

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 **6 550 kronor** per månad (2024) det högsta beloppet du kan få i bostadstillägg. Är du gift/sambo och ni lever ihop, kan du som mest få **3 275 kronor** per månad (2024), 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
Demenssjuksköterska 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 19

för
Gryt - Valdemarsvik

*Idag gästas vi av
landshövding*



Carl Fredrik Graf

PRO-bladet 13 februari 2024/Styrelsen

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

ORDFÖRANDEN HAR ORDET

Redan februari...Planeringen för vårens begivenheter är i full gång i styrelsen. Vi ska försöka få våra kommande medlemsträffar så intressanta och meningsfulla som möjligt. Vi tittar också på möjligheterna att få till någon dagsutflykt och kanske någon annan kul aktivitet. Det får vi återkomma till så fort vi har något att informera om. Det är många som har kommit med bra förslag och önskemål, så vi har lite att jobba med. / 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

Styrelsen diskuterar för fullt om någon **dagsutflykt** nu i vår och om vi kanske kan göra en **ny tur med Ms Ellen** i slutet på sommaren. och vart i så fall!

Vi återkommer så fort vi vet något mer.

ÖVRIGT

Korpens vandringar: Har inte börjat än!

Tipspromenaderna från Banvallsstugan börjar nu på söndag 11 februari. Anmälan sker på plats söndagar mellan 10-11 och det finns alltid fika med dopp efteråt. Välkomna!

AKTIVITETER

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

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

Anders Testor 076-343 39 47 eller

Boule – i **Gryt** – vill du vara med?

Kontakta Ulf Westrup 070-267 45 07

VIKTIGA DATUM

Medlemsträffar 2024

13 februari – Idag/Årsmöte - Valdemarsviks Församlingshem 14-16

Sedvanliga årsmötesförhandlingar

Landshövding **Karl-Fredrik Graaf** gästar oss

Servering: kaffe och **räksmörgås kostnad 80 kr**

Lotteriet: Alltid fina priser

OBS! ONSDAG 13 mars - Valdemarsviks Församlingshem 14-16

Underhållning: Linn Svensson

9 april - Valdemarsviks Församlingshem 14-16

14 maj - Valdemarsviks Församlingshem 14-16

11 juni - -Sillsexan – Gryts Bygdegård

Underhållning: Örjan Dahlberg och Magnus Höjer

Höstens 2024 års träffar

10 september - Valdemarsviks Församlingshem 14-16

8 oktober - Valdemarsviks Församlingshem 14-16

12 november - Gryts Bygdegård

10 december - Valdemarsviks Församlingshem 14-16

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