

Arrangement	Beskrivelse	Tid og sted	Pris:	Tilmelding
<b>Besøg af socialrådgiver Mariann Susse Knudsen</b> <b>22. Januar</b>	Hvilke muligheder er der, når jeg har svært ved at klare mit nuværende job? Hvilke muligheder har jeg for at få hjælp til det jeg ikke kan, så dagligdagen kan hænge sammen for mig og min familie?"	Tirsdag 22. januar i De Frivilliges Hus Fr-havn kl. 19.00 - 21.30	30 kr. - incl. Kaffe og kage	Lenette: 22331618 sclerosefrh@gmail.com NemTilmeld via hjemmeside
<b>Caféaften</b> <b>5. Februar</b>	Vi mødes til en kop kaffe/the og et stykke kage. Der er tid til både sjov og alvor. Stedet er handicapvenligt.	Tirsdag 5. februar Hotel Lisboa kl. 19.00 - 21.30	25 kr. 50 kr.	Der er ingen tilmelding - bare mød op.
<b>Pårørendedag m/Neuropsykolog Jannie Engelbrecht</b> <b>16. Februar</b>	13.00 - 13.15 - Velkomst 13.15 - 14.45 Oplæg og snak for og med pårørende: om at være pårørende, typisk noget om hvordan det påvirker mit liv som pårørende at have sclerose i familien, hvordan støtter jeg bedst muligt, hvordan får jeg "plads" til mig selv. Pårørende kan være ægtefæller, voksne børn og forældre.	Lørdag 16. februar i De Frivilliges Hus kl. 13.00 - ca. 16.00	30 kr. - incl. Kaffe og kage	Lenette: 22331618 sclerosefrh@gmail.com NemTilmeld via hjemmeside
<b>Årsmøde i lokalafdelingen</b> <b>12. Marts</b>	Kom og hør om årets gang og planerne for fremtiden i lokalafdelingen. Der er valg af bestyrelsesmedlemmer denne aften. Vi startede mødet med fællesspisning kl. 18.00, hvorefter vi går til selve mødet kl. 19.00	Tirsdag 12. marts De Frivilliges Hus kl. 18.00 - ca. 21.30	Gratis	Lenette: 22331618 sclerosefrh@gmail.com NemTilmeld via hjemmeside
<b>Foredrag om medicinsk Cannabis sammen med Gigtforeningen.</b> <b>21. Marts</b>	Vær med, når forsker og reumatolog, Oliver Hendricks, fra Kong Christian X's Gigthospital i Gråsten fortæller om smertebehandling med medicinsk cannabis og hør om den nyeste forskning på området.	Torsdag 21. marts - Aktivitetshuset Bangsbo, L.P.Houmøllers Vej 54, Fr-havn - kl. 19.00	75 Kr. incl. Let traktement	Senest 14. marts til Ulla Skov 5154 1182, ulla.skov@mail.dk eller Mona Petersen 2946 6535, monahansen@oncable.dk

Arrangement	Beskrivelse	Tid og sted	Pris:	Tilmelding
<b>Familearrangement: Naturlegepladsen i Bangsboskoven 27. April</b>	Vi vil gerne byde alle familier med sclerose, velkomne til en tur i skoven. Tag gerne hele din familie med. Vi laver nogle sjove lege der gør, at vi alle får rørt os lidt. Fysisk udfoldelse i naturen kan vel kun gøre os glade. Formålet med det ovenstående er, at vi alle kan mødes og hygge os sammen. Derudover griller vi nogle pølser og brød, så vi kan få lidt mad i maven.	Lørdag 27. april - Naturlegepladsen v/Bangsboskoven - kl. 13.00 - 15.00	Arrange- mentet er gratis.	Senest onsdag 24. april til Christian Helbo, 2216 7664, christianhelbo@gmail.com eller NemTilmeld via hjemmeside
<b>Foredrag : Egon Nielsen - pensioneret tolder. 30. April</b>	Egon Nielsen fortæller om Danmarks ukronede smuglerkonge som stammer fra Frederikshavn. En engageret og medrivende fortælling, krydret med humor, der forsøger at afdække storsmuglerens arbejdsmetoder. Mange spændende smuglereventyr, ikke alle røverhistorier, men bygger på virkelige hændelser fra vendsysselske strande og havne, som næsten dagligt var stof i de lokale aviser.	Tirsdag 30. april. Aktivitetscentret L.P. Houmøllers vej 54 - kl. 18.30 - 20.30	30 kr. 50 kr.	Lenette: 22331618 sclerosefrh@gmail.com NemTilmeld via hjemmeside
<b>MS Bike Challenge - Vi modtager cykelrytterne i Skagen. 5. Maj</b>	En flok seje mennesker har valgt at tilmelde sig MS Bike Challenge. De skal cykle 743 km fra København til Skagen. Vi modtager cykelrytterne ved Grenen i Skagen. Vi har i år vores eget hold med fra Frederikshavn - så kom og tag imod dem når de ankommer på toppen af Danmark.	Søndag den 5. maj - Vi er der hele dagen med en stand fra lokalafdelingen. Der er rundstykker og kaffe	Gratis	Ingen tilmelding - for yderligere info se: <a href="https://mschallenge.dk/vip/bike/">https://mschallenge.dk/vip/bike/</a>
<b>Caféaften 21. Maj</b>	Vi mødes til en kop kaffe/the og et stykke kage. Der er tid til både sjov og alvor. Stedet er handicapvenligt.	Tirsdag 21. maj - Hotel Lisboa - kl. 19.00 - 21.30	25 kr. 50 kr.	Der er ingen tilmelding - bare mød op.
<b>Sommerfest 15. Juni</b>	Vi afslutter forårs/sommer sæsonen med en hyggelig café-sommerfest med helstegt pattegris med diverse tilbehør. Der er mulighed for at købe drikkevarer til rimelige priser. Håber rigtig mange har lyst til at komme til en hyggelig aften med god stemning. Tag ægtefælle, ven eller veninde med. Alle er velkomne.	Lørdag den 15. juni - kl. 19.00 Gildesalen L. P. Houmøllervej 26 v/BRUGSEN	100 kr. 150 kr.	Lenette: 22331618 sclerosefrh@gmail.com NemTilmeld via hjemmeside