

Neuro Uppsala-Knivsta:s verksamhet under våren 2020 i Coronatider

I Neuro Uppsala-Knivsta så har vi en aktivitetsgrupp. Vi hade planerat hela våren och hösten med olika aktiviteter. Vi hann börja med hantverkscirkeln, bokcirkel och Rehab Resurs, hantverkscirkeln hann vi att slutföra.

Boken som medlemmarna läste handlade om smärta och skriven av Kent Revedal den ska fortsätta i höst.

Rehab Resurs så skulle vi ha 15 st. tillfällen med träning på plats i Storan, men vi hann med bara 5 st. Resten av gångerna gjordes digitalt med zoom.

När Corona kom emellan så var Neuro Uppsala-Knivsta tvungna att ställa in allt.

Dels för Folkhälsmyndighetens rekommendationer, och dels för omtanke om våra medlemmar. De mesta av våra aktiviteter är uppskjutna till 2021.

De tänkta aktiviteterna under våren var bl.a. karibisk afton, med glada färger, kryddiga rätter, skön musik och goda alkoholfria drinkar. 60+ Mässan, Neuropromenaden. En tur till Tranvik för skön båttur som är tillgänglig för alla och fiska lite och äta den medhavda picknicken på ett vackert ställe.

Neuro Uppsala-Knivsta skulle även ta med medlemmarna till Kungsbyn. En djurpark som finns mellan Enköping och Västerås.

Vår Rullstolsdans som vi planerat skulle ha startats upp men...

Vi blev ju med i Parasportförbundet på årsmötet. Vilket innebär att vi får vara med i deras aktiviteter, som t.ex. boccia, luftpistolsskytte, och mycket mera.

Vi hoppas att vår förening kan erbjuda en Polyneuropati föreläsning i höst. Troligen blir en digital sådan i samband med Neurodagen.

Neuro Uppsala-Knivsta har trots corona haft aktiviteter. Varje torsdag kl. 14.30 så har Rehab Resurs haft digital träning på zoom, där balans, styrka och stretching ingick med hjälp av en fysioterapeut och en arbetsterapeut. Man behövde en käpp, gummiband och hantlar som användes i träningen.

Även årsmötet och vårens styrelsemöten har hållits digitalt. Vi har haft medlemsträffar och nu i skrivandes stund har vi sommar träffar på Teams. På tisdagar kl. 13,00 fram till sista juni. Vi började med musikquiz, sedan blev det guidning i Linnes trädgård, men vi i styrelsen känner oss positiva till framtiden och fortsätter med aktiviteter.

Tisdagen den 16 juni hade vi bjudit in alla föreningar i länet på ett Teams-möte med överläkaren Per Hamid Ghatan på Rehabmedicinska avdelningen 170.

I och med detta så önskar vi alla våra medlemmar en underbar sommar, trots pandemin och ser fram emot hösten med nya tag.

mvh Aktivitetsgruppen