



# Jakobstadsnejdens Diabetiker MEDLEMSINFO 4-2016

## Höstmöte

**Tisdag 25.10 kl. 18.00**

**Vid Hötorgscentret**

Stadgeenliga ärenden, lotteri, vi bjuder på kaffe/te och smörgås.



### Kvällens föreläsare

**Diabetesläkaren Otto Knutar**

**"Behandling av diabetes förr och nu"**

Otto är en jättekunnig diabetesläkare med bas vid Vasa Centralsjukhus. Han har alltid väldigt intressanta föreläsningar. Missa inte denna intressanta kväll. Man har även möjlighet att ställa frågor!

Försäljning under kvällen av Ullmax kläder, föreningens mössor och adresser.

**Varmt välkomna!**

**Finns väldigt få platser kvar i onsdagens simgrupp. Vill någon börja ännu, ta kontakt med E-M, 050-5903031, [elsemayf@gmail.com](mailto:elsemayf@gmail.com)**

**Julfest sö 18.12 kl. 13.00 vid Hotell Epoque**  
(tillsammans med hjärtföreningen)

*Julmiddag, program, sång av Mikaela och Mats Wickman, prisutdelning.*

**Pris: 32 €/pers  
Anmäl senast:  
ons 30.11.2016  
Anmäl till: E-M,  
050-5903031**

**[elsemayf@gmail.com](mailto:elsemayf@gmail.com)**



**TACK alla som gjorde vårt familjeläger vid Klippan till en succé!**

Vi har fått väldigt stor positiv respons efter lägret och är mycket tacksamma över att det blev så lyckat för alla inblandade!

**Succén fortsätter! Jakobstadsnejdens Diabetiker vill ju hylla våra**

**medlemmar, diabetiker och medmänniskor! På julfesten kommer vi att dela ut 3 olika utmärkelser till de NI tycker att förtjänar dem!**

### **\* ÅRETS DIABETIKER**

En person ni tycker förtjänar att vara årets diabetiker av någon orsak. Kan tex vara någon ni tycker att ha kämpat extra mycket med sin diabetes och lyckats att vända den till något bättre.

### **\* ÅRETS MEDLEM**

En person som ni tycker är årets medlem. Tex är väldigt aktiv i föreningen, är ofta med på det vi ordnar och gör sig förtjänt av titeln årets medlem.

### **\* ÅRETS VARDAGSHJÄLTE**

Till detta pris så behöver det inte vara en medlem eller diabetiker. Detta kan vara vem som helst i samhället som ni tycker har gjort någonting bra för dig som diabetiker eller för diabetes överlag.

Skicka in senast må 5.12.2016 förslag på kandidater med namn och motivering varför den personen ska vinna, även bifoga en bild av kandidaten! Styrelsen går sedan igenom alla inskickade bidrag på styrelsemötet i december och utser då 3 olika vinnare till priserna. Vinnarna får sedan en personlig inbjudan till julfesten den 18.12 där priserna kommer att delas ut. Styrelsen har också rätt att skicka in bidrag!

Skicka helst via email till:

**[sussugleisner@hotmail.com](mailto:sussugleisner@hotmail.com)** eller per post:

**Susann Gleisner**

**Västanträskvägen 71**

**66910 Socklot**

**[www.jakobstadsnejdensdiabetiker.fi](http://www.jakobstadsnejdensdiabetiker.fi)**  
**[www.facebook.com/diabetesjakobstad](https://www.facebook.com/diabetesjakobstad)**

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	tot.
Nov																															

Poäng totalt:

Om du vinner ett Flipbelt, vilken storlek önskas (XS-XL):

Namn, adress och tel nr.

Vill du bli medlem i vår förening? JA

## "MOTIONERA FÖR DIABETES" - För att uppmärksamma världsdabetesdagen 14.11. I år är temat "hypo"

Vi fortsätter med fjolårets populära kampanj som heter "Motionera för diabetes" - för att uppmärksamma världsdabetesdagen 14.11.

Reglerna är enkla. Kampanjen pågår mellan **november** 2016. Man samlar **1 poäng för varje ½ h man motionerar**. Motionen är då tex, promenad, cykling, simning, jogging, gräsklippning, snöskottning osv. Klipp ut blanketten som ni ser överst och fyll i den med era poäng för varje dag. *Alla som har minst totalt 15 poäng är med i utlottningen.*

Ni får även kopiera blanketten och dela ut åt familj, anhöriga och vänner. ALLA kan delta.

Blanketten skall vara inskickad **SENAST ons 7.12.16**. Till ordförande **Susann Gleisner, Västanträskvägen 71, 66910 SOCKLOT**: Eller i postlådan vid kontoret, Rådhusgatan 12. Öppet vardagar mellan kl. 8-16.

Bland alla inskickade bidrag så lottar vi ut följande priser:

**1:a pris: Presentkort á 300 € till Ingves och Svanbäcks.**

**2:a pris. Presentkort á 250 € till Prisma.**

**3:e pris. Presentkort á 200 € till Prisma.**

**4:e pris. Presentkort á 150 € till Citygruppen.**

**5:e pris. Presentkort á 150 € till Citygruppen.**

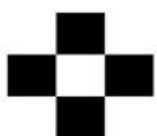
**Bland alla de som inte fått presentkort lottar vi ut 15 st Flipbelt.**

**Läs mera om Flipbelt på [www.flipbelt.fi](http://www.flipbelt.fi).**

*Detta gör vi för att uppmärksamma världsdabetesdagen. Så vi uppmanar alla:  
**Motionera för diabetes!***

*[www.jakobstadsnejdensdiabetiker.fi](http://www.jakobstadsnejdensdiabetiker.fi), [www.facebook.com/diabetesjakobstad.fi](https://www.facebook.com/diabetesjakobstad.fi)*

*I samarbete med **Finlands Diabetesförbund**. [www.diabetes.fi](http://www.diabetes.fi) och  
**Penningautomatföreningen RAY**.*



Jakobstadsnejdens  
Diabetiker



Världsdabetesdagen  
14 november