

julefrokost

**Julefrokost onsdag den
22. nov. kl. 13**

Vær med, når Thy-Morsø-kreds afholder årets julefrokost. Prisen er inklusive mad. Du kan købe drikkevarer til små priser. Amerikansk lotteri med flotte gevinster.



Pris: Medlem 130,- ikke medlem 170,- **Bindende tilmelding**
Tid: Onsdag den 22. nov. kl. 13.00
Sted: Dansk Handicap's lokaler, Kr. Kolds Gade 1, 7700 Thisted

Tilmelding **senest den 18. nov** på <https://gfthymorsoe.nemtilmeld.dk/>

Bestyrelsen

Gigtforeningens tlf. nr. 93 20 77 78

Formand: Lone Pedersen

Tlf.: 42 96 77 71

Kasserer: Ane-Marie Steensen

Tlf.: 21 22 96 74

Arr. ansvarlig: Birthe Krog Markussen

Tlf.: 27 82 48 10

Best. Medlem: Eva Krogh

Tlf.: 23 72 50 53

Suppleant: Else Marie Nørgaard

Tlf.: 22 44 94 16

Næstformand: Helle Steen

Tlf.: 23 35 94 09

Sekretær: Jan Goddard

Tlf.: 23 44 55 96

Best. Medlem: Marna Andersen

Tlf.: 97 92 54 48

Suppleant: Kirsten Agesen

Tlf.: 61 67 73 29

Trykspansor



Sparekassen Thy



Alle er velkommen til vore arrangementer—du behøver ikke at være medlem
www.gigtforeningen-thymors.dk - tlf/SMS. 93 20 77 78



Gigtforeningen

Thy/Morsø Kreds



Bustur til Gødstrup og Holstebro



**Vi besøger først
Gigt- og Bindevævssygdomsklinikken,
Regionshospitalet Gødstrup
og derefter TV Midtvest, Holstebro**

Først kører vi til Gødstrup - Ny behandlingsmetode:

Vi modtager patienter til udredning, undersøgelse, behandling og kontrol af gigt- og bindevævssygdomme.

Patienter modtages efter henvisning fra egen læge, andre speciallæger eller hospitalsafdelinger og visiteres efter sygdommens art.

TV Midtvest med rundvisning i huset og mulighed for at møde studieværten. Efter rundturen byder TV MIDTVEST på kaffe m/brød. Her vil der være mulighed for at stille spørgsmål.

Pris: Medlem: 320,- Ikke-medlem: 420,-
Prisen er inkl. bus, morgenkaffe/te m/brød samt frokost.

Tid: Torsdag d. 12. okt.



Opsamling:

Thisted Havn (ved Burgerfri): kl. 7:30 - Hotel Vildsund Strand kl. 7:45

Nykøbing Rutebilstation: kl. 8:15 - Turen starter hjemad ca. kl. 16:30

Tilmelding efter princippet "først til mølle..." Der er max. 40 pladser.

Tilmelding **senest den 6. okt.** på <https://gfthymorsoe.nemtilmeld.dk/>

Ny tilmeldingsmåde eller mere info:
Skriv: <https://gfthymorsoe.nemtilmeld.dk/>

Men du kan stadig ringe/SMS på
tlf.: 93 20 77 78



Alle er velkommen til vore arrangementer—du behøver ikke at være medlem
www.gigtforeningen-thymors.dk - tlf/SMS. 93 20 77 78



Foredrag: Slidgigt i knæ eller hofte - operationen, og hvad så?



Foredrag ved Peter Skrejborg, Ph.d. om fordele og ulemper ved at få udført en knæ- eller hofteoperation.

Med baggrund i den nyeste forskning inden for området vil Peter Skrejborg fortælle om det, at få en knæ- og hofteprotese anno 2023.

Hvilke overvejelser skal man gøre sig inden man beslutter sig? Hvordan går det typisk efter operationen? Hvad kan man selv gøre for at optimere resultatet? Hvad med træning før og efter operationen?

Pris: Medlem: 60,- kr. - Ikke-medlem: 90,- kr. Gratis kaffe/te med brød.

Tid: Onsdag d. 20 sept. Kl. 19

Sted: Dansk Handicaps lokaler, Kr. Kolds Gade 1, Thisted

Tilmelding **senest den 15. sept.** på <https://gfthymorsoe.nemtilmeld.dk/>

Foredrag: Smerter og Biomedicin — **NYKØBING MORS**



Akutte og kroniske smertetilstande i bevægeapparatet.

Kom og hør med, når smertesystemets normale funktioner bliver gennemgået.

Kristian Stengaard vil gennemgå effekt og bivirkninger ved smertelindrende medicin, fx paracetamol, ibumetin, morfin o.l. samt lokalt binyrebarkhormon ved inflammatoriske gigt-sygdomme, fx kronisk leddegigt, degenerative ledsygdomme, f.eks. artrose (slidgigt) i led og ryg m.fl.

Pris: Medlem: 60,- kr. - Ikke-medlem: 90,- kr. Gratis kaffe/te med brød.

Tid: Onsdag d. 1. nov. Kl. 19

Sted: Støberigården, Støberivej 7, 7900 Nykøbing Mors

Tilmelding **senest den 28. okt.** på <https://gfthymorsoe.nemtilmeld.dk/>

Alle er velkommen til vore arrangementer—du behøver ikke at være medlem
www.gigtforeningen-thymors.dk - tlf/SMS. 93 20 77 78



Foredrag: Om Hypnoseterapi mod bl.a. smerter, rygning m.v.

Hypnoseforedrag med Susanne Søndertoft. Hypnose er den del af dig, som rummer alle de erfaringer og oplevelser, du ikke har bevidst adgang til. De færreste tænker over, at dette udgør langt størstedelen af hjernen.

Hvad er hypnose?

- 1) Kan det hjælpe mod gigtsmerter?
- 2) Hvad kan man bruge hypnose til?
- 3) Kan man tabe uønsket kg.?
- 4) Kan man blive sit sukker trang kvit?
- 5) Kan man kvitte cigaretterne?
- 6) Kan en nål hjælpe på smerter?



Pris: Medlem: 60,- kr. - Ikke-medlem: 90,- kr. Gratis kaffe/te med brød.

Tid: Tirsdag d. 10. okt. Kl. 19

Sted: Dansk Handicaps lokaler, Kr. Kolds Gade 1, Thisted

Tilmelding **senest den 6 okt.** på <https://gfthymorsoe.nemtilmeld.dk/>

GÅTURE FOR MOTIONSUVANTE 2023 i Thorsted skov (P-plads v/Hjardalvej)

Vi byder alle aldre, gå tempo og skavanker velkomne. Om du kommer med din rollator eller i de hurtige sko, så er der altid én at følges med – ingen går alene.

Vi går en tur på 2 km med mulighed for at gå en kortere eller længere tur. Hovedruten er handicapvenlig. Efter gåturen samles vi til forfriskninger i form af kaffe, te og lidt mundgodt. **Gåturen samt forfriskning bagefter er gratis for alle.**

DATOER FOR GÅTURE - Tirsdage i ulige uger

14. marts	9. maj	4. juli	29. august
28. marts	23. maj	18. juli	12. september
11. april	6. juni	1. august	26. september
25. april	20. juni	15. august	10. oktober

Ingen
tilmelding.
Mød bare op

Arrangører: Diabetesforeningen, Kræftens Bekæmpelse, Lugesagen Thy-Mors, Hjerteforeningen, Gigtforeningen, Osteoporoseforeningen og Thisted Kommune.

Alle er velkommen til vore arrangementer—du behøver ikke at være medlem
www.gigtforeningen-thymors.dk - tlf/SMS. 93 20 77 78

