

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 6 990 kronor per månad (2022) det högsta beloppet som du kan få i bostadstillägg.

Är du gift eller sambo och ni lever ihop, kan du som mest få 3 495 kronor per månad (2022) 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

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

PRO

-bladet nr 4

för

Gryt - Valdemarsvik



Mikael Leonardsson – trubadur
Underhåller oss idag!

PRO-bladet 13 september 2022
Styrelsen

ORDFÖRANDE HAR ORDET

Jag, Göran Löfsved, har valt att gå ur styrelsen. Jag är dock kvar i föreningen och jag tycker det är viktigt att PRO finns i Valdemarsvik. / Göran

Vi tycker det är tråkigt att Göran har avgått och det var hans eget val. Vi söker nu efter en ny kandidat, som vill axla rollen som ordförande. Under tiden fungerar styrelsen ändå och vi hjälps åt med uppgifterna. Känner du någon som är lämplig, så hör av dig till någon i styrelsen. / styrelsen

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

30 augusti var vi på kryss med M/S Ellen, runt i vår skärgård. Vi blev ca 50 st. Förmiddagsfika med smörgås, jättegott lunchpaket och fika med bulle. Under färden fick vi lite information om öarna vi passerade. Vi var iland på Bokö och Harstena, för de som ville ta en promenad. Strålande sol hela dagen. Stort Tack Valdemarsviks Sparbank som sponsrade PRO, så vi kunde genomföra denna tur till ett humant pris.

19 september – rundvandring med guide i Söderköping. Buss hämtar i Viken vid Bussterminal och Vammarskolan kl 09:30. Mat kl 13:00. Hemresa ca 15. Kostnad 100 kr inkl. lunch.

LES OCH RES – nästa sommar går till Värmland. Mer info. kommer.

ÖVRIGT

På torsdagar har Korpen **vandringar** med olika spännande mål. Kontakta Göran Löfsved 070-699 33 34 eller Lennart Nyberg 070-657 25 13 om du vill veta mer.

AKTIVITETER

Boule – vid **Banvallstugan** - är du intresserad och vill vara med? Kontakta **Anders Testor** 076-343 39 47 eller **Göran Löfsved** 070-699 33 34

22 september – **Korpmästerskap** i Boule 2-mannalag vid Banvallsstugan med start kl. 10:00. Kostnad 20 kr/person.

Boule – i **Gryt** - är du intresserad och vill vara med? Kontakta Ulf Westrup 070-267 45 07

VIKTIGA DATUM

13 september – Idag medlemsmöte kl 14 – 16 i Församlingshemmet Trubaduren **Mikael Leonardsson** gästar och underhåller oss Kaffe och smörgås. Lotteri med fina vinster

19 september – rundvandring med guide i Söderköping. Se RESOR

11 oktober - medlemsmöte i Församlingshemmet kl 14 – 16

Krister Ryding kommer att visa bilder från förr och berätta. Kaffe och smörgås. Lotteri med fina vinster

8 november – Höstmöte/budgetmöte i Gryts Bygdegård kl 14 – 16 Magnus Höjer kommer och håller ett kåseri från något ur sina 50 år som journalist. Idag serveras Gulaschsoppa med hembakt bröd! Kaffe och kaka. Lotteri med fina vinster

13 december – LUCIA – medlemsmöte i Församlingshemmet 14-16. Programmet inte riktigt klart men ”Tomten” kommer!

Korpen har **tipspromenader** varje söndag kl 10-11 med utgång från Banvallsstugan. Fika och trevlig samvaro efteråt.

Idag serveras Risgrynsgröt med hembakt julbröd.
Lotteri med julklappar