

Hej alla medlemmar!

Vi är nu i slutet av september och har en ganska intensiv höst framför oss med flera intressanta evenemang och aktiviteter. Ni hittar alla våra aktiviteter på hemsidan: neuro.se/malmo. Här hittar ni även kalendrar för lokalföreningen och hela riket. Vi är inne i övergångsmånaden från sommar till höst och här kommer ett nytt NeuroAktuellt. Våra aktiviteter har rullat på och ni ser en stor del av vad som är inplanerat. På tal om hemsida vill vi slå ett extra slag för den och vår Facebook-sida. På både hemsidan och Facebook-sidan hittar du mycket mer detaljerad information om våra aktiviteter.

Vi önskar alla en glad höst!



SITT-ZUMBA

Onsdagar kl. 15.30

Var med i vår landsomfattande och riks-kända friskvårdsaktivitet **Sitt-Zumba**! Vår certifierade instruktör, Ljubica, leder passen till medryckande musik. Du gör det du kan och orkar. Läs mer på Neuro Malmös hemsida där du bland annat hittar länken direkt till aktiviteten. Mer info www.neuro.se

BASSÄNG-TRÄNINGEN

fortsätter



Vi har fått en mycket positiv respons på vattengympan. Vi kör för tillfället två gånger i veckan med totalt över 30 deltagare anmälda. För mer information se på hemsidan neuro.se/malmo



JULBORD med Lucia

Lördagen den 11/12

Lördagen den 11 december planerar vi att ha årets traditionella julbord med Lucia-tåg. Som vanligt kommer vi vara på restaurang Chilla & P mellan kl. 13 och ca. 17. Just nu sker det lite ombyggnad i och omkring restaurangen. Ni som har varit med tidigare kommer nog inte att känna igen er. Avgift: 200 kr.

HÖSTRESAN

(fullbokad)



Lördagen den 25/9

Efter att denna resa inte har kunnat genomföras förra hösten kommer denna resa att gå ut mot Österlen. Bland annat kommer resan att gå till Österlenkryddor, Onslunda, Brösarp och Löderup

BINGO

Lördagen den 6/11 kl 12-17



Som vanligt inleds bingon med en bit mat. Vi spelar sedan en antal omgångar bingo med lite godis och avslutar sedan med fika. Nytt för i år blir att priset på bingo-brickorna gått upp till 10 kr/styck. Vem blir dagens vinnare? Avgift: 200 kr.



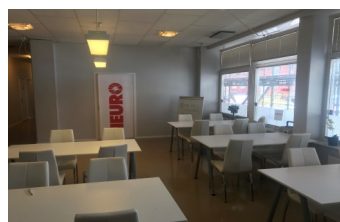
TREDJE SÖNDAGEN I MÅNADEN

Quiz den 17/10 kl. 15

Nästa Quiz blir **söndagen den 17 oktober kl. 15**. Det kommer då att bli lite frågor och tema kring 'idiot'-kunskap. Zoomlänk kommer som vanligt att finnas på vår hemsida: neuro.se/malmo.

ANSIKSTLYFTNING

AV FÖRENINGSLOKALEN



Vacker färg och nya möbler. Nu väntar vi på att fastighetsägaren ska byta fönster. Sedan ska vi också köpa in lite nya teknikprylar för att underlätta verksamheten och försöka anpassa och modernisera oss.

ULLARED

Måndagen den 4/10



Måndagen den 4 oktober planerar vi att ha årets traditionella handlingsresa till Gekås i Ullared. 100kr Samling kl. 07:30 och avresa kl. 08:00

FOTVÅRD

För mer information och tidsbokning kontakta Små & Stora Fötter. 0706-84 04 66

Malmö

Neuro Malmö medlemsbrev om aktuella aktiviteter och nyheter

NEURO2021 KONGRESS Vart fjärde år träffas alla landets lokalföreningar i Neuros högst beslutande organ. Man brukar träffas fysiskt någonstans i landet. På grund av pandemilagar och regler har årets kongress genomförts digitalt.

Helgen den 10–12 september pågick sedan plenarförhandlingarna. Dessa är väldigt lika ett årsmöte i föreningarna.

En ny styrelse valdes, och Lise Lidbäck omvaldes som ordförande.

Dessutom valdes Neuro Malmö's förra ordförande, Caroline Elmstedt, in som ledamot. Vi gratulerar till detta.

Ett av de större besluten som togs var att hela organisationen skulle ses över och ett förslag skulle presenteras efter kommande sommaren.

NEURO2021 KONGRESS
Tillsammans för ett bra liv

NEURO2021 KONGRESS
Tillsammans för ett bra liv

ÅRETS REKREATIONSEVENEMANG

Neuro Malmö's årliga rekreationsresa till Valjeviken bjöd på sex dagar med underbart väder.

Vår eminenta chaufför Urban hämtade upp oss utanför föreningslokalen och körde oss tryggt mot Sölvesborg.



På Valjeviken njöt vi bland annat av skog och hav, båtture, paddling, vattengympa, fläskboll och sist men inte minst flottetur med "Tuffa Vivan".

Vi lyssnade även på olika föreläsningar om bland annat kost, smärta och livsförändring.



Det var så skönt med miljöombytet och att umgås med alla.

TACK
till alla våra medlemmar
som deltog på årets resa.

MS SNACK ONLINE – PROJEKTOMRÅDET andra onsdagen i månaden mellan kl. 17-19



Hör av er till Stefan Franck, Neuro Lundabygden, som håller i gruppen.

För mer info kontakta arrangemangsansvarig. Ni hittar mer på: neuro.se/lundabygden

KALENDER

(D = Digital aktivitet, F = Fysiskt)

SEPTEMBER

15/9	Sitt-Zumba	D/F
22/9	Sitt-Zumba	D/F
25/9	Höstresa	F
29/9	Sitt-Zumba	D/F

OKTOBER

4/10	Ullared	F
6/10	Sitt-Zumba	D/F
13/10	Sitt-Zumba	D/F
13/10	MS-snack	D
17/10	Tredje söndagen i månaden	D
20/10	Sitt-Zumba	D/F
27/10	Sitt-Zumba	D/F

NOVEMBER

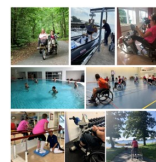
3/11	Sitt-Zumba	D/F
6/11	Bingo	F
10/11	Sitt-Zumba	D/F
10/11	MS-snack	D

DECEMBER

8/12	MS-snack	D
11/12	Julmiddag med Luciatåg	F
19/12	Tredje söndagen i månaden	D

Neuro Skånes rehabgrupp är en arbetsgrupp med medlemmar från Skånes olika lokala Neuroföreningar. Vi har nu glädjen att presentera en vägledning om neurologisk rehabilitering som har framställts av oss för att ge en översikt över de rehabiliteringsmöjligheter som finns. Målsättningen med denna sammanställning är att underlätta för dig att själv kunna söka rehabilitering och vård genom Region Skåne och din hemkommun. Du hittar vägledningen på Neuro Skånes hemsida.

Vägledning till neurologisk rehabilitering i Skåne



NEURO

Betalning för aktiviteter & utflykter görs till BG: 273-2816 eller swish 123 234 449 57.
Neuro Malmö's kansli och styrelsen önskar alla våra medlemmar en glad höst och vinter med hopp om att vi har aktiviteter som tilltalar er!