

Här kommer lite **TIPS** som Du kan ha nytta av.

- **BOSTADSTILLÄGG**

Sök bostadstillägg! Alla har rätt att söka. Om du får bostadstillägg beror på din boendekostnad och dina inkomster. Tyvärr är det många som skäms för att söka, men så ska man absolut inte känna. Om du inte vet hur du ansöker, så kontakta någon i styrelsen, så hjälper vi dig att ta fram en blankett.

Utdrag från Pensionsmyndigheten (nedan) **Så mycket kan du få i bostadstillägg**
Bostadstillägget är skattefritt. Vilket belopp du kan få beror bland annat på om du bor själv eller tillsammans med någon. Är du ensamstående är 7 290 kronor per månad (2023) det högsta beloppet som du kan få i bostadstillägg. Är du gift eller sambo och ni lever ihop, kan du som mest få 3 645 kronor per månad (2023) i bostadstillägg eftersom du delar bostadskostnaden med någon.
Lever du och din partner isär kan ni i vissa fall få bostadstillägg som för ensamstående. Så kan det till exempel vara om en av er flyttar till ett äldreboende.

- **DEMENS**

Som anhörig med en närstående som har fått diagnosen demens eller uppvisar symtomen, finns det värdefull hjälp att få. Man brukar säga att demens är en ”anhörigsjukdom”. Har du frågor så kontakta:
Kommunens demensverksamhet tel. 0123-193 27 eller
Demenssjukköterska Valdemarsviks Vårdcentral tel. 010-105 92 90

- **MUNHÄLSA**

Munhälsan är viktig för ett allmänt välbefinnande och för andra sjukdomar. Om du är klen/svag i händerna, så kanske en eltandborste hjälper dig.

- **APOTEKET**

- Du som äter flera mediciner kan få råd på Apoteket om de olika medicinerna och ifall de ”krockar” med varandra. De är väldigt kunniga, så passa på att få lite mer nyttig information om just Dina mediciner.
- Om du är medlem i apoteksgruppen och pensionär, får du 5 % på tisdagar (ej receptbelagda varor).

- **SERVICEBILEN**

- Servicetrafiken hämtar dig hemma och kör dig till Centrum, Vammarhöjden eller Vammar köpcentrum. Linjen går på torsdagar mellan kl 9:00-12:30 samt kl 16:00-20:00. Du bokar plats senast 2 timmar innan resa och betalar 26 kr som vuxen respektive 18 kr som

PRO

bladet nr 12

för

Gryt - Valdemarsvik

Idag hälsar vi välkommen till

Roger Östling från Sparbanken

som kommer att prata om säkerhet.

En polis kommer också

Tillsammans kommer det att berättas hur bedragarna försöker lura oss och hur vi ska skydda våra pengar.

PRO-bladet 9 maj 2023/Styrelsen

senior/ungdom. Du kan betala med kort eller kontanter. Beställ din resa på tel: **0771-71 10 20**.

ORDFÖRANDE HAR ORDET

Styrelsen har fullt upp med planeringen för sommaren och hösten, för att våra träffar ska bli givande. Nu först ser vi fram emot utflykten till Kärlekens trädgård m.m. och till Sillsexan i Gryt./ Janne

INTE MEDLEM - BLI MEDLEM

Prata med dina grannar. Ge dem ett ex. av PRO-bladet. De kanske vill bli medlemmar och följa med på någon av alla våra aktiviteter. Vill du bli medlem? Ring till Janne Wendin Tel: 076-812 77 58, så berättar han hur du kommer med i vårt härliga gäng.

RESOR

LÄS OCH RES – i sommar går till Värmland.

Datum: Första avresa 28/6 och sedan flera datum till sista avresan 6/8-2023.

Resa med buss, 3 nätter logi, 3 frukost, 4 lunch, 3 middagar.

Pris 5 400 kr. enkelrum tillkommer med 1 100 kr.

Mer information finns på hemsidan. Anmälan till styrelsen.

Planeringen fortskrider med olika utflykter: Marmorbruket, Stensöborg, Brandkärmuséet, Hägerstad slott, Malexander Hembygdsgård och Astrid Lindgrens Näs. Vi får se hur mycket vi hinner med under året.

UTFLYKT 7 juni

7 juni blir det utflykt och en busstur i samarbete med **Sparbanken**.

Besök: **Kärlekens Trädgård** - lunch på **Fyrudden** och sedan ett besök på **Gryts Handelsträdgård**.

Hämtning med buss vid **Folkets Hus** i Valdemarsvik **10:10** och **Gryts återvinning 10:30**.

Hemresa från Handelsträdgården **vid 16:00**

Pris 200:-/person. Betalning sker i bussen. Kontant eller swish.

Föranmälan: se under **Viktiga datum!**

ÖVRIGT

Korpens vandringar fortsätter på torsdagar. Alla vandringar utgår från Banvallsstugan kl 09:00

AKTIVITETER

Boule – vid **Banvallsstugan** - är du intresserad och vill vara med?

Kontakta: **Ronny Karlsson** 070-344 85 99 eller

Anders Testor 076-343 39 47 eller

Göran Löfsved 070-699 33 34

Boule – i **Gryt** – har börjat för säsongen. Vill du vara med -

Kontakta Ulf Westrup 070-267 45 07

VIKTIGA DATUM

Medlemsmöten under 2023:

9 maj - i Församlingshemmet 14-16.

Roger Östling från Sparbanken kommer och pratar om säkerhet.

Förhoppningsvis kommer en polis också och lär oss hur vi skyddar oss mot de kriminella och hur de jobbar för att lura oss.

Servering: kaffe och smörgås.

Lotterier med fina vinster.

7 juni utflykt - Föranmälan senast 30 maj till:

Janne Wendin Mobil: 076-812 77 58

Uffe Westrup mobil: 070-267 45 07

Se mer information under **UTFLYKT**

13 juni – Sillsexa i Gryts Bygdegård 14-16.

3 sorters sill, inlagd strömming, hembakat bröd och mycket mera gott! Kostnad: 120 kr per person.

Sista anmälningsdag 30/5-23.

OBS! Föranmälan till Janne Wendin 076-812 77 58

eller **Uffe Westrup 070-267 45 07**

Hösten 2023

12 september

10 oktober – historieberättaren Mikael Andersson kommer och berättar om ”kända och okända Norrköpingsbor. Mer info kommer.

Tipspromenaderna från Banvallsstugan drar många besökare. Anmälan sker på plats söndagar mellan 10-11 och det finns alltid fika med dopp efteråt. Välkomna!

14 november - höstmöte

12 december

Boka upp dessa datum i din kalender, så du inte missar något trevligt.