

# **NEURO** Skellefteå



Bild: pixabay.com

## **Aktiviteter för våren 2020/21**

mars - april - maj

## Återkommande träningstider

**OBS!** Träningsverket och bassängen är **preliminärt stängda t o m 30 april**. Eventuella förändringar meddelas per mail.

Neuro Skellefteås ordinarie tränings- och badtider är följande:

- **Måndagar kl. 14-15 Träning på Träningsverket, Idrottens Hus, Norvalla.** Kontaktperson: Britt-Marie Furberg, Tel. 070-267 20 75
- **Torsdagar kl. 11-12 Träning på Träningsverket, Idrottens Hus, Norvalla**
- **Lördagar kl. 14 -15 samling 13.30 Bad i lasarettets varma bassäng.** Max 7 personer/grupp.  
Kontaktperson: Lars-Erik Hultin, Tel. 073-814 00 17

**OBS!** Tänk på att hålla avstånd och god handhygien!  
Stanna hemma om Du har sjukdomssymptom eller har någon hemma som har en smittsam infektionssjukdom!

## Mars

- **Tisdag 23 mars kl. 19.00 digitalt Årsmöte via Teams**  
**Anmälan senast torsdag 18 mars** via mail med namn och e-post till: skelleftea@neuro.se eller mobil: 070-589 06 53 (Stellan).  
Länk för medverkan och instruktioner skickas via mail till anmälda deltagare söndag 21 mars. Se mer information i kommande kallelse med årsmöteshandlingar.

## April

- **Måndag 19 april kl. 14.00 Medlemsmöte på distans via Teams**  
**"Gör dina vårdärenden när det passar"** - en föreläsning om 1177 Vårdguiden. Kommunikatör **Victoria Rolandsson**, Region Västerbotten informerar och svarar på frågor om vad samlingsplatsen kan användas till och hur man använder den.  
**Testmöte för alla som önskar pröva Teams** kommer att genomföras under v 15 (12 – 18 april). Dag och tid meddelas senare via mail.

## Maj

- **Onsdag 5 maj kl. 13.00 "Kaffe med surr"**  
Olanders Cafè, Nygatan 63, Skellefteå. Vi fikar tillsammans på behörigt avstånd enligt Folkhälsomyndighetens rekommendationer.  
**Anmälan senast 3 maj** till Månika Östlund, tel. 070-669 51 72
- **Musikunderhållning på distans med Michael Boman**  
Michael spelar, sjunger och berättar historier på distans via ett uppträdande som vår medlem Christer Nyström spelar in och gör det möjligt för Er att se och lyssna på. Mer information om hur och när ni kan ta del av uppträdandet, mailas ut till Er i mitten på maj.  
**Om nuvarande mötesrestriktioner förändras** och det blir möjligt att genomföra mötet fysiskt kommer information om lokal m.m. att skickas ut via mail!
- **Onsdag 26 maj kl. 13.00 Utflykt med kaffe och korvgrillning**  
Utomhusaktivitet på Grillplatsen vid Lejonströmsbrons södra sida. Ta med korv och fika. Ved finns. **Vi hjälps åt hålla avstånd!**  
**Anmälan senast 24 maj** till Månika Östlund, tel. 070-669 51 72

## Övriga aktiviteter

- **Är du intresserad av att spela Pokémon GO?**  
En utomhusaktivitet som spelas i mobilen. För mer information, kontakta Karin Bjuhr Mattsson, tel. 070-200 95 99  
e-post: Karin\_bm@telia.com eller  
Anki Stenberg tel. 070-556 83 31 e-post: anki.stenberg@gmail.com
- **Är du intresserad av att spela bowling?**  
För mer information, kontakta Anki Stenberg, tel. 070-556 83 31  
e-post: anki.stenberg@gmail.com
- **Är du intresserad av att spela boule i sommar?**  
För mer information, kontakta Stellan Berglund, Tel. 070-589 06 53  
e-post: stellan.skelleftea@gmail.com



Skellefteå underlättar **rehabilitering** för medlemmar med neurologisk diagnos genom ett bidrag på max 500 kr/år. Skicka in förfrågan tillsammans med kvitto på din aktivitet till: **Neuro Skellefteå** (adress, se nedan) Var noga med ange typ av aktivitet, ditt namn, telefon och kontot betalningen ska ske till. (Bidraget endast för dig som betalat medlemsavgift på 360 kr)

Rehabilitering – en aktivitet som förbättrar ditt mående, t ex styrketräning, ridning körsång, balansträning, en period på dagrehab eller Neurorehab.

**Postadress:** Neuro Skellefteå, Storgatan 50, 931 30 Skellefteå

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

**E-post:** [skelleftea@neuro.se](mailto:skelleftea@neuro.se) OBS! Lämna gärna din e-adress för att få information via e-post. Då sparar föreningen både porto och papper.

**Styrelsen** (förtroendevalda fram till årsmötet 23/3 2021)

**Ordförande:** Stellan Berglund. Tel. 070-589 06 53

e-post: [stellan.skelleftea@gmail.com](mailto:stellan.skelleftea@gmail.com)

**Vice ordf. och sekreterare:** Sara-Mari Eriksson. Tel. 070-327 14 06

e-post: [samarieriksson@gmail.com](mailto:samarieriksson@gmail.com)

**Kassör:** Britt Ahlbäck. Tel. 073-077 04 70 [britt.ahlback@gmail.com](mailto:britt.ahlback@gmail.com)

**Övriga ledamöter:**

Karin Bjuhr Mattsson. Tel. 070-209 95 99

Sara Åström. Tel. 070-696 71 91

Månika Östlund. Tel. 070-669 51 72

**Suppleanter:**

Agneta Frimodig. Tel. 070-693 68 49 [agneta.frimodig@gmail.com](mailto:agneta.frimodig@gmail.com)

Katarina Köhler. Tel 070-585 75 53

Barry Rudholm. Tel. 070-325 43 96 [barryrudholm@hotmail.com](mailto:barryrudholm@hotmail.com)

Eva Wikberg. Tel. 073-060 70 69

## **Nu hoppas vi att vaccinet kan vända utvecklingen!**

Nu har det gått ett år sedan pandemin med covid-19 på allvar började spridas i Sverige och påverka våra medlemsaktiviteter. Den senaste föreläsningen som *inte* blev inställd p g a pandemin var en öppen föreläsning om smärta den 27 februari 2020 på Folkparken.

Därefter har många fikaträffar, luncher och middagar, utflykter, bad- och träningstillfällen, föreläsningar, m m blivit inställda p g a smittriskan.

Nu hoppas vi att vaccinet kan vända utvecklingen och möjliggöra aktiviteter och fysiska möten kanske redan från maj månad och fortsättningsvis under sommaren.

Effekterna av pandemin har samtidigt visat på nödvändigheten av att utveckla föreningens digitala information och kommunikation till/med Er medlemmar! Genom att t ex lämna aktuell information via mail istället för brevutskick kan vi både snabba upp informationsöverföringen och minska våra kostnader. Vi kan också skapa digitala möten och föreläsningar som alternativ till fysiska möten så länge restriktionerna finns kvar.

Styrelsens ambition är att påskynda denna utveckling till nytta både för Er medlemmar och föreningen.

Fortfarande saknar vi dock mailadresser till ett antal medlemmar. Dessa medlemmar kommer naturligtvis att få våra aktivitetsprogram för Vår, Sommar, Höst och Vinter per brev som tidigare. Samtidigt vill vi be Er medlemmar som **inte** nås av våra mailutskick att snarast meddela Er mailadress till: Karin Bjuhr Mattsson, e-post; [karin\\_bm@telia.com](mailto:karin_bm@telia.com) eller mobil: 070-209 95 99.

**Fortsätt att sköta om Er och följa myndigheternas regler och rekommendationer så ses vi snart igen!**

**Styrelsen för Neuro Skellefteå**