

Nyt fra Sydfyn & Øerne



2020

Jan. - Feb. - Mar.

I dette nummer

Formanden siger!
Generalforsamling.
Tur til Sæby.
Tur til Oslo.

Rapportage:
Vi byder op til dans

Så sidder du med det første blad for året 2020, som bliver endnu et år med mange aktiviteter i lokalforeningen. Vi har ikke mindre end 262 aktiviteter fordelt over året, og dertil kommer de mange ramte/pårørende arrangementer der er i 2020!

Men som noget af det første, skal vi afholde vores årlige Generalforsamling, og i år er vores formand på valg, samt flere bestyrelsesmedlemmer. Det er derfor om muligt endnu vigtigere, at du møder op og er med til at vælge de personer, som du ønsker skal være med til at lede og styre foreningen, de næste 2 år.

Se indkaldelsen i dette blad, hvor du også kan læse om vores tur til Sæby, Oslo og meget mere!



Nyt fra formanden

Vi er nu midt i den mørke tid og julen nærmer sig med hastige skridt. Der er godt gang i alle forberedelserne til jul og nytår. Der har været og er fortsat mange aktiviteter på Sydbyn - og der kommer flere til i det nye år.

Pårørende netværk er en ny gruppe, som aftaler hvor og hvornår man mødes. I denne gruppe kan man støtte og vejlede hinanden i det at være pårørende - eller blot være den, som lytter eller den som læser af.

Vi tager bolden op efter ønske, med en formiddag for ramte hjerneskadede, hvor man mødes i et forum hvor det KUN er de ramte som er til stede.

Bestyrelsen har planlagt mange aktiviteter det kommende år - enkelt udflugter i bus, ferie, eller andre former for aktiviteter ude i kommunerne.

Jeg håber I vil tage godt imod tilbuddene og støtte op om vores arrangementer. Det er tilbud til jer og jeres familier, det giver sammenhold og masser af glæde og smil.

Vores årlige julefrokost blev afholdt i Hillerslev, 27 deltog og det var en hyggelig eftermiddag/aften, hvor vi i år ikke spillede pakkespil, men bankospil om de pakker vi hver især havde med - tak til alle som deltog.

***Her til slut vil jeg ønske alle en rigtig glædelig jul samt et godt og lykkehbringende nytår.
På gensyn i 2020.***

INDKALDELSE TIL GENERALFORSAMLING

Den 26. Januar 2020 kl. 13:00

Kun adgang for medlemmer af HJSF

Der indkaldes herved til ordinær Generalforsamling i
lokalafdeling *Sydfyn & Øerne*.

Generalforsamlingen afholdes i lokale A1

Guldhøj - Floravej 11, 5750 Ringe

Indgang Floravej, via kælder, hvor der forefindes kørestolsrampe!

Generalforsamlingen afholdes i følge vedtægterne, som kan læses på
lokalforeningens hjemmeside www.hjsf-sydfyn.dk (se under diverse)

Dagsorden:

- 1) Valg af dirigent
- 2) Bestyrelsens beretning til godkendelse
- 3) Indstilling af regnskabet *)
- 4) Behandling af indkomne forslag (forslag der ønskes behandlet på
generalforsamlingen, skal være formanden i hænde senest 12/1-2020)
- 5) Behandling af forslag til førstkommende repræsentantskabsmøde
- 6) Drøftelse af lokalafdelingens arbejde i det kommende år
- 7) Fremlæggelse af budget til godkendelse
- 8) Valg af:
 - a) Formand
 - b) Bestyrelsesmedlemmer for en 2-årig periode
 - c) Suppleant(er) for en 1-årig periode
- 9) Eventuelt

(* til godkendelse på førstkommende repræsentantskabsmøde)

**Foreningen er vært med en bid mad fra kl. 12:00. Tilmelding til spisning,
nødvendig til Lonnie på tlf: 2020 4080 senest onsdag den 22 januar !**

**Vel mødt
Formanden**



Vi fik slet ikke nok af Nordjylland, da vi var der sidst. Der var og er meget at se på, så derfor tager vi afsted igen. Det bliver fra den 30/8 til den 6/9 2020.

Vi har booket samme campingplads, og de samme hytter som sidst, og selvfølgelig tager vi teltet med igen!

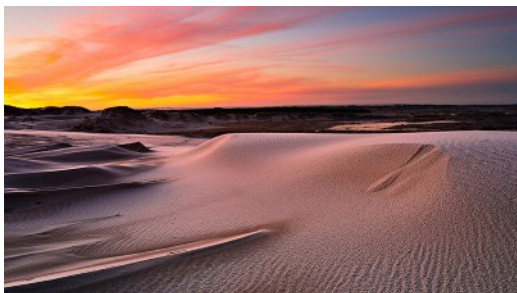
Var du ikke med sidst vi var i Nordjylland, ja så er chancen der nu, men skynd dig, for der bliver rift om pladserne!



Vi har ikke planlagt noget, for mulighederne er mange i Nordjylland. Hvad med et besøg i den tilsandede kirke. I fire hundrede år samlede den menigheden, indtil sandflugten lagde sig hen over kirkevej og kirkegård og forfaldet satte ind, så man i 1795 så sig nødsaget til at ophøre med at

holde gudstjeneste, og kirken blev lukket.

Eller hvad med en vandretur på Råbjerg Mile, en 1000 m lang og 1000 m bred sandbunke, der rummer ca. 4 mio. m³ sand og har sit højeste punkt 40 m over havet. Den flytter sig med



vinden med mere end 15 m årligt i øst-nordøstlig retning mod Kattegat.



Du kan også tage færgen til Sverige fra Frederikshavn, eller kaste snøren i vandet og fange en fisk fra havnemolen i Sæby. Gå en tur i minibyen i Sæby og oplev byen fra fugleperspektiv. Eller hvad med en tur til Skagen og slendre i de smalle gader, sætte sig og spise en is, eller

drikke en kop kaffe!

Du kan også besøge det fantastiske Voergaard Slot - Kom indenfor i en verden med eventyrlige fortællinger og uhyggelige spøgelseshistorier. Kryb ind i fangekælderen, oplev de uvurderlige kunstschatte og kongelige antikviteter og find blodpletten, der ikke kan vaskes af (slottet er ikke egnet for personer med gangbesvær).

Hytten koster 3.200.- kroner for en uge og dette er inkl fri internet, adgang til minigolf og slutrengøring!

Ved 4 i en hytte er prisen kun 800,00 kroner pr. person.

Ved 2 i en hytte er prisen 1.600,00 kroner. Alle priser er + forplejning på 400.- kroner pr. person.

Turen er uden transport, men vi vil forsøge at arrangere samkørsel, så der bliver plads til alle! (Vi håber at kunne leje en bus med plads til 8).

Du skal tilmelde dig senest 1. februar på **mail@hjsf-sydfyn.dk**, eller ringe til Lonnie på tlf: 2020 4080 og samtidig indbetale 500.- kr. på konto **5994-12 12 231**, husk at mærke betalingen med "Svalereden".

Restbeløbet betales senest 1/5-2020

TURUDVALGET

Aktivitetslisten

Faaborg-Midtfyn Kommune

Alle aktiviteter foregår i Hjerneskadecentret i Hillerslev, Kirkegyden 1B, 5750 Ringe. Med mindre andet er angivet ved arrangementet.

Mandag den 6/1 - 3/2 - 2/3

Fællesspisning kl. 17:00 til kl. 20:00

Vi mødes og spiser sammen, menuen aftales fra gang til gang.

Pris kr. 50 for maden - Tilmelding nødvendig til Lonnie på 2020 4080 senest fredagen før aktiviteten: Frank er kok.

Mandag den 13/1 - 10/2 - 9/3

Mandehørm kl. 17:00 til kl. 20:30

En speciel aften med god mad, vin eller øl og rigtig mandehygge - helt sikkert UDEN kvinder! Menu aftales fra gang til gang. Tilmelding nødvendig til Frank på tlf. 6177 6633. Pris kr. 50.

Mandag den 20/1 - 17/2 - 16/3

Spilleaften kl. 16:00 til kl. 20:00

Vi spiller brætspil, kort, terninger eller noget helt andet, spiser vores medbragte mad sammen og hygger os.

Tilmelding til Lonnie på 2020 4080 senest søndagen før.

Mandag den 27/1 - 24/2 - 23/3

Tøseaften kl. 17:00 til kl. 20:30

En pigeaften hvor vi spiser sammen, tøsefniser og hygger med strikkesøjlet. Pris aftales fra gang til gang. Tilmelding nødvendig senest fredagen før Lonnie på tlf. 2020 4080.

Mandag den 30/3 kl. 19:00 til kl. ??

Foredrag/Musikaften

Aktivitetstlisten

Malerhold

hver mandag fra kl. 9:00 til kl. 14:00 med Kim Priskorn og
hver onsdag fra kl. 9:00 til kl. 12:00 med Lonnie Braagaard.

Sløjdhold - Vi arbejder i træ.

Hver mandag fra kl. 9:30 til kl. 13:00 og hver tirsdag fra kl.
16:30 til kl. 20:00 på **ESPE SKOLE**, Sløjdlokalet, Skovvej 8 i
Espe. Indkørsel via Skolevej, p-plads ved børnehaven.
Tilmelding ikke nødvendig! Ved Frank Andersen.

Ærø Kommune

Vi mødes på "Skibet" om torsdagen i ulige uger fra kl. 15 til
17:30. Der er mange muligheder for socialt samvær. Kontakt
Catharina Freudendahl for at høre mere om "Skibets"
aktiviteter. Catharina har tlf. 2384 4637 og mail:
cath.dione@gmail.com.

Svendborg Kommune

Cafébesøg, Torsdag den 20. februar kl. 14:00

Vi mødes på Café Brød, i Gerritsgade 18b.

Vi har pt ikke nogen fast aktivitet, men er i dialog med
Kommunen om at finde et eller flere steder, som evt. kan
komme på tale - og hvor vi samtidig kan mødes med -/og
tilbyde råd og vejledning til de nyrømte og deres pårørende.
Og i den forbindelse måske få etableret værested for vores
medlemmer i Kommunen.

Vi arbejder også på - sammen med Kommunen - at få en
ungegruppe (Hovedtropperne) i Svendborg. Et rum for unge
med en hjerneskade, som kan mødes med andre ligesindede
og nogle unge frivillige til at holde styr på tropperne.

Aktivitetslisten

Langeland Kommune

Der er ingen faste aktiviteter for øjeblikket. Det skyldes desværre den manglende fremmøde, når vi har arrangementer. Og hvad er så årsagen til dette? Er det forkert ugedag eller tidspunkt på dagen? Er det forkerte emner/aktiviteter vi kommer med eller er det transporten, som er problemet?

Så vi ændrer kurs - for en stund!

Vi vil forsøge at komme ud lokalt til vores medlemmer. Vi finder et egnet lokale nær din bopæl, eller tilbyder at hente dig/jer - for derved at komme i dialog med hvert enkelt medlem og finde ud af, hvad er der af ønsker og behov til netop dig/jer i vores lokalafd.

Der bliver annonceret i ugeavisen om tid og sted, men også i vores facebook-gruppe kan du følge med.

De unge hjerneskadede



De unge hjerneskadede i foreningen - kaldet Hovedtropperne, bliver nu et landsdækkende navn for denne gruppe. Det har hidtil været sådan at ude i lokalafdelingerne har man kaldt de unge hjerneskadede ved forskellige navne, men det skal nu ensrettes. Det betyder at unge hjerneskadede mellem 16-35 år, som er medlemmer af foreningen hedder Hovedtropperne. Alle andre - "gamle" Hovedtropper, som er over 35 år - må ikke kaldes sig Hovedtrop mere.

På Fyn betyder det for vores Hovedtropper, at vi skal opdele

Aktivitetslisten

gruppen i 2 nu - unge mellem 16-35 år som hedder Hovedtropperne og "de gamle" Hovedtropper i alderen 36-? skal der findes et nyt navn til.

I samarbejde med URK (Ungdommens Røde Kors) vores frivillige finder vi nyt navn og opdeler grupperne - og selvfølgelig sammen med "de gamle" Hovedtropper.

Er du unge hjerneskadet og har du lyst til at være en del at Hovedtropperne, kan du kontakte Lonnie på tlf. 2020 4080 for at høre mere.

Hovedtropperne (HT) i Odense



Er for unge mellem 16-35 år, som mødes i socialt netværk og hygger sig - blandt andre ligesindede. Der arrangeres biograftere, udflugter og mange andre ting - men vigtigst af alt er, at du er med til at bestemme, hvad I skal lave.

Vi mødes torsdag i lige uger på Lille Glasvej, Kanslergade 8 fra kl. 17:30-20:30.

Vi spiser sammen og hygger os med forskellige aktiviteter som f.eks. film, bingo, comedy, spil/quizaften og evt. gåture med opgaver via app.

Tilmelding til Laura fra URK på tlf. 6170 2534 eller på mail: hovedtropperne.odense@gmail.com senest tirsdagen før.

Planlagte aktiviteter for 2020

Uge 11 - Hjerneugen

Uge 17 - Biograftur i Rudkøbing

Uge 20 - Cafésbesøg i Faaborg

Onsdag den 27. maj - Bakketur og Cirkusrevyen

Lørdag den 13. juni - Ærødag

Lørdag den 27. juni - Sejltur med Helge

Uge 33 - Cafésbesøg i Rudkøbing

Lørdag den 15. august - Sommerfest

Søndag den 30. august - søndag den 6. september -
Campingferie i Sæby

Torsdag den 24. september - Aktivitet på Ærø

Lørdag den 26. september - Foreningernes dag i Svendborg

Uge 41 - Cafésbesøg i Ringe

Lørdag den 24. oktober - Besøg i Randers Regnskov

Uge 46 - Biograftur i Ringe

Torsdag den 19. november - Aktivitet på Ærø

Lørdag den 28. november - Julefrokost i Hillerslev

Onsdag den 2. december - Julehygge på Ærø

NYT: Åben tirsdagscafé



Nogle har efterlyst en strikke-/hækle aktivitet, andre vil godt "bare" mødes til en snak over en kop kaffe/te. Nogle trænger bare til at komme lidt væk hjemmefra - så hvorfor ikke mødes tirsdag i Caféen på Guldhøj til et par timers hygge.

Er du ramt eller pårørende eller er du ven/veninde eller familie/nabo - det er helt lige meget for ALLE er velkommen.

Caféen har åbent - her kan der købes kaffe, brød og andre drikkevarer til rimelige priser.

Vi mødes i Caféen på Guldhøj, Floravej 11 i Ringe hver tirsdag fra kl. 18.30 - kl. 20.30. (Første gang er tirsdag den 7. januar.)

NYT: Hygge for de ramte



Hver torsdag formiddag mødes ramte til en hyggelig snak og en kop kaffe. Der kan læses avis, vi kan spille et spil kort eller diskutere verdens situationen. Med andre ord kom og se hvad formiddagen bringer.

Caféen har åbent - her kan der købes kaffe, brød og andre drikkevarer til

rimelige priser.

Vi mødes i Caféen på Guldhøj, Floravej 11 i Ringe fra kl. 9:00. Er der ikke nogen i Caféen, så kig op på kontoret, der er altid kaffe på kanden (lokale C6 1. Sal. Første gang 9. januar).

NYT: Pårørende netværk

Hver gang vi har afsluttet et minikursus for ramte og pårørende, er jeg blevet spurgt om der er en gruppe for pårørende som efterfølgende kan mødes. Det har der ikke været før nu.



Vi starter op onsdag den 8. januar kl. 19 i Hjerneskadecenteret i Hillerslev. Gruppen er for pårørende og det er gruppen selv, som sætter dagsorden for møderne. Hvor ofte vil man mødes og hvor - er det i Hjerneskadecenteret eller hjemme privat eller ude i byen et sted. Er der emner som

ønskes debatteret med en fagperson eller er det foredrag, så kan dette også blive arrangeret.

Håber rigtig mange pårørende vil støtte op om dette projekt.

Kontakt til denne gruppe er **Marianne Mondrup på tlf. 6071 3385.**

Børn og unge til en hjerneskadet forældre

Tilbud til børn/unge i hjerneskaderamte familier. Vi kan tilbyde socialt fællesskab blandt ligesindede børn og unge, hvis ene forældre har erhvervet sig en hjerneskode.



De mødes den sidste torsdag i måneden fra kl. 17:15 til kl. 18:45. Her har de noget til fælles og kan ytre sig i et trygt lukket forum. De får sat ord og følelser på det de går og tumler med og sammen med en fagperson får de bearbejdet deres frustrationer gennem tale, ved at tegne eller ved at lege. Der er måske

ikke altid overskud til at lytte og forstå de yngste familiemedlemmer i den nye hverdag der skal leves – med en erhvervet hjerneskode i familien.

Der er to grupper i alderen fra 6-12 år og fra 13-17 år.

Projektet fortsætter så længe der er børn og unge, som vil deltage og der er altid plads til en mere.

Har du barn/børn som kunne få gavn af at deltage i denne gruppe så kontakt Lonnie på tlf. 2020 4080.

Det foregår i Hjerneskadecenteret i Hillerslev, Kirkegyden 1 B, 5750 Ringe.



Minikursus

Er du hjerneskadet eller pårørende, er der mulighed for at deltage på et minikursus - vi tilbyder hjælp til selvhjælp gennem gruppesamvær.

- Her dannes socialt fællesskab, hvor man mødes om et bestemt emne eller problem, man er fælles om.
- Efter eget valg og på eget ansvar deles tanker og følelser, man har til fælles.
- Danner menneskeligt fællesskab, hvor man bliver mødt - lige der hvor man er og set som den, man er. En person med både stærke og svage sider.
- Skaber netværk fremadrettet.
- At kunne være med til at skabe en positiv forandring af sin egen tilværelse.

Det er nogle af de emner og tanker, som bliver vendt på dette kursus, som strækker sig over 8 gange, alle på torsdage fra kl. 18.30 til kl. 20.30 og med en fagperson tilknyttet hver gang og det foregår i Hjerneskadecenteret i Hillerslev, Kirkegyden 1 B.

Næste hold starter op i marts måned.

Du kan kontakte Lonnie på tlf. 2020 4080 for tilmelding eller yderligere oplysninger.

Forældre café:

Café for forældre til børn og unge med en hjerneskade og - eller med angst

- kontakt Lonnie på tlf: 2020 4080 for nærmere info.





Vi byder op til dans

10 steder på Fyn, byder vi op til dans!

Vi er godt i gang med at afholde de mange arrangementer, og det er en oplevelse at se hvordan musik og dans giver smil på læben og sved på panden!

Efter de tilbagemeldinger vi allerede nu har modtaget, vil vi prøve at få stablet en hold på benene, og måske danse hver uge i enten Ringe eller Faaborg.



Der ligger ikke noget fast endnu, men der arbejdes i skrivende stund på at få enderne til at nå sammen.

Skal du med ud og danse, så kontakt Lonnie på tlf. 2020 4080.

Eller læs mere i næste nummer af dette blad!





Prisen er inkl. transport fra Ringe til København og retur til Ringe,
transport i Norge, samt alle måltider på færgen!

Pris pr. person kun 1.600,00

17. til 19. maj 2020

I samarbejde med lokalafdeling Vestsjælland er det blevet muligt at komme på et *OSLO* krydstogt. Turen er planlagt med afgang fra Odense station den **17. maj 2020 kl. 10** og vi er tilbage på Odense station den **19. ca kl. 13**.

Vi kører med toget direkte til København, hvor vi mødes med Vestsjælland i DFDS terminalen kl. Ca. 12:30 og går fælles ombord på Oslobåden.

Vi mødes i det store mødelokale, kl. 13:00, hvor der er et tema eller emne af fælles interesse. I lokalet serveres der kaffe, te og vand, samt sødt og frisk frugt..

Vi sejler kl. 16.30.

Med i tilbuddet er der aftensmad begge dage med en øl, vand eller vin til - samt aftenkaffe med avec i natklubben. Der er morgenmad begge dage. I Oslo skal vi på bustur. Bussen er handikapvenlig og udstyret med lift! Der er IKKE inkluderet frokost i OSLO i tilbuddet!

Vi skal sejle med Pearl Seaways. Skibet er handikapvenligt, og vi har 32 pladser til rådighed (Sydfyn råder over 16 pladser).

**Bindende tilmelding senest den 15. januar til
Lonnie på tlf. 2020 4080.**

Tilbuddet fra DFDS indeholder:

6 handicapkahytter (dobbeltkahytter)

2 enkeltkahytter. Der kan tilbydes/bestilles flere kahytter efter behov (til en mer pris på 800,- kr.).

9 dobbeltkahytter uden køjesenge.

UDKAST TIL PROGRAM FOR TUREN:

DAG 1

Kl. 12.30 – 13.00: Vi mødes ved DFDS terminal. Her er der check-in – Husk gyldigt billede-ID!!

Kl. 13.00 – 16.00: Konference i Conference Centre. Her er der frisk frugt, salt & sødt samt kaffe, te og vand Inkluderet. DFDS vil sørge for et stort lokale (lokale 15)

Kl. 16.30: Afgang fra København

Kl. 17.45 - 19.30: 3-retters selskabsmenu i Restaurant Blue Riband inkl. drikkevarer (2 øl, 2 gl. vin el 2 sodavand) til middagen.

Kl. 19.30: Kaffe avec serveres i Columbus Club og hygge på skibet

DAG 2 -

Kl. 07.00 – 09.45: Morgenbuffet

Kl. 09.45: Ankomst til hyggelige Oslo

Kl. 09.45 -10.00: Afgang fra skib.

Kl. 09.45 – 16.15: Ophold i Oslo. Alle mødes med vores norske guide, som vi kører en bustur med på en 3 timers sightseeingtur rundt i Oslo. Bussen bestilles med handicaplift. Aktiviteter kan skræddersyes efter behov

Kl. 11.00 – 16.15: Check-in – Husk gyldigt billede-ID!!

Kl. 16.30: Afgang fra Oslo

Kl. 17.45 – 19.30: Dinnerbuffet i Restaurant 7 Seas. Hertil drikkevarer (1 øl/vand/glas vin)

Kl. 19.30: Kaffe avec serveres i Columbus Club og hygge på skibet

DAG 3 -

Kl. 07.00 – 09.45: Morgenbuffet og ankomst til København



27. Maj 2020

Tag med på Bakken
I København

**og afslut en dejlig dag med
træning af lattermusklerne i
Cirkusrevyen!**

Skal du med, så er det nu du skal slå til.

Der er kort tilmeldingsfrist - senest 15. Januar skal du tilmelde dig og betale billetprisen på 615,- kroner. I prisen er transport fra Odense station, adgang til Bakken og billet til Cirkusrevyen.

Vi kører fra Odense den 27. maj, kl. 13:00 og ankommer til Bakken/Cirkus revyen kl. ca 15:00. Vi har så 5 timer inden vi skal i Cirkus revyen!

Så der bliver god tid til at opleve Bakken og de mange forlystelser og spisesteder der findes på verdens ældste forlystelsespark.

Du skal selv betale for mad/drikkevarer og de forlystelser du vil prøve.

Skal du med, så er sidste frist for tilmelding den 15/1, hvor betaling for turen på 615.- Kr. også skal indsættes på foreningens konto **5994-1212231** eller via mobilepay nr. **4579KL**.

CIRKUSREVVYEN

2020



Er du hjerneskadet eller pårørende til en – og har du spørgsmål eller behov for råd og vejledning, er du velkommen til at kontakte Lonnie. Telefontid mandag-fredag kl. 10-12

Nyhedsbladet udsendes 4 gange om året. Næste blad udkommer primo marts.

Deadline til bladet er 20. februar 2020

Ønsker du indlæg i Nyhedsbladet, sendes det til:

mail@hjsf-sydfyn.dk
Bladet udkommer til ca. 200 husstande på Sydfyn & Øerne, samt i elektronisk form, på vores hjemmeside **www.hjsf-sydfyn.dk**, hvor det kan læses i 1½ år fra udgivelse!
Bladet tilsendes også relevante samarbejdspartnere samt institutioner med virke indenfor hjerneskadeområdet.

LOKALAFDELING

SYDFYN OG ØERNE



**HJERNESKADE
FORENINGEN**

LIV DER REDDES - SKAL OGSÅ LEVES

Forsidefoto © 2019 Kenneth Kinastowski

Formand:

Lonnie Braagaard
Tlf. 20 20 40 80
mail@hjsf-sydfyn.dk

Næstformand:

Carsten S. Simonsen
Tlf. 30 22 69 54
zims.uk@gmail.com

Sekretær/kasserer:

Frank Andersen
Tlf. 61 77 66 33
frank@hjsf-sydfyn.dk

Bestyrelsen

Catharina Freudendahl
cath.dione@gmail.com

Bestyrelsen

Kim Priskorn
kimpriskorn1963@hotmail.com

Bestyrelsen

Christian B. Madsen
c30b84@hotmail.com

Bestyrelsen

Janne Degn Skalkam
Jumbojanne@gmail.com

Bestyrelsen

Søren O. Larsen
sodla@webspeed.dk

Bestyrelsen

Tina Ryborg Nikander
ryborgnikander@gmail.com

Bestyrelsen

Karin Andersen
PÅ ORLOV

**Ad hoc
medlem/Hjernespin**
Lisbeth Søbæk
Andersen

Facebook.com/hjerneskadeforeningen Fyn og Sydfyn

www.hjsf-sydfyn.dk

Hjerneskadeforeningen Sydfyn & Øerne

Floravej 11. 1.sal lokale C6

5750 Ringe

Tlf. tid: Man-fredag kl. 10-12 på tlf: 2020 4080

Reklame i bladet, koster:

1 A5 side i farver 400,- kr. pr gang

½ A5 side i farver 300,- kr. pr gang

¼ A5 side i farver 200,- kr. pr gang

Bestil 4 indrykninger og betal for 3

(Annoncen kan ændres fra blad til blad uden beregning.)