

## Hej alla medlemmar!

Vårdagjämningen och påsken har varit. Samhället fortsätter och förstärker restriktioner omkring pandemin och vi fortsätter med digitala aktiviteter. I väntan på att läget förbättras har vi siktet framåt till att också kunna ses fysiskt.

I denna utgåva av NeuroAktuellt hittar ni även aktiviteter som bedrivs av andra lokalföreningar inom landets Neurofamilj. Vi vill också passa på att flagga för föreläsningen om torsdagen den 29 april med Martin Angelin.

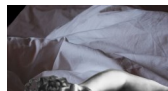
Nu stundar varmare dagar och längre kvällar - ljusare tider är i sikte !

## TREDJE SÖNDAGEN I MÅNADEN QUIZ DEN 18/4 KL. 15



Vi har just haft vår tredje Quiz – denna gången blev det musik, massor av musik. Vi var ett antal ... och det var en härlig eftermiddag. Nästa Quiz blir nu på **Söndag 18 april klockan 15.00**. Zoomlänk kommer som vanligt att finnas på vår hemsida: [neuro.se/malmo](http://neuro.se/malmo).

## FÖRELÄSNING NARKOLEPSI



Torsdagen den 29 april kommer Neuromedlemmen Martin Angelin att föreläsa om diagnosen Narkolepsi. Föreläsningen kommer att göras och spelas in i förväg. Därför finns ingen möjlighet till frågor under själva föreläsningen.



## NEUROPROMENADEN

2021

Årets Neuropromenad kommer precis som förra året att bli digital. I år är det perioden 8–16 maj som gäller.

Syftet är främst att samla in pengar till neurologisk forskning. Men man ska inte underskatta den hälsofrämjande effekten.

Efter påskhelgen kommer Neuro Malmö att starta ett lag som vi gärna ser att ni anmäler er till och ger en gåva eller sponsrar vid anmälan. Avgiften och storleken är helt valfri. Men måste vara minst 10 kr. Laget kommer sedan att samla in pengar och tävla mot andra lag.

**Från och med den 1 maj** kan ni anmäla er och det gör ni via [www.neuropromenaden.se](http://www.neuropromenaden.se).

**VÄLKOMNA!**

## Årsmötet 2021

Den 20 mars hade vi årsmötet som leddes av riksordförande Lise Lidbäck.

Efter ett år som ordförande för Neuro Malmö avgår Caroline Elmstedt. Vi vill passa på att tacka henne för ett fantastiskt arbete och stort engagemang i vår förening.

Vi har ingen ny ordförande för det kommande året. Det innebär att vår styrelse består av 6 ledamöter som arbetar gemensamt med allt det som ingår i styrelsens uppgifter och ansvar.

Vi som sitter i styrelsen är: Claes-Göran Bernt, Jonathan Engman, Jörgen Lindell, Bengt Olsson, Elisabet Ottosson och Gunilla Vinciguerra.



## SITT-ZUMBA Onsdagar kl. 15.30

Var med i vår landsomfattande och rikskända friskvårdsaktivitet **Sitt-Zumba**! Vår certifierade instruktör, Ljubica, leder passen till medryckande musik. Du gör det du kan och orkar. Läs mer på Neuro Malmö hemsida:

[neuro.se/malmo](http://neuro.se/malmo)

eller kom direkt till aktiviteten via länken:

<https://zoom.us/j/98041666478>

**VÄLKOMMEN!**

## BASSÄNGTRÄNING



Vi har fått en mycket positiv respons på vattengympan. Men med anledning av pandemilagen kan vi bara vara 7 deltagare per pass.

Därför undersöker vi nu intresset för en ny grupp på onsdagar kl. 11:30.

Är du intresserad? Skicka en e-post till

[malmö@neuro.se](mailto:malmö@neuro.se)

För att delta ska du vara medlem i Neuro Malmö och sedan kostar det 35 kr per tillfälle men betalningen görs för hela omgången på ca 8 veckor.

**Anmäl ditt intresse nu!**

[neuro.se/malmo](http://neuro.se/malmo)

## ANHÖRIGTRÄFF

### första torsdagen i månaden

Första torsdagen varje månad kl. 19-20.30 är det anhörigträff för dig som är anhörig/nära vän/kollega till någon som lever med neurologisk diagnos och som bor inom projektområdet dvs Skåne, Halland, Blekinge, Kronoberg, Kalmar län samt Småland. Läs mer på [projektområdets hemsida](#).

## HOLIYOGA TISDAGAR KL. 15–16

### fortsätter i början av april

Neuro Kalmars och Karin Westrins uppskattade Holiyoga online fortsätter även under inledningen av april 2021. Närmare bestämt 6/4 och 13/4

Du är välkommen till en "närvarande, mjuk och fysiskt enkel yoga där du kan släppa kamp och prestation och möta dig själv". Karin har anpassat Holiyogans rörelser så vi i rullstol eller vanlig stol kan delta fullt ut.

Du hittar mer gällande arrangemanget på Kalmar hemsida: [neuro.se/kalmar](http://neuro.se/kalmar)

## MS SNACK ONLINE – PROJEKTOMRÅDET

### ANDRA ONSDAGEN I MÅNADEN MELLAN KL. 17-19



Följande datum är inbokade: 12/5 och 9/6. Hör av dig till Stefan Franck, Neuro Lundabygden, som håller i gruppen.

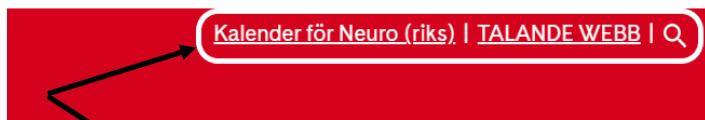
För mer info kontakta arrangemangsansvarig.

Ni hittar mer på: [neuro.se/lundabygden](http://neuro.se/lundabygden)

## NEUROS

### AKTIVITETSKALENDER

För att få en översikt över den egna föreningens aktiviteter eller alla landets föreningar, kan man hitta dessa via Neuro Malmös hemsida.



Malmö

Kalender för Neuro Malmö

Till Neuro.se

Se bild enligt ovan:

Ni hittar kalendrarna enligt ovan på föreningens hemsida: [neuro.se/malmo](http://neuro.se/malmo)

## KALENDER

(D = Digital aktivitet, F = Fysiskt)

### APRIL

<del>1/4</del>	Anhörigträff	Ø
<del>6/4</del>	Holiyoga	Ø
<del>7/4</del>	Sitt-Zumba	Ø
<del>7/4</del>	Bassängträning	F
<del>13/4</del>	Holiyoga	Ø
<del>14/4</del>	Sitt-Zumba	Ø
<del>14/4</del>	Bassängträning	F
<del>14/4</del>	MS-Snack	Ø
18/4	Tredje söndagen i månaden	D
21/4	Sitt-Zumba	D
28/4	Sitt-Zumba	D
29/4	Föreläsning om Narkolepsi	D

### MAJ

1/5	Anmälan till Neuropromenaden	D
5/5	Sitt-Zumba	D
6/5	Anhörigträff	D
8/5	Första dagen i Neuropromenadsveckan	D/F
12/5	Sitt-Zumba	D
12/5	MS-Snack	D
16/5	Tredje söndagen i månaden	D
16/5	Sista dagen i Neuropromenadsveckan	D/F
19/5	Sitt-Zumba	D
26/5	Sitt-Zumba	D

## FÖRELÄSNING

### OM FUNKTIONSHINDER & VÄLFÄRDSPOLITIK

Måndagen den 29 mars föreläste docenten och forskaren, Niklas Altermark, från Lunds Universitet, i ovanstående ämne och om sin bok Avslagsmaskinen.

## FOTVÅRD

För mer information och tidsbokning kontakta Christina "Tina" Isaksson på Små & Stora Fötter. 0706-84 04 66 eller [www.tinasfotter.se](http://www.tinasfotter.se)



Nästa Neuro Aktuell utkommer i maj.

Neuro Malmös kansli och styrelsen önskar alla våra medlemmar en fortsatt fin fortsättning på året!