



Društvo za fibromialgijo  
Celovška cesta 160  
1000 Ljubljana  
T. 041-46 46 77 (07/ 49 64 179)  
e-mail: [dfmtajnistvo@gmail.com](mailto:dfmtajnistvo@gmail.com); [drustvofm@gmail.com](mailto:drustvofm@gmail.com)

Lj., 6. 5. 2013

## VABILO in OBVESTILA

Dragi člani Društva in vaši svojci!

22. maja 2013 praznuje Društvo za fibromialgijo 9. rojstni dan. Vabimo vas na **družabno srečanje** v počastitev društvenega praznika, ki bo v soboto, **25. maja**, s pričetkom ob **10. uri**, v **Kopru – Bertokih**.

Letošnji organizatorji dneva Društva so člani **primorske** skupine, ki nam pripravljajo naslednji program:

**-10.00 – prihod, zbiranje in sprejem na vrtu Zadružnega doma Bertoki;**

Zadružni dom Bertoki (gostilna Kortina, trgovina Mercator), Cesta borcev 1, 6000 Koper, je blizu priključka na hitro cesto med Dekani in Koprom: <https://plus.google.com/117839177984642085259/about?hl=sl>.

Smer z avtoceste/hitre ceste (Lj-Srmin-Bertoki-Koper): izvoz desno - priključek Bertoki, na koncu priključka zavoj levo, smer Bertoki - sv. Anton, naravnost do krožnega križišča, v tem krožišču na zadnjem tretjem odcepu na kratko na staro cesto proti Dekanom, prvi izvoz desno.

Smer z drugih cest (Trst, Črni kal - Rižana - Dekani,...): na krožnem križišču na Srminu - »Rondo Dekani« izstopite za smer Bertoki, naravnost mimo bencinske črpalke (na desni), naprej do zadružnega doma, ko takoj po avtobusnem postajališču na levi zavijete levo.

Glej sliko - lokacija 1!

**Parkiranje:** Avtomobile za ves čas obiska lahko pustite na brezplačnem parkirišču ob vrtcu pri križišču ceste za Sv Anton. Glej sliko - lokacija 2!

Če bi kdo imel orientacijske težave, lahko pokliče na GSM: Evo - 041 841 875 ali Jano - 051 807 403.

- **mini kulturni program v veliki dvorani ZD Bertoki;**
- **ogled prostorov KS Bertoki, sejna soba skupine za fibromialgijo;**
- **sprehod do izletniške kmetije Krmac;**

**- 12.30 - kosilo v Osmici, Izletniška kmetija - Krmac**, Arjol 3, Bertoki, 6000 Koper. Glej sliko - lokacija 3!

Cena kosila je 15 € po osebi. Denar bomo pobrali na kraju samem. Pijačo boste naročili sami po lastnih željah in ni vključena v ceno kosila. Za goste s posebnimi potrebami in omejitvami (alergije, vegetarijanci) bodo pripravili prilagojene krožnike - sporočite ob prijavi.

**Popoldan:** Poleg prijetne zelene okolice kmetije Krmac imate tisti, ki se boste morda želeli sprehoditi po bližnji naravi, najmanj dve možnosti za samostojni sprehod:

- **Ogled Naravnega rezervata Škocjanski zatok**, ki je največje polslano močvirje v Sloveniji in je v neposredni bližini. Na sprehodu po urejenih učnih poteh obiskovalci lahko spoznavajo bogat rastlinski in živalski svet z mnogimi redkimi in ogroženimi vrstami.

- **Pot zdravja in prijateljstva Parenzana - Porečanka**; lepo urejena kolesarska in pešpot; traso se s projekti Italije, Slovenije in Hrvaške ureja kot »Pot zdravja in prijateljstva«. Idilična in povsem varna pot gre tudi mimo Bertokov.

Več: <http://www.portoroz.si/1615>

Na družabno srečanje se **prijavite** Slavi Andrič, najkasneje do **20. maja**, na GSM **041-237 688**, tel. **07/ 49 62 295** ali na e-naslov: [andric1950@gmail.com](mailto:andric1950@gmail.com).

#### **Še nekaj obvestil in vabil:**

**SVETOVNI DAN FM/SKU: 12. maj** je **svetovni dan ozaveščanja o fibromialgiji in sindromu kronične utrujenosti**. V ta namen bomo izvedli različne aktivnosti: **razstavljali** informacijsko gradivo, sodelovali v **televizijski oddaji** Dobro jutro na TVS1 (v petek, 10. 5. med 8:00 in 9:30), se predstavili v nekaterih **tiskanih medijih** (majska številka priloge Slovenskih novic - Zdravje), predstavili našo bolezen **šudentom medicine** v Mariboru, po elektronski poti razpošiljali **diaprojekcijo** z opisom bolezni ... Pozivamo vse člane, da vsak po svojih močeh prispevamo k boljšemu poznavanju naše bolezni v svojem okolju!

**PREDAVANJE:** Ljubljanska skupina organizira za člane Društva predavanje na temo **zdrave prehrane** (s poudarkom na težavah pri bolnikih s fibromialgijo), v izvedbi gospe Marije Merljak, univ. dipl. inž. živilske tehnologije. Strokovne informacije iz medicinskega zornega kota bo posredovala prim. Mojca Kos-Golja, dr. med., specialistka revmatologinja. Predavanje bo potekalo v **torek, 21. maja 2013**, ob **17.00** uri, v Ljubljani, na Celovski 160, v **prostorih LPP** v 5. nadstropju. Finančni prispevek na posameznika bo odvisen od števila udeležencev, prispevke bomo pobrali na kraju samem. Na predavanje ste vabljeni tudi člani iz drugih regij! Svojo udeležbo predhodno prijavite (**komu in do kdaj?**)

**ČLANSTVO V NACIONALNI MREŽI NEVLADNIH ORGANIZACIJ:** Postali smo **člani mreže NVO 25 X 25**, ki jo je ustanovilo Društvo za zdravje srca in ožilja Slovenije. Mreža organizira številna **predavanja in delavnice** s področja zdravja in zdravega življenjskega sloga za bolnike na splošno, ki se jih naši člani lahko udeležijo brezplačno. Na društveni spletni strani bomo sproti objavljali vsa povabila; vabljeni, da izkoristite priložnosti!

**POVABILO THERMANE LAŠKO**, ki praznuje od 27.5. do 1.6.2013 **šestdesetletnico** MEDICINSKE REHABILITACIJE V ZDRAVILIŠČU LAŠKO.

**Vabljeni smo na DAN S ČLANI DRUŠTVA ZA FIBROMIALGIJO, ki bo v sredo, 29.5.2013!** Program bo obsegal:

10.00 sprejem na terasi hotela Zdravilišče Laško

10.30 - 12.00 okrogla miza, dr. Dean Sinožič (Srebrna dvorana hotela Zdravilišče Laško)

12.15 - 13.00 joga (telovadnica hotela Zdravilišče Laško)

13.15 - 14.30 kuharska delavnica - priprava lahkih poletnih solat (Zlata dvorana hotela Zdravilišče Laško)

14.30 manjša pogostitev in druženje (terasa hotela Zdravilišče Laško)

V pripravi so tudi številne ugodnosti, ki jih bodo člani društva lahko na ta dan koristili po skupnem druženju. Predhodne prijave se sprejemajo do 22. 5. 2013 na e-naslov: [valerija.kufner@thermana.si](mailto:valerija.kufner@thermana.si) oz. telefonsko na št. 03 734 5248.

Podrobnejše informacije bodo objavljene na društveni spletni strani. Vabljeni k udeležbi!

**ČLANARINA:** Pri pregledu **plačila članarin** za leto 2013 smo ugotovili, da je nezanemarljivo število naših članov pozabilo na to obveznost, ki smo ji postavili zadnji rok konec meseca marca! Tem ponovno? pošiljamo plačilne naloge? za naknadno poravnavo obveznosti in sicer najkasneje do **15. maja**. Če je kdo v tem času članarino že poravnal, položnico lahko uniči. Tistim, ki ste se včlanili v Društvo v novembru ali decembru 2012, se šteje plačana članarina tudi za leto 2013. Člani, ki dve leti zapored ne poravnajo letne članarine, so premeščeni iz aktualne članske evidence in izgubijo pravico do vseh društvenih ugodnosti ter obveščanja preko osebnih vabil in sporočil.

Po plačilu članarine prejmete **letno nalepko**, ki vam jo po pošti pošlje blagajničarka ali pa jo dobite osebno na srečanjih skupin oz. na društvenih srečanjih. S prilepljeno letno nalepko je vaša članska izkaznica za tekoče leto potrjena. Za uveljavljanje društvenih ugodnosti (npr. zdraviliškega zdravljenja) so veljavne samo potrjene članske izkaznice. Če kdo, ki je že poravnal članarino, doslej še ni prejel letne nalepke za 2013, naj se obrne na blagajničarko (Slavi) na tel. št. 03/562 96 06.

Spoštovani člani, veselimo se našega **majskega izleta** na Primorsko in **ostalih srečanj**, zato lepo povabljeni, da se nam pridružite v čim večjem številu!

Prijazno vas pozdravljamo!

Veronika Felicijan  
predsednica Društva