

(Del I og II oppbevares separat)

Fornavn: Adresse:

Etternavn: Postnummer: Oslo Bydel:

Jeg har lest og forstått trivselsreglene og aksepterer å følge disse: Tlf:

E-post:

Dato: Sted: Instr:

Fylles ut av Apd

Signatur

Del 1

Fødeland: Fødselsår: Mann Ny deltager Ja

(1950 eller senere)

 Kvinne Nei**JEG HAR/HAR HATT FØLGENDE SKADER/LIDELSER:**

- | | | | |
|--|---|--|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Artrose (slitasjegikt) | <input type="checkbox"/> Luftveissykdom
(eks. astma, KOLS) | <input type="checkbox"/> Revmatisme | <input type="checkbox"/> Annet..... |
| <input type="checkbox"/> Blind/synshemmet | <input type="checkbox"/> Migrene | <input type="checkbox"/> Rusavhengig | |
| <input type="checkbox"/> Døv/hørselshemmet | <input type="checkbox"/> MS | <input type="checkbox"/> Ryggplager | |
| <input type="checkbox"/> Kreft | <input type="checkbox"/> Nakke-/skulderplager | <input type="checkbox"/> Skader i skjelett
(eks brudd, protese) | |
| <input type="checkbox"/> Livsstilssykdommer
(eks. diabetes type 2, hjerte/
kar, høyt blodtrykk, høyt
kolesterol, sykkelig overvekt) | <input type="checkbox"/> Psykiske plager | <input type="checkbox"/> Utbrent/
ME/fibromyalgi | |
| | <input type="checkbox"/> Psykosomatiske plager | | |

NÅVÆRENDE SITUASJON:

-
- Arbeidssøkende
-
- Sykmeldt
-
- Arbeidsavklaringspenger (AAP)
-
- Sosialhjelpsmottaker
-
- Uføretrygdet
-
- Annet

Del 2

HVORDAN BLI DELTAGER?

• Les nøye all informasjon i timeplanen. Vær sikker på at du fyller kriteriene for deltagelse • Du kan prøve en aktivitet før du betaler (gjelder ikke arrangementer og veiledning i helsestudio) • Treningskort kan ordnes på Actic, Storgata 38, mandag, tirsdag, onsdag, fredag kl. 09.00-14.00 • Årsoblat kan ordnes på alle aktiviteter

TA MED:

- Kvittering hvis du betaler med giro.
- Bekreftelse på trygdesituasjon (vedtaket, honnørkort eller sykmelding) • Utfylt registrerings skjema

Du kan også betale med mCASH (kr 505,-) QR-kode her:

**OBS!**

Betalt deltageravgift gjelder for 2017 og refunderes ikke.



1503 54 00998

500,-

**Oslo Idrettskrets**Ekebergveien 101
1178 Oslo

500 00

1503 54 00998