanser	9
• Resurscentrum	9
• Anslagstavlan	10

Tips och idéer om utskicket kan skickas till kansliet.
Foto: Ann Augustsson
Eva Eiler
Susanne Tågmark
Marina Ullström

Vill du annonsera i Neuro Karlstad med omnejds medlemsblad hör av dig till vårt kansli:
054-18 92 54



Fotograf okänd

Nu är sommaren slut och höstterminen närmar sig. Vi börjar som vanligt månaden med en caféträff, i september på Järnvägscaféet i Kil. Månaden fortsätter sedan med bowling på Nöjesfabriken, en resa till Nobelmuséet Björkborn i Karlskoga och Neurodagen med de aktiviteter vi ordnar kring den. Vi gör t.ex. ett studiebesök på rehabiliteringsanläggningen FrykCenter. Hösten går sedan vidare med caféträffar i såväl Sunne, där vi går på Citykonditoriet, som Filipstad, där vi besöker Café Huset samt en adventsfika här i matsalen på Norra Kyrkogatan i Karlstad. Vi har dessutom ett medlemsmöte om hjälpmedel med Ulrika Andersson och ett möte om hjärntrötthet tillsammans med Afasiförbundet och Reumatikerförbundet i Karlstad. Föreläser gör Lisa Nyberg och Audun Lyngstad.

Våra aktiviteter sker i samarbete med studieförbundet



Kära medlemmar i Neuro Karlstad med omnejd,



Hösten står för dörren, och med den kommer både nya möjligheter och utmaningar. Men en sak är säker: vi står starka tillsammans. I vår förening finns en kraft som inte bara bygger på kunskap och erfarenhet, utan på gemenskap, engagemang och viljan att göra livet bättre för alla som lever med neurologiska diagnoser.

Under det gångna året har vi sett hur små insatser kan skapa stora förändringar. Från samtalsgrupper och föreläsningar till utflykter och påverkansarbete – varje aktivitet har burit med sig något värdefullt. Och det är tack vare er. Era röster, era berättelser och ert deltagande är det som gör Neuro Karlstad levande.

Men vi är inte färdiga. Framöver vill vi satsa ännu mer på att nå ut, skapa mötesplatser och påverka beslutsfattare. Vi vill att fler ska känna sig välkomna, hörda och stärkta. För ingen ska behöva känna sig ensam i sin kamp – oavsett om det handlar om att få rätt stöd, förstå sin diagnos eller bara hitta någon att prata med.

Så vad kan du göra? Kom på våra träffar. Dela med dig av dina idéer. Bjud in en vän. Och framför allt – fortsätt vara du. För varje medlem är en pusselbit i något större. Tillsammans är vi Neuro Karlstad. Tillsammans gör vi skillnad.

Med värme och framtidstro,
Styrelsen för Neuro Karlstad med omnejd



Bild: Pixabay.com

Stärka kvinnor med funktionsnedsättning vid kris och krig del 3 lördag 6 september, kl. 10.30 - 14.30

Denna gång kommer vi att vara utomhus och vi kommer att tillreda mat över öppen eld, samt få tips för att känna oss tryggare i naturen. Ledare är Kim Grietze Wanhainen som är utbildad i Äventyrsturism.

Utbildningen är kostnadsfri och vi bjuder på enklare lunch, så meddela ev. behov av specialkost.

Anmälan: helena.jonasson@abf.se, 070-053 97 65

Anmälan senast: 29 augusti

Adress: Mariebergsskogen, Treffenbergsvägen, Karlstad

Utbildningen är ett samarbete mellan [Personskadeförbundet RTP Värmland](#), [Neuro Värmland](#) och, [ABF Värmland](#) Med stöd av [Region Värmland](#)

Caféträff

På höstens första caféträff hamnar vi i Kil där vi besöker ”[Järnvägscaféet](#)”. Vi ses som vanligt klockan 14.00, men vill du äta lunch behöver du komma tidigare.

Dag: onsdag 3 september

Tid: kl. 14.00-16.00

Plats: Stationsplan (Järnvägsstationen), Kil

Anmälan till kansliet på tel. 054-18 92 54 alt. e-post karlstad@neuro.se senast 1/9!

Läs mer på: <https://www.facebook.com/jarnvagscafe>

Är du intresserad av samåkning - tala om det vid anmälan!



Bild: Pixabay.com

Bowling

Häng med på after work! Vi träffas och bowlar och avslutar med att äta gott i bowlingbaren. Vi får banorna kl. 17.00 och bordet för maten kl. 18.00, men maten måste beställas innan vi börjar bowla.

Dag: fredagen den 5 september

Tid: samling kl. 16.30 eller senast 16.45

Plats: Nöjesfabriken, Karlagatan 42

Kostnad för 1 timmes bowling och valfri rätt från deras AW-meny är 199 kronor.

Anmäl snarast till kansliet - men senast 3/9 - på tel. 054-18 92 54 alt.

e-post karlstad@neuro.se

<https://www.nojesfabriken.se/mat/bowlingbaren/>



Bild: Marina Ullstöm



Bild: Pixabay.com

Resa till Alfred Nobels Björkborn

Vi vill åka på en sista resa för säsongen - till Björkborn i Karlskoga. ”Björkborns herrgård var Alfred Nobels sista hem i Sverige. I Karlskoga lagförde man även Nobels testamente, den text som sedan ledde fram till att Nobelprisen skapades.” <https://nobelkarlskoga.se/>

Dag: söndag 14 september

Tid: samling kl. 9.30 för avfärd kl. 10.00.

Plats: Drottning Kristinas väg 7, vid Norrstrandskyrkan, Karlstad

Kostnad: Medlem: 400 kr

Icke-medlem: 600 kr (Ingår i priset: buss, entré och guidad visning samt kaffe & smörgås)

Anmälan till kansliet på tel. 054-18 92 54 alt. e-post karlstad@neuro.se senast 4/9!



Bild: nobelkarlskoga.se

Föreläsning om hjälpmedel

Neurodagen, ett perfekt tillfälle att synliggöra neurologiska diagnoser, och en dag som i år har som ett av sina teman just hjälpmedel.



Vi bjuder därför in till Resurscentrum i Karlstad där det finns tre inspirationsmiljöer, för smarta saker och välfärdsteknik – två fysiska och en digital. Där visas, med andra ord, hjälpmedel av olika slag och där kan man t.ex. kan boka egna visningar av den lägenhet som finns där.

Vi får en presentation av vad som erbjuds av Erkan Kinali och Selene Edkvist från Karlstads kommun.

Vi hoppas också på en presentation av Fritidsbanken där du kan låna sport- och fri-luftsutrustning gratis i 14 dagar. I Karlstad finns två Fritidsbanker, en på Kronoparken och en på Våxnäs och sammanlagt ett femtontal i hela Värmland. Parasport /Fritids-hjälpmedel finns för såväl sommar- som vintersporter.

Kanske kan vi ordna ett studiebesök på Fritidsbanken längre fram för intresserade.

Dag: måndag 22 september

Tid: kl. 15.30-18.30

Plats: Resurscentrum, Rosenbadsgatan 2, Karlstad

Kostnad: Vi bjuder alla, såväl medlemmar som andra deltagare, på såväl föreläsning, som kaffe & smörgås.

Anmälan till kansliet på tel. 054-18 92 54 alt. e-post karlstad@neuro.se senast 12/9!

Särskilt bjuder vi in dig som har blivit medlem under året och är ny medlem hos oss!



Foto: Eva Eiler



Besök i Torsby

Vi planerar att stå på sjukhuset i Torsby med ett informationsbord och ni är mycket välkomna att titta förbi.

Dag: torsdag 2 oktober

Tid: kl. 11.00-13.00

Plats: Lasarettsvägen 8, Torsby

Vi avslutar sedan vårt besök i Torsby med ett studiebesök på rehabiliteringsanläggningen FrykCenter. Passa på och kom med och titta på allt som finns!

Dag: torsdag 2 oktober

Tid: kl. 14.00-16.00

Plats: Järnvägsgatan 29, Torsby

Anmälan till kansliet på tel. 054-18 92 54 alt. e-post karlstad@neuro.se senast 25/9!

Caféträff

Tar ett nytt kliv ut i omnejden och åker till "Citykonditoriet" i Sunne, ett café med den lokala känslan kvar. Tänker att alla som vanligt är välkomna, men särskilt ni som bor i närheten av Sunne! Vi vill gärna träffa er! Välkomna!

Dag: onsdag 8 oktober (obs!- andra onsdagen i månaden)

Tid: kl. 14.00-16.00

Plats: Storgatan 32, Sunne

Anmälan till kansliet på tel. 054-18 92 54 alt. e-post karlstad@neuro.se senast 29/9!

Läs mer på: https://www.facebook.com/p/Citykonditoriet-i-Sunne-AB-100063578230021/?locale=sv_SE

Är du intresserad av samåkning - tala om det vid anmälan!



Bild: Pixabay.com

Medlemsmöte om hjälpmedel

Vi kör vidare med Neurodagens tema hjälpmedel och bjuder in Ulrika Andersson, på Karlstad hjälpmedel, "din flexibla butik för hjälpmedel och smarta produkter för en självständig vardag". Ulrika uppdaterar kontinuerligt utbudet av tjänster och produkter, men hon understryker att man aldrig ska tveka "att ta kontakt om det är någon produkt du saknar". Som vanligt bjuds det också på lite kvällsfika.

Välkomna!

Dag: onsdag 22 oktober

Tid: kl. 17.30 - 20.00

Plats: Norra Kyrkogatan 4, Karlstad

Anmälan till kansliet på tel. 054-18 92 54 alt. e-post karlstad@neuro.se senast 19/10!

Läs mer på: <https://karlstadhjalpmedel.se/>



Bild: karlstad
hjalpmedel.se

Caféträff

Vi fortsätter vår resa runt i omnejden och tar en tur till Filipstad och "Café Huset". Kaféet är också en lunchrestaurang, gör tårtor på beställning och har ibland underhållning. När vi kommer dit är det dock en vanlig caféträff och vi tar oss dit på egen hand. Välkomna!

Dag: onsdag 5 november

Tid: kl. 14.00 - 16.00

Plats: Stora torget 4 A, Filipstad

Anmälan till kansliet på tel. 054-18 92 54 alt. e-post karlstad@neuro.se senast 3/11!

Läs mer på: <https://cafehuset.se/>

Är du intresserad av samåkning - tala om det vid anmälan!



Bild: cafehuset.filipstad



Bild: lisanyberg.se



KARLSTADS KOMMUN



Föreläsning om hjärntrötthet

Att leva med hjärntrötthet är något som många med olika diagnoser gör: "Vanlig trötthet, som alla kan uppleva, går inte att jämföra med den trötthet som kan bli konsekvens efter skallskador eller sjukdomar och inflammationer som har påverkat nervsystemet." lisanyberg.se

Vi bjuder därför in till en föreläsning om hjärntrötthet tillsammans med andra funktionshinderföreningar, Region Värmland, Karlstads kommun, Vuxenskolan och ABF. Audun Lyngstad, Leg psykolog och specialist i klinisk neuropsykologi, vid Centralsjukhuset Karlstad samt Lisa Nyberg författare till boken "Leva med hjärntrötthet", tidigare forskare i företagsekonomi, som själv drabbades av den reumatiska sjukdomen SLE föreläser för oss. Föreläsningen hålls i 2 x 45 min. med en paus på ca 15 min, då det kanske finns kaffe och smörgås att köpa. Lisa inleder, Audun avslutar och det ges möjlighet att ställa frågor i anslutning till föreläsningens olika delar.

Dag: måndag 17 november

Tid: kl. 16.30-18.30

Plats: Sundstaaulan, Norra entrén, Sävegatan 7, Karlstad

Föreläsningen är kostnadsfri!

Adventsfika

Hösten har än en gång sprungit fram och vi har redan hunnit till den första advent, då vi som traditionen bjuder har en adventsfika. Även i år på en söndag, så att alla ni som jobbar en vanlig vardag också kan vara med. Något som har varit mycket uppskattat under de år vi har hållit oss till just första advent. Vi bjuder som brukligt är på lussekatter, pepparkakor och andra juliga godsaker, liksom har med julkalendrar, lotter och lite "julnötter" för hjärnan. Välkomna!

Dag: söndag 30 november

Tid: kl. 14.00-16.00

Plats: Norra Kyrkogatan 4, Karlstad

Anmälan till kansliet på tel. 054-18 92 54 alt. e-post karlstad@neuro.se senast 26/11!

Medlemsmöte med film

Vi avslutar årets medlemsträffar med film: "The Intouchables", som vi har försökt att visa tidigare: Förortskillen Driss kommer ut från fängelset och anställs som personlig assistent till den förlamade aristokraten Philippe. Två personer som inte verkar ha något gemensamt, men en oväntad vänskap växer fram. En film med varm humor, som verkligen kan kallas en "feel good-film". Det bjuds på en liten fika som vanligt!

Dag: onsdag 10 december

Tid: kl. 17.30-19.30

Plats: Norra Kyrkogatan 4, Karlstad

Anmälan till kansliet på tel. 054-18 92 54 alt. e-post karlstad@neuro.se senast 8/12!



Bild: Pixabay.com



Bild: Pixabay.com

Apropå färdtjänsten

Jag åker färdtjänst nästan varje dag. En del chaufförer är mycket bra, en del gör så man önskar att man vore någon annanstans! Men, för ett tag sedan, träffade jag en ängel, i formen av en färdtjänstchaufför. Jag hade varit och storhandlat, men glömt tandkräm. Dagen därpå, snöade det mycket, så ringde och bokade en färdtjänst resa till mataffären. Chauffören frågade hur det var med mig, när han kom. "Bra, är bara lite sur på mig själv. Handlade mycket igår, men glömde köpa tandkräm". Svar: "Så du ska bara köpa tandkräm?" Ja blev mitt svar. Då sa chauffören: "Går det bra om jag handlar på Konsum?" Ja, svarade jag, och chauffören stack iväg. Kom tillbaka med en tandkräms-tub. Och jag behövde bara betala för den!! Inte för resorna!

Ann A.



Bild: Pixabay.com

GPS-Larm

Idag fick jag ett GPS-Larm. Det täcker hela Karlstad kommun. Det andra larmet jag har täcker lägenheten. Eftersom jag har det larmet, behöver jag inte betala en extra kostnad, 349kr/månad för båda. Billigt!!

Ring biståndsbedömare 054-540 00 00, för att ansöka om GPS-Larm.

Med vänliga hälsningar,

Ann Augustsson,

Sekreterare i Lokalföreningen i Karlstad

Varmt välkommen till aktiviteter i rullstol!

Rullstolsdans:

Ojämna veckor kör vi rullstolsdans. Om du sitter i rullstol, ta gärna med en stående danspartner. Vår vision är att ha roligt och utvecklas tillsammans inom pardans. Alla är välkomna, oavsett hur man dansar.

Rullstolskul: Jämna veckor erbjuder vi rullstolskul. En möjlighet att ha roligt, röra på sig och tillsammans få testa på olika aktiviteter från bollsporter till lekar.

Tisdagar:

Rullstolsdans: 9/9, 23/9, 7/10, 21/10, 4/11, 18/11 och 2/12 (avslutning)

Rullstolskul: 16/9 (föreningsträff), 30/9, 14/10, 28/10, 11/11, 25/11 (avslutning)

Tid: 19:15 - 20:45

Kostnad: 100 kr medlemsavgift. 150 kr medlemsavgift för familj

Adress: Sannerudsskolan i Kil, B-Hallen. Ingång från Karlslundsgatan 6.

Vid intresse eller frågor kontakta:

Hanna Käld: +46 72 208 95 60, hanna.kald@danssport.se

Cathrin Wadell: +46 73 690 13 46, cathrin.wadell@gmail.com

Lena Käld: +46 70 561 42 40, lena.kald.palmer@parasport.se

Länk till föreningens Facebook sida:

<https://www.facebook.com/profile.php?id=61554576414799>



Årsmöte 20 februari

Nu känns det som mycket länge sedan, men i februari fick vi en ny styrelse på vårt årsmöte och Anders Johansson omvaldes som ordförande. Årsmötesförhandlingarna leddes säkert av mötesordförande Anders Halvarsson och efter mötet bjöds det på smörgåstår- ta och underhållning av Fredrik "Frippe" Myrer.

Caféträff 2 april

April månads caféträff blev särskilt välbesökt och vi hade en trevlig träff på Löfbergs Ros- teri & Kaffebär i Inre hamn, där personalen servade oss på bästa sätt. Då vi blev många var det dock inte så lätt att få tillfälle att prata med alla, men vi flyttade runt lite till slut och kunde då prata med några nya caféträffsbesökare.

Resa till Kristinehamns konstmuseum 24 maj

Vårens och sommarens utställning på museet visar upp verk av Sven Fristedt, en av Sveri- ges mest framgångsrika textildesigners genom tiderna och vi blev guidade genom utställ- ningen av en guide som gav oss lite frågor att fundera över när vi tittade runt. Efter guid- ningen var det dags för lunch och vi förflyttade oss till Panncentralen italienskt möte, en italiensk restaurang i anslutning till museet. Efter lunchen gick några av oss över till "Kvadraten", där en liten utställning av textilkonstnären Ethel Halvarsson visades.

Caféträff 4 juni

På vårens sista caféträff åkte vi till Bjurbäckens slusscafé, ett idylliskt sommarcafé i en fantastisk miljö vid slussarna i Bjurbäcken i Storfors kommun. Trots mörka moln och fris- ka vindar satt vi utomhus, då det gamla hus som hyser caféet är en kulturbyggnad som inte är tillgänglig. Med trevlig och hjälpsam personal var det dock inga problem. De ser- verade oss allt till den paviljong som finns i trädgården och behövde någon sedan besö- ka toaletten, så finns det en helt tillgänglig handikapptolett i anslutning till parkeringen.

Våravslutningen 11 juni

Åter igen var det dags för en våravslutning i Mariebergsskogen och tur med vädret hade vi igen. Julia anslöt och hade rullat uppför backen från parkeringen. Ingen brist på mus- kelpower där! En sittande tipspromenad, lite prat samt korvgrillning blev en trevlig för- sommarkväll.

Resa till Värmskogs café 14 juni

Trots en redan avslutad avslutning i Mariebergsskogen, hade vi en resa kvar: en tur till Värmskogs café med en traditionsenlig räkmacka. Än en gång hade vi tur med vädret och fick en fin försommardag med utsikt över Värmland. Resan var samtidigt ett tack för 2024-års arbete i föreningen för styrelse och personal, som bjöds på resan.

Susanne Tågmark

Rottneros park 23 augusti

Den 23/8 åkte vi 10 resenärer genom ett sommarfagert Värmland. Vårt mål var Rottne- ros, utanför Sunne. Där möttes vi en duktig och påläst guide, Ulla Norrman. Det är hon som är på kortet. Hon står bredvid statyn av Svante Pålsson, grundare av Rottneros. Vi gick och tittade blommor, träd o statyer. Ulla hade mycket berätta om denna fina an- läggning. Efter en timma var vi tillbaka till där vi startade. Då gick/ rullade vi till caféet, där väntade oss mycket god lunch. Jag åt grillad kycklingspett, som var jättegött! Jag tror de andra var nöjda, hörde inte motsatsen iallafall.

Sedan gick vår chaufför Andreas, för att köra frambussen till oss. Han var en mycket duk- tig chaufför. Jag vill också tacka för god hjälp av Torgil, han hjälpte mig också vid behov. Ann Augustsson höll i pennan



Foto: Susanne
Tågmark



Foton: Susanne
Tågmark



Foto:
Ann Augustsson

Egenträning på träningstorget på CSK 10 ggr tisd. kl. 17.30-18.30 - egenkostnad 300 kr som betalas vid anmälan. Ledare: Karin Berggren. Anmälan fr. 20 augusti på telefon.

Rehabiliteringsbad Sundsta badhus hösten 2025

Samverkan mellan Reumatikerförbundet Karlstad och Bröstcancerförbundet Värmland samt Funktionsrätt Värmland och Karlstads föreningar.

V. 38-48, men V. 44 stängt för oss, då det är höstlov.

Onsdag 17/9-26/11 2025 Tid: 14.15 - 15.15

Torsdag 18/9-27/11 2025 Tid: 20.15 - 21.15

Fredag 19/9 - 28/11 2025 Tid: 14.45 - 15.45

Anmälan BÖRJAR den 2 september kl.10.00 - 14.00

(endast telefon gäller) Telefon: 054 – 21 74 74

Egen kostnad: inträde 10-kort på badhuset.

Avgift till reumatikerförbundet för 1 termin är 350 kr.

Betalas efter anmälan på Bankgiro: 83 12 18-3 alt. Swish: 123 5244 744

**Reumatiker
förbundet**

KARLSTAD

Vi efterlyser än en gång kontaktpersoner till föreningen!

Vi behöver, som vi tidigare har poängterat, kontaktpersoner ute i alla kommuner, som ingår i vår lokalförening, personer som har öron och ögon öppna för våra frågor och vi saknar fortfarande en person. Du som finns i Kil hör av dig och kontakta oss, för nu är det bara hos er vi saknar kontaktperson.

Vill du göra en god gärning? Hör av dig! Du kan ringa eller mejla: tel. 054-18 92 54 alt. karlstad@neuro.se.



Bild: ClipArt

Kondoleanser

Ring endera direkt till Neuro Karlstad med omnejd på 054-18 92 54 och betala in valfritt belopp (min 100 kr) på Bg 5559-8213, så sänder vi en minnesadress till den avlidnes bår. Vi tar inga administrationsavgifter, utan beloppet går oavkortat till Neuro Karlstad med omnejds verksamhet.

Du kan också lämna minnesgåvor genom www.neurogavan.se/gava/minnesgava/, men då går pengarna till Riksförbundet i Stockholm.



Exempel på vad som händer på Resurscentrum!

- **Går livet på RÄLS** - En rolig och tankeväckande teaterföreställning om livet med teatergruppen Passionisterna. **11 sept kl. 14.00 - 15.00**
- **Musikunderhållning med Bertil Österberg** - Bertil sjunger och spelar gitarr, men till några av sångerna tar han även fram trumpeteten. **18 sept kl 14.00 - 15.00**

<https://karlstad.se/resurscentrum> eller ring växel 054-540 00 00

Resurscentrum, Rosenbadsgatan 2, 652 26 Karlstad



KARLSTADS KOMMUN

Här finns menyn!

KANSLIET
är bemannat*
mån. - fre. med tel.
tid mån & fre. kl.
10-12, tis. kl. 13-16
samt ons. & tors.
kl. 10-12 och kl. 13-
15. Du kan dock
ringa hela dagarna.
När ingen är inne
kan du lämna ett
meddelande på
telefonsvararen.
Du kan också ringa
till Funktionsrätt
Karlstad på tel.
054-18 66 00.

* Jag arbetar hem-
ifrån fredagar,
men du kan ringa!



Nästa utskick går ut
i februari 2026.
Hör av dig till vårt
kansli om du vill få
något infört!

Under vecka 44
(höstlovet) kan
tiderna vara något
förändrade!

Anslagstavlan

Medlemsavgift

2025

Huvudmedlem

384:-

- med eller utan neurologisk sjukdom/skada
får tidningen "Reflex"
- kan betalas med autogiro 32:-/mån

Stödmedlem

216:-

- får allmänt nyhetsbrev varje månad & Reflex digitalt
- kan betalas med autogiro 18 kr/mån

Stöd din favoritförening - PRENUMERERA på Bingolotto!



Teckna prenumera-
tion på Bingopaketet, Eventpaketet eller
Eventpaketet x2.

Ring Folkspel på tel. 0771-440 440 el. gå
in på bingolotto.se

Aktuella internationella årsdagar för neurologiska diagnoser o.dyl.

- 5 sept - Int. ryggmärgsskadedagen
- 23 sept - Hjälpmedelsdagen
- 28 sept - Neurodagen
- 16 okt - Polyneuropatidagen
- 29 okt - Världsstrokedagen (World Stroke Day)
- 19 nov - Världstoilettdagen (World Toilet Day)
- 3 dec - Internationella funktionshin-
derdagen

Skulle du vilja få hembesök?

Hör bara av dig till kansliet, så gör vi upp en
tid!

Hälsning Susanne på kansliet.

Gå in och se vad som sker
på vår Facebook-sida och
gilla gärna sidan!



RC-Appen - nu rikstäckande!

Ring 054-18 92 54
alt. skicka e-post på
karlstad@neuro.se, så lägger
vi undan önskat antal till er!



OBS! Från och med 1 januari 2023 blev priset
för **RC-Appen Singel 300 kr** och **RC-Appen Familj**
450 kr (4 appar). RC-appen är en app bestående av
unika erbjudanden i form av köp 2 betala för 1.
Köp sedan en aktiveringskod av din förening. Varje
köpt kod går att aktivera på fyra telefoner samti-
digt! Alla appanvändare får också tillgång till alla
erbjudanden i hela Sverige. Dessutom erbjuder RC-
appen 1000-tals rabatter från Onlinerabatt.se

Medlems-nytt per e-post?

Tack, alla ni som redan har anmält att ni gärna tar
emot Medlems-nytt digitalt! Ni gör en insats för
miljön, såväl som föreningens ekonomi! Vi kom-
mer att spara in både på pappers- och portokost-
nader. Pengar som vi kan ha roligare för!

I fortsättningen kommer vi därför att ta ut en
administrativ avgift på 50 kr för varje utskick som
vi skickar ut per post.

Du som ändå har fått det här utskicket i pappers-
form - vill du hellre få det via dator, läsplatta eller
mobil? Skicka bara in er e-postadress till oss på
karlstad@neuro.se, så ordnar vi det!

Genom att vädja till er har vi fått in 100 e-
postadresser, men mer än dubbelt så många har
en e-postadress registrerad i medlemsregistret, så
i fortsättningen kommer vi att använda den för
medlemsutskicken. I avsaknad av en e-postadress
använder vi oss av SMS om ett mobilnummer
finns eller i sista hand av en postadress.

Neuroförbundet Karlstad med omnejd, N:a Kyrkog. 4, 652 24 KARLSTAD
tel.: 054-18 92 54 mobil: 073- 752 29 16
e-post: karlstad@neuro.se bg 5559-8213 Swish 123 534 50 95