

# Aktivitetsplan. Nannestad Revmatikerforening 2019.

06. Januar	<b>Juletreff / medlemsmøte på Moreppen Grendehus.</b> Gang rundt juletre - Nissen kommer. <b>NB! Oppstart kl. 16:00</b>
08. Januar	Gruppetrening i varmtvann på LHL sykehuset Gardermoen <b>hver tirsdag fra kl. 16:00 – 17:00.</b>
10. Januar	Likepersonstjeneste / sosialt samvær <b>hver torsdag fra kl. 10:00 – 12:00</b> i Granåskjelleren (under biblioteket). De som ønsker, spaserer en tur først. (Fra ca. kl. 10:00 – 10:40).
10. Januar	Gruppetrening i sal på Preståsen skole <b>hver torsdag fra kl. 19:00</b>
<b>12. Februar</b>	<b>Årsmøte i Nannestad Revmatikerforening.</b> Alle medlemsmøter avholdes på Moreppen Grendehus med oppstart kl. 19:00
19. Februar	Møte med alle komitémedlemmer på Moreppen Grendehus kl. 18:00
12. Mars	Årsmøte NRF Akershus fylkeslag (Lørenskog) registrering fra kl. 18:00
<b>12. Mars</b>	<b>Medlemsmøte. "Besøk fra Bandagisten".</b>
26. Mars	Likepersonstjeneste på AHUS "Møtepunktet" <b>kl. 11:00 – 14:00</b>
04. April	Oppfølging / motivasjonskurs i bruk av hjertestarter. <b>Kl. 14:00 Påmelding før 1./04.</b>
<b>09. April</b>	<b>Medlemsmøte. "Besøk fra ØRAS".</b>
<b>14. Mai</b>	<b>Medlemsmøte.</b>
23. Mai	Langtrampen. Gå/stavgang trim karusell med start fra Preståsen skole kl. 18:15
27. Mai	Spasertur fra parkeringsplass v/ Gardermoen kl. 18:00 <b>(Ravinelandskapet).</b>
02. Juni	Spasertur -utflukt til Nybergskoia. Fremmøte Lyngås Holter kl. 12:00
03. – 07. Jun	Tur til Reuma-Uka på Savalen Fjellhotell & Spa. <b><u>Påmelding innen 15./05.</u></b>
15. – 16. Jun	Nannestad Festivalen 2019. Foreningen har egen stand med lotteri.
<b>18. Juni</b>	<b>Sommeravslutning. Servering av rømmegrøt og spekemat kl 19.15.</b> <b>Revmatikertrimmen kl 18.00 (Start fra Moreppen Grendehus).</b> <b>Underholdning fra Kulturskolen. <u>Påmelding innen 10./06.</u></b>
20. Juni	Langtrampen. Gå/stavgang trim karusell med start fra Preståsen skole kl. 18:15

20. August	Gruppetrening i varmtvann på LHL sykehuset starter opp igjen.
22. August	Likepersonstjeneste begynner igjen etter sommerferien.
22. August	Langtrampen. Gå/stavgang trim karusell med start fra Preståsen skole kl. 18:15
29. August	Trening i sal på Preståsen skole starter opp igjen etter sommerferien.
<b>10. Septem.</b>	<b>Medlemsmøte.</b>
19. Septem.	Langtrampen. Gå/stavgang trim karusell med start fra Preståsen skole kl. 18:15
08. – 22 Okt.	Gruppereise til Spania -bo i leiligheter på Jardin (på andre siden av Reuma Sol). <b><u>Påmelding snarest mulig</u></b>
<b>08. Oktober</b>	<b>Medlemsmøte.</b>
<b>12. Novem.</b>	<b>Medlemsmøte.</b>
21. Novem.	"Ribbetur" til søta bror i Sverige. <b><u>Påmelding innen 15./11.</u></b>
06. Desem.	Julemiddag/juletur. <b><u>Påmelding innen 15./11.</u></b>
Turkomiteen planlegger også en teatertur (dato ikke fastsatt).	
I tillegg har foreningen lotteri på KIWI Nannestad samt COOP Maura (dato ikke satt) + boklotteri.	

## År 2020

<b>05. Januar</b>	<b>Juletefest / medlemsmøte på Moreppen Grendehus.</b>
	I samarbeid med Moreppen Velforening.
<b>11. Februar</b>	<b>Årsmøte i Nannestad Revmatikerforening.</b>
<b><u>NB!</u></b>	<b>Program på medlemsmøtene kan du lese på foreningens nettsider så snart det foreligger. Det tas naturligvis forbehold om endringer!</b>