

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

**Demensjuksköterska 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 5

för  
**Gryt - Valdemarsvik**



Krister Ryding  
Visar bilder och berättar!

PRO-bladet 11 oktober 2022  
Styrelsen

## STYRELSEN HAR ORDET

Just nu har vi ingen ordförande, men styrelsen jobbar på ändå. Vi diskuterar bland annat att ”förnya” våra medlemsmöten. Vad det innebär kommer vi att informera om när vi har ”tänkt klart”.

Vi söker nu efter en ny kandidat, som vill axla rollen som ordförande. Känner du någon som är lämplig, så hör av dig till någon i 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

**19 september** – var vi på en guidad tur runt i Söderköping. Vi var 24 st. In i små gränder och där vi fick höra intressanta historier. Efteråt åt vi lunch tillsammans. En minnesvärd dag.

**Läs OCH RES** – nästa 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 och kommer att finnas i pappersform på nästkommande medlemsmöten.

Anmälan: man kan anmäla sig redan nu till styrelsen, som anmäler gemensamt till Vikingbuss.

## 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.

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

## AKTIVITETER

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

Kontakta **Anders Testor** 076-343 39 47

eller **Göran Löfsved** 070-699 33 34

**Boule** – i **Gryt** - är du intresserad och vill vara med?

Kontakta Ulf Westrup 070-267 45 07

## VIKTIGA DATUM

**11 oktober** – medlemsmöte idag i **Församlingshemmet** kl 14 – 16.

Krister Ryding kommer och visar ”gamla bilder” och berättar.

Idag bjuds det på kaffekalas med godsaker till som omväxling.

Men lotteri med fina vinster finns som alltid.

**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!

Idag serveras Risgrynsgröt med hembakt julbröd med julskinka på.

Lotteri med julklappar.

Programmet inte klart för nästa år, så vi ber att få återkomma med det.

