

# Neurobladet

Nr 2 2026 Årgång 42



**NEURO**  
LINKÖPING



## Ordförande har ordet

För några veckor sedan hade vi vårt årsmöte och jag känner mig hedrad över att ha blivit omvald som Neuro Linköpings ordförande. Tack för förtroendet!

Då verksamhetsberättelsen för 2025 summerades kan jag konstatera, att vi inom föreningen har en mycket fin verksamhet och jag hoppas att ni medlemmar känner att vi tillsammans sätter Neuro Linköping på kartan.

Sitter på min framsida med en kopp kaffe och njuter. Solen värmer skönt och vintergäck, scilla, snödroppar och julrosor blommar i rabatterna och i krukorna växer penséer och minipåskliljor.



Då ni läser detta har vi haft påsk och den firade jag på Österlen. Jag hoppas ni alla hade ett besök av påskharen.



Ett stort och varmt tack till er alla som svarade på Neuroförbundet Östergötlands enkät där resultatet är ett underlag till våra politikerträffar som vi är med på genom Funktionsrätt Östergötland.

Det ni medlemmar tycker är viktigast är:

- 1) Begränsningen av resor med färdtjänst utanför kommungränsen måste tas bort
- 2) Rehabilitering
- 3) Koordinatorstöd
- 4) Hjälpmedel

Var noga med att läsa vårt kalendarium och gå in på vår hemsida [www.neuro.se/linkoping](http://www.neuro.se/linkoping) så Du inte missar någon aktivitet.

Var rädda om Er!  
Ann-Christin



## KALENDER NEURO LINKÖPING 2026

**Scoutflykt till Rosenkällasjöns Dämme** 3 maj

**Endagsresa** onsdag 6 maj

**Medlemsmöte** lördag 9 maj, lokal Vegesack  
*se längre fram i bladet*

**Botanisk vandring i Magistrathagen och Grenadjärparken** onsdag 10 juni *se längre fram i bladet*

**Rekreationsresa Ullared**  
måndag 15 juni – onsdag 17 juni  
*se längre fram i bladet*

**Endagsresa** torsdag 27 augusti  
*se inbjudan längre fram i bladet*

**Medlemsmöte** lördag 5 september  
*se längre fram i bladet*

**Medlemsmöte** lördag 10 oktober  
**Höstmarknad**

**Medlemsmöte** tisdag 17 november

**Medlemsmöte** söndag 6 december  
**Julfest**



*Magnolia*

### **Kära medlemmar!**

Om ni vill spela bingolotto varje vecka och samtidigt stödja NEURO Linköping så kan ni prenumerera på lotter! Ni kan också stödja föreningen genom att prenumerera på Sverigelotter. Ni beställer lotterna på [www.folkspel.se](http://www.folkspel.se) och skriver in att det är NEURO Linköping ni vill stödja. Föreningen får då en viss summa per lott. Styrelsen.



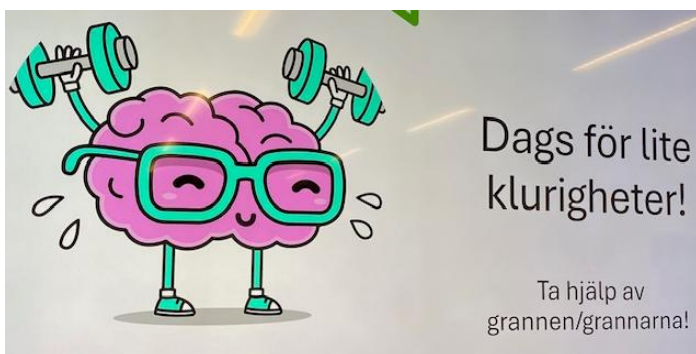
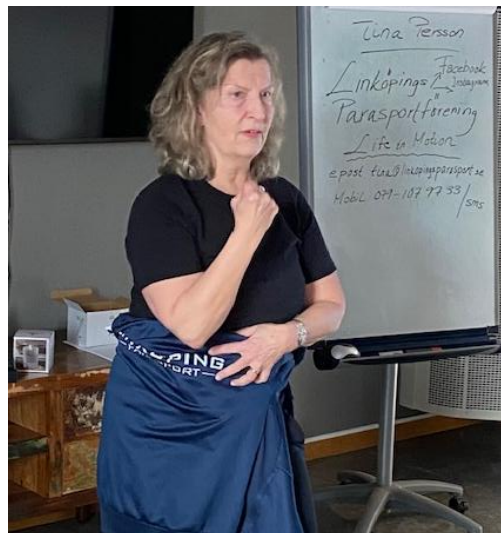
### **Mailadress och mobilt telefonnummer**

Vi når våra medlemmar enklast och snabbast via sms och mail. Om du vill ha information genom dessa kanaler och inte fått det hittills, meddela ditt mobiltelefonnummer eller mailadress till [eva.wessman@gmail.com](mailto:eva.wessman@gmail.com) eller [bcheidahl@gmail.com](mailto:bcheidahl@gmail.com)

## Medlemsmötet den 7 februari

Vi hade besök av Tina Persson från Linköpings Parasportförening.

Hon började med att berätta om föreningen och det projekt, Life in Motion, som de drivit med stöd från Allmänna arvsfonden. Därefter fick vi delta i några av de övningar som ingår i de träningspass som man erbjuder. En och annan svettdroppe kunde man skönja på väg från hårfästen ner mot pannan. De som har intresse kan gratis få prova i några träningspass innan man bestämmer sig och betalar avgift. Kontakt skall ske några dagar innan.



Eva Pettersson Wessman hade sammanställt ett intressant, roligt, lärorikt och uppskattat quiz med 12 olika kategorier och 3 frågor i varje kategori. Samarbete två och två var tillåtet. Lyckliga vinnare fick Sverigelotter som pris. Man kunde också vinna priser i ett vanligt lotteri. Anneli Tindå bjöd på hembakat till kaffet.



**LINKÖPINGS PARASPORT**  
I nära samarbete med  
**Neuro Linköping.**

Vill du testa olika idrotter?

Bordtennis, boccia, mattcurling m.m. Sittande, stående, gående eller rullande! Då är du välkommen till Linköping Parasport!

Mer info på hemsidan [www.linkopingsparasport.se](http://www.linkopingsparasport.se) eller [info@linkopingsparasport.se](mailto:info@linkopingsparasport.se)



Som medlem får du diagnosstöd och juridisk rådgivning. Låt oss hjälpa dig navigera vardagen. Läs mer på NEUROS hemsida [neuro.se](http://neuro.se).

## Möte nya medlemmar 9 mars.



Alla nya medlemmar var inbjudna till Neuro Linköping och hälsades välkomna till föreningen. De fick en presentation av Neuro Linköping och vad vi har för aktiviteter.

Från Neuros styrelse deltog Ann-Christin Petersén och Anneli Tindå.

Ann-Christin Petersén informerade även om Neuroförbundet i Sverige och regionalt i Östergötland.

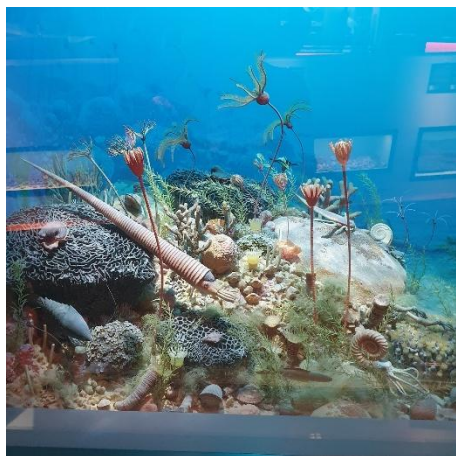
Hon berättade också minnen och anekdoter från sin långa tid som medlem i Neuro.

Det blev även tillfälle för erfarenhetsutbyte och vi fick veta att en av de nya medlemmarna hade vunnit två guldmedaljer vid dressyrtävlingar i Paralympics i Aten 2004. Wow vilken prestation!

//Anneli

## Den hemliga resan i februari gick till Naturhistoriska Riksmuseet i Stockholm!

Den 26 februari samlades 24 medlemmar utanför Fontänen för vidare transport med buss mot okänt mål. Första stopp var vid Nyköpingsbro där det blev bussfika! Strax efter



Nyköpingsbro meddelade Ann-Christin att vi skulle äta lunch på Naturhistoriska Riksmuseet. Därmed var vår destination avslöjad. Vi intog lunchen tillsammans med många andra besökare. Efter insläpp till museet fick vi gå själva och utforska detta intressanta museum under några timmar. Vi kunde beskåda allt

ifrån dinosaurier till den mänskliga resan. Utställningarna om Polartrakterna och klimatet var mycket intressanta! Värld av vatten och djuret i människan var andra utställningar som var väl värda att utforska.

Under hemresan blev det som sig bör förhör av Ann-Christin i form av quiz. Det var en mycket uppskattad resa med intressant innehåll!



## Årsmöte söndagen den 15 mars 2026

Söndagen den 15 mars hölls årsmöte för Neuro Linköping i Vagnhallen. Efter årsmötets öppnande var det parentation för de 9 medlemmar som avlidit under 2025. Till årsmötets ordförande valdes kommunpolitiker Gunnar Gustafsson. Leif Andersson från valberedningen presenterade deras förslag. Sedvanliga årsmöteshandlingar avhandlades med 39 medlemmar närvarande. Utöver detta presenterades och antogs nya stadgar som skall gälla från den 1 april 2026.



Efter genomgång av en diger dagordning serverades lunch bestående av lasagne och därefter kaffe och kaka. Några medlemmar uttryckte sin uppskattning av det arbete som vi lagt ner. Vi i styrelsen tackar för att vi fått fortsatt förtroende att fortsätta verksamheten.

## Funktionsrätts dialogmöte den 11 mars genomgång av Valfärdsguiden

Att hitta rätt i välfärdssystemet och förstå vilket stöd som finns är inte alltid lätt. Valfärdsguiden är en digital tjänst som hjälper dig att hitta rätt insatser, stöd och aktiviteter inom välfärdssystemet. Den är tillgänglig för alla som söker stöd eller vill veta mer om välfärdssystemet. Valfärdsguiden sammanställer information om olika insatser och erbjuder en filterfunktion för att anpassa sökresultaten efter individens behov. Tjänsten är kostnadsfri, anonym och reklamfri vilket gör det enklare för användare att få den hjälp de behöver.



Samordningsförbundet Centrala Östergötland driver och står som garant för Valfärdsguiden. Valfärdsguiden styrs av ett ledningsråd vari Försäkringskassan, Arbetsförmedlingen, kommunen och regionen ingår.

Daniel Erlandsson guidade oss genom välfärdsguiden genom att visa oss några exempel på hur man kan använda den.

## Egenträning Rörelse och Hälsa

Neuro Linköping och Stroke Linköping ansvarar tillsammans för egenträningen på Rörelse och Hälsa, Neurorehab.

Träningen har pågått i ett antal år med 10 träningstillfällen på våren och 10 på hösten.

Fysioterapeutstudenter är behjälpliga vid egenträningen som utförs med deltagarnas personliga träningsprogram.

Våra deltagande medlemmar har uppskattat träningen mycket som både är fysisk och social, nya och gamla bekantskaper ses.



## Höstens träningsperiod är 1 september – 3 november.

Kontaktperson för Neuro är Kia Heimdahl och för Stroke Leif Andersson.

Kostnad 300kr/termin för träningen. För att delta måste man vara medlem i någon av ovanstående föreningar.

Anmälan kan göras till Kia Heimdahl 070 515 1070 från och med augusti.



## ”Våga vara otrevlig - det kan hjälpa Dig från att bli lurad”.

Vi går mot ett mer kontantlöst samhälle. Detta har lett till att bank- och postrån har upphört och butiksrån har minskat. Däremot har bedrägerier ökat lavinartat. Enligt Brottsförebyggande rådet har bedrägerier, särskilt genom social manipulation, ökat mest. Under första halvan av 2025 registrerades över 116 000 bedrägeribrott. Brottsvinsterna uppgår till c:a 1,7 miljarder per år.

Det är viktigt att vara försiktig och skydda sig mot bedrägerier, särskilt genom att inte ge ut bankkort eller koder och att kontakta polisen om man misstänker att man är utsatt för bedrägeri.



Bedragarna använder en mängd olika tillvägagångssätt: Kortbedrägeri, telefonbedrägeri (vishing), nätfiske (phishing), näthandel och vilseledande annonser, identitetsbedrägeri (id-kapning), fakturabedrägeri, investeringsbedrägeri, romansbedrägeri, oseriösa hantverkare och falska sedlar.

### Tips från Polisens hemsida:

**Lägg på luren.** En bedragare som ringer kan till exempel säga att den ringer från banken eller en myndighet. Det förekommer även att de säger sig vara en släkting som behöver hjälp med att göra en betalning. Avsluta samtalet om du är osäker på vem som ringer.

**Klicka inte på länkar.** Öppna inte länkar i sms eller mejl som du inte litar på. Om du är osäker; sök upp kontaktinformation till avsändaren via deras officiella webbplats och kontakta dem den vägen.

**Logga inte in.** Logga aldrig in med BankID om någon ringer upp och uppmanar dig till det. Lämna inte heller ut koder från bankdosa eller till betalkort.

**Släpp inte in okända i ditt hem.** Stäng dörren om du tycker det verkar skumt och om du känner oro. Polisen åker aldrig hem till någon för att hämta bank-och/eller kreditkort eller andra värdesaker. Detsamma gäller seriösa företag och andra organisationer.

**Lämna inte ut något.** Till exempel legitimation, bankkort, koder eller värdesaker.

**Kontakta polisen.** Vid pågående brott ring 112. Om brottet inte är pågående skall du ringa 114 14.



## Medlemsmöte lördag 9 maj klockan 14.00-16.00

Mikael Laweby från Linköpings Bangolfklubb kommer och informerar oss om deras verksamhet.

Kaffe med tilltugg som vanligt. Lokal Vegesack!

## Botanisk vandring i Magistrathagen och Grenadjärparken 10 juni.

Åter igen en liten tur ut i det gröna med Bo Antberg!

Samling vid Naturcentrum i trädgårdsföreningen tisdag 10 juni kl. 14.

Vi beräknar att turen tar ca 1,5 timme.

När vi är åter vid Naturcentrum kan den som vill ta en medhavd fika då det finns sittplatser där.

Maxantal: 20 personer plus ledsagare / assistenter.

Anmälan till Hillevi på SMS / mobil nummer 0709-740067 eller mejl: hillevi.a.andersson@gmail.com senast 3 juni.

## Medlemsmöte lördag 5 september kl 14.00-16.00.

Lördag 5 september blir det medlemsmöte på Fontänen.

Vi kommer att tända grillen.

Hoppas att alla vill komma och grilla med oss.

Lokal utomhus och i Vagnhallen.

Kostnad 75 kronor (swish eller kontant)

Anmälan till Ann-Christin 070-687 08 36 senast 28 augusti.



## Kurser på Valjeviken under 2026



13/9 – 16/9 Diagnoskurs förslagsvis polyneuropati

26/10 – 30/10 Vi lär av varandra/Prova på

11/11 – 14/11 Nydiagnostiserade med MS

15/11 – 20/11 Prova på/Högintensiv träning

Mer information, program och anmälningsblanketter finns på Neuro Östergötlands hemsida.

## Vattenträning i Lundbybadet, Mjölby

Mer information och anmälan se Neuro Östergötlands hemsida.





## Rekreationsresa till Varberg och Ullared.

Välkommen med på vår resa 15–17 juni.

Vi bor i lägenheter med hotellstandard. I varje lägenhet bor en, två eller tre personer. Det är viktigt att du som deltagare kan klara ditt boende själv eller med hjälp av någon du är trygg med.

### Måndag 15 juni

Avresa klockan 09.30 från Fontänen.

Vi stannar vid Klevshult för lunch och toalettbesök. Vi åker sedan direkt till Gekås, Ullared för shopping. Därefter checkar vi in i lägenheterna och cirka 18.30 tar vi bussen till hotellet för att äta en kvällsbuffé.



### Tisdag 16 juni

Cirka klockan 08.00 hämtar vi frukostpaket som vi äter i respektive lägenhet. Klockan 10.00 åker vi till Varberg. Efter en rundtur blir det egen tid för lunch, shopping mm. Tillbaka i lägenheterna är det egen tid då du själv ansvarar för din mat.

### Onsdag 17 juni

Frukostpaketen hämtas klockan 08.00 och 10.00 är det utcheckning och för de som önskar lite shopping och lunch på Gekås. Klockan 13.00 åker vi hemåt och stannar på restaurang Brahehus för en fika. Hemkomst cirka 17.30.

**Kostnad:** 2000 kronor för medlemmar i Neuro Linköping.  
Önskar du bo ensam kostar det 500 kronor extra (2500 kronor).  
Assistenterna betalar 2700 kronor.

I kostnaden ingår buss, logi, 1 kvällsbuffé samt 2 frukostar.  
Ni betalar själva för luncher och ev. fika.

Välkommen att anmäla dig senast 10 maj.  
Anmälan är bindande och även du som lämnat intresseanmälan måste anmäla dig till:

Catharina Heimdahl på telefon 070 515 10 70 eller  
Ann-Christin Petersén på telefon 070 687 08 36  
Meddela ev. specialkost vid din anmälan.

Resan betalas senast 15 maj till Neuro Linköpings postgiro 66 85 64 – 8,  
skriv ditt namn och att det gäller Ullared.

Neuro Linköping förbehåller sig rätten att vid behov ändra i programmet.  
Resekommittén

## Endagsresa till Oxelösund och Nyköping, torsdag 27 augusti



Avresa från Fontänen klockan 09.00

På denna resa besöker vi både Oxelösund och Nyköping.

Första stopp blir bussfika.



Beräknad hemkomst 19.00.

Kostnad 400 kronor för medlemmar i Neuro Linköping, övriga betalar 500 kronor. I kostnaden ingår buss, fika och lunch.

Anmälan senast 1 augusti till Catharina "Kia" Heimdahl 070-515 10 70 eller Ann-Christin Petersén 070- 687 08 36.

Meddela ev. behov av specialkost.

Resan betalas senast 10 augusti till Neuro Linköpings postgiro 66 85 64 – 8, skriv ditt namn och att det gäller resa 27/8.

Vi reserverar oss för ev. ändringar i programmet.

Resekommittén

Avs  
Neuro Linköping  
Västra vägen 32  
582 28 Linköping

## Kontaktuppgifter till styrelsen

**Ordförande:** **Ann-Christin Petersén**

Telefon: 070-687 08 36 E-post: [petersen.annchristin@gmail.com](mailto:petersen.annchristin@gmail.com)

**Vice ordförande:** **Hillevi Andersson**

Telefon: 070-974 00 67 E-post: [hillevi.a.andersson@gmail.com](mailto:hillevi.a.andersson@gmail.com)

**Kassör:** **Catharina Heimdahl**

Telefon: 070-515 10 70 E-post: [bcheidahl@gmail.com](mailto:bcheidahl@gmail.com)

**Sekreterare:** **Bjarne Pihlström**

Telefon: 070-534 50 47 E-post: [bjarnepihlstrom46@gmail.com](mailto:bjarnepihlstrom46@gmail.com)

**Ledamot:** **Eva Pettersson Wessman**

Telefon: 072-310 91 69 E-post: [eva.wessman@gmail.com](mailto:eva.wessman@gmail.com)

**Ledamot:** **Margaretha Persson**

Telefon: 070-530 56 88 E-post: [margaretha.persson@gmail.com](mailto:margaretha.persson@gmail.com)

**Ledamot:** **Anneli Tindå**

Telefon: 073-961 15 93 E-post: [himmel.hav@hotmail.com](mailto:himmel.hav@hotmail.com)

**Kontakt:** Via E-post till [linkoping@neuro.se](mailto:linkoping@neuro.se) eller direkt via telefon eller E-post till någon i styrelsen

**Hemsida:** [neuro.se/linkoping](http://neuro.se/linkoping)

**Facebook:** [facebook.com/neurolinkoping](https://facebook.com/neurolinkoping)

**Adress:** Västra vägen 32, 582 28 Linköping

**Plusgiro:** 66 85 64 – 8

**Ansvarig utgivare:** Ann-Christin Petersén

2026-04-28