



Bekhterever'n

Nr. 1 / 2012 • 28. årgang



Slyngetrening
Treningsapp for bekhterevere
Rett til 16 egenmeldingsdager
Nye regler for særfradrag på skatten

I dette nummeret av Bekhterever'n



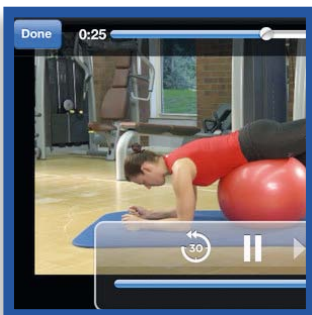
Om arbeidsgiveren din har fritak for arbeidsgiverperioden på grunn av din kroniske sykdom, har du rett til å være borte fra jobb i inntil 16 sammenhengende kalenderdager uten å levere sykemleding.
Side 6



Slyngetrening har blitt populært blant bekhtereverne i ålesundområdet. Med den får de styrket kjernemuskulaturen og øker fleksibilitet og balanse.
Side 16



Årets innlevering av selvangivelsen er siste mulighet til å kunne benytte ordningen om særfradrag på skatten for store sykdomsutgifter. Alt om de nye reglene og hva du faktisk kan trekke fra finner du fra *side 7*.



Nå kan du få motivasjon til treningen med en ny treningsapp for bekhterevere. Den har også informasjon til ansatte på treningsentre, så de kan veilede bekhterevere bedre.
Side 35

- Side 4 Redaktørens hjørne
- Side 5 Nytt fra Bekhterev Norge
- Side 6 Kronisk syke kan benytte egenmelding i 16 dager
- Side 7 Særfradrag på skatten fases ut over tre år
- Side 8 – Overlapper helt eller delvis andre støtteordninger
- Side 9 Flere var motstandere av å fjerne særfradraget
- Side 11 Merutgifter til sykdom gir skattefradrag
- Side 16 – Er det vondt? At det er tungt og stivt teller ikke!
- Side 18 Behandlingsreiser til utlandet er billig og effektivt
- Side 20 Kriterier for behandlingsreiser til utlandet
- Side 22 Hverdagsbekhterever'n: En lang kamp for å få bekhterevdiagnosen
- Side 24 Drillo fant nye veier
- Side 25 Fikk 275 000 kroner til varmtvannsforskning
- Side 26 Hold deg i form: Balanse hver dag
- Side 30 Mangfoldig ASIF-kongress i Tyrkia
- Side 34 Utholdenhetstrening er nyttig for bekhterevere
- Side 35 Treningsapp for bekhterevere
- Side 36 Hvert skritt teller – jeg gikk for min egen skyld
- Side 38 Delta i spørreundersøkelse på nett: Bekhterev er underdiagnostisert hos kvinner
- Side 39 Leserinnlegg: Ros til redaktør
- Side 40 Oversikt over bekhterevforeninger
- Side 42 Kort og godt
- Side 44 Fristelser: Havets delikatesser - fisk og skalldyr

Utgiver:
Oslo Bekhterevforening
Postboks 2653 Solli
0203 Oslo
ISSN 0881-3349

Kontonummer:
1602.48.39080

Kontaktinformasjon:
Telefon: 482 53 810
Telefaks: 22 55 86 00
redaksjon@bekhterevern.no
www.bekhterevern.no

Redaktør:
Trine Dahl-Johansen

Redaksjonssekretær:
Tone Rossly

Redaksjonsmedarbeidere:
Kari Ch. Nyhus

E-post:
"fornavn"@bekhterevern.no

Annonsekontakt:
annonse@bekhterevern.no
Tlf. 22 18 12 60 / 952 76 433

Abonnement:
Telefon: 412 04 200
abonment@bekhterevern.no

Layout: Nika grafikk

Trykkeri: 07 Gruppen AS

Utgivelsesplan i 2012

- | Nr. | Dato |
|-----|---------------|
| 1. | 16. mars |
| 2. | 01. juni |
| 3. | 28. september |
| 4. | 10. desember |

Abonnementsavgift:
Kr. 200,- pr. år.
Tidligere utgivelser selges for kr. 60,- pr. nr. inkl. porto.

Forsidefoto: Trine Dahl-Johansen

Redaksjonen tar ikke ansvar for innholdet i annonsene eller opplysninger som fremkommer i leserbrev.

