

Til alle medlemmer



Råholt, 22. september 2017

PROGRAMMET FOR HØSTEN 2017

Nå er det unektelig høsten igjen, men selv om vi går mørkere og kaldere tider i møte, vil vi gi dere noe å se fram til. Her har vi satt opp et program som burde være noe for alle aldre. Husk også at NAAF sentralt har mange gode medlemsfordeler for deg som medlem. Følg med i AstmaAllergi-bladet eller på NAAFs hjemmeside – www.naaf.no

Dette er sittende styre:

Leder	Solveig Pleym Øien	tlf. 416 91 490
Nestleder	Svein Erik Hansen	tlf. 924 32 745
Kasserer	May Klingenberg Limbodal	tlf. 402 32 905
Sekretær	Siv Hennum Mohseni	tlf. 909 69 601/63 96 45 49
Styremedlem	Hege Elisabeth Aulibråten	tlf. 916 65 643
Styremedlem	Roger Selnes	tlf. 959 13 815
Varamedlem	Kjell-Vegard Østhus	tlf. 900 13 310
Varamedlem	Torill Hageberg	tlf. 916 18 197

Med vennlig hilsen

Solveig Pleym Øien
Leder

PS.

Støtt oss gjennom Grasrotandelen. Norsk Tipping setter av 5% av alt du tipper for gjennom Lotto, Vikinglotto, Joker og Fotballtipping til en pott. Disse pengene deles ut til lag og foreninger som er med i Grasrotandelen. Neste gang du tipper så si fra at du vil støtte oss. **Vårt org.nr. er 993 621 412.** Dette koster deg ingen ting ekstra.



GRASROTANDELLEN 



Program høsten 2017



Bading på Gjestad, Jessheim

NB! Påmelding på sms til tlf. 416 91 490 innen lørdag kl. 10.00. Du kan komme om du ikke har meldt deg på, men de påmeldte har førsteprioritet.

For skoleåret 2017/2018 har vi bading i svømmehallen på Gjestad, Jessheim, hver lørdag fra **kl. 12.00 – 13.00** (ikke i skolens jule-, påske- eller sommerferie).

Tilbudet er for barn og barnefamilier som er medlemmer av NAAF.

Voksne kr. 40,-

Barn kr. 20,-

Alle som skal bade MÅ dusje før de går i vannet. Det er påbudt å bruke badehette.

Det er kun lov med 20 personer i bassenget om gangen. Har du spørsmål så ta kontakt med Solveig Pleym Øien, tlf. 416 91 490. Eventuelle ikke medlemmer betaler dobbel pris.

NB! Siste dag før jul blir lørdag 16. desember 2017.

Trening for personer med astma eller KOLS under ledelse av instruktør i Råholt Bad



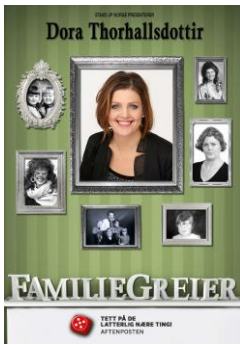
Siden januar 2013 har vi hatt trening for voksne personer med astma eller KOLS i Råholt bad. Det er trening på tirsdager kl. 11.00 – 12.00 og på torsdager kl. 09.00 – 10.00 under ledelse av instruktør. Kravet for å være med er at deltakerne er medlemmer av NAAF og er røykfrie. Interessert? Ta kontakt med Solveig, tlf. 416 91 490, for mer informasjon.



**Stand i Nannestad ved Boots apotek
lørdag 18. november kl. 11.00 – 14.00**



Vi vil ha informasjon om astma, kols, allergier, eksem og overømfintlighet. Vi vil ha spesielt fokus på matallergi, og det vil bli noen smaksprøver på «allergimat», og vi vil gi råd om alternative matvarer til den som ikke kan spise alt. Kom en tur innom du også. Gi gjerne tips til andre om at vi er der. Alle er hjertelig velkommen innom oss.



Dora Thorhallsdottir – Familiegreier

Ullensaker kulturhus fredag 24. november kl. 19.00

Dora Thorhallsdottir – familieterapeut og komiker tar for seg noe mange kan kjenne seg igjen i. Før het det slektstre, nå ligner det mer og mer på en busk. Det som før var A4-familier er blitt en salig blanding av mine og dine barn, eks-svigermor og den nye kjæresten til bestefar. Det er mye å si om familier. Utrolig nok har ingen laget et standup show om det – før nå Her blir det mye humor – så bli med!

Betalende medlemmer, kr. 200,-. Ikke medlemmer betaler kr. 350,-. **Påmeldingsfrist senest 2. oktober** til Siv, tlf. 63 96 45 49 (kveld), eller til Solveig, tlf. 416 91 490. Eller på mail; naaf.ovre.romerike@gmail.com. Det er begrenset med billetter, så her gjelder første mann til mølla

Gråtass – Traktorjul

Familieforestilling i Ullensaker kulturhus
Søndag 26. november kl. 14.00



Juleforestillingen med Gråtass har vært en stor suksess i mang år og blitt en fast tradisjon for veldig mange. I Traktorjul er alle med – Gråtass, Grynet, Goggen, Gamlefar og skurkene. Det er duket for spenning, forviklinger, humor, varme og den gode julestemningen! Dette blir moro for både store og små.

Barn (som er medlemmer) gratis, voksne medlemmer kr. 180,-. Ikke medlemmer kr. 240,-. **Påmeldingsfrist senest 2. oktober** til Siv, tlf. 63 96 45 49 (kveld), eller til Solveig, tlf. 416 91 490. Eller på mail; naaf.ovre.romerike@gmail.com. Det er begrenset med billetter, så det gjelder å være tidlig ute.



Juleverksted på Gjestad, Jessheim

Lørdag 9. desember kl. 10.00 – 13.00

Kom å bli med oss på vårt tradisjonelle juleverksted. Vi lager mye fint av pynt og gaver til jul. Vi bestreber oss på å ha materialer som egner seg for våre medlemmer. Hvis du vet om noe spesielt du ikke tåler, er vi takknemlig hvis du sier ifra på forhånd. Det blir en enkel bevertning. **Juleverkstedet er gratis for betalende medlemmer**, andre kr. 75,-. Det er ingen påmelding til dette arrangementet. Ta bare med deg arbeidslyst og godt humør. - - - Hvis du tar 2 timer her, så rekker du å bade også fra kl. 12.00.

Velkommen!

Årsmøtet 2018

Bare en liten påminnelse. Årsmøtet i 2018 blir mandag 5. februar kl. 19.00 på Gladbakk, Råholt.