NEURO BLADET

2017 NEUROFÖRBUNDET MALMÖ Nr 1

Neuroförbundet Malmö önskar alla sina

medlemmar en riktigt

God Jul

och

Gott Nytt År

AKTIVITETER NYHETER TEMATRÄFFAR

Några Ord Från Ordföranden…

Hej!

Denna höst/vinter har det varit fokus på det som hände en av våra medlemmar på Hansa. Fruktansvärd händelse som har lett till landsomfattande manifestationer och stora debatter i riksdagen. Stor eloge till vår ordförande Lise Lidbäck som satte igång assistansdebatten. Hon krävde nödstopp och fick möte med Åsa Regnér, regeringens talesperson som slingrar sig. Den närmaste tiden utvisar vad allt detta leder till men vi ska inte glömma Neuroförbundets agerande.

I vecka 50 ska Tillgänglighetsgruppen.se ha ett möte med Hansa om den andra biten, tillgänglighet.

Nu nalkas julen med stormsteg. Alla firar vi denna högtid på olika sätt men i vår familj träffas vi alla på juldagen till en härlig frukost. Efter den åker vi till Bokskogen för en stärkande promenad där vädret spelar ingen roll. Efteråt blir det glögg, pussel och spänd väntan på det Isländska ”hangikjötið”. Efter maten blir det julklappsöppning m.m. Vid 24 snåret brukar familjen åka hem. Underbar heldag som alla längtar efter och ska vara exakt likadan år från år.

En härlig tid av gemenskap och glädje där vi stannar upp i vardagen och tar vara på varandra. I dessa tider där allt går fortare och fortare är det värdefullt att få lite avbrott i vardagen. Tänka på vad livet går ut på och hur vi kan vara oss själva och andra till gagns och glädje.

I detta nummer av Neurobladet läser ni om det ”smörgåsbord” av träffar och aktiviteter Neuroförbundet Malmö bjuder på.

Håll till godo!

God jul önskar

Kristjan Gislason

Kristjan Gislason
Ordförande Neuroförbundet Malmö

NEURO
FÖRBUNDET Malmö

NEURO
FÖRBUNDET Malmö

OBS! Nästa Manusstopp 19 Mars

		Sida
11 januari……	”MS-SNACK” Detta är en aktivitet som anordnas av Neuroförbundet Lundabygden	5
12 januari……	Polyneuropati träff	18
31 januari……	Teknik-träff, Steg 1	8
Slutet av januari…	ALS-träff	15
7 februari……	Information om rättigheter	14
8 februari……	Narkolepsi-träff Detta är en aktivitet som anordnas av Neuroförbundet Lundabygden	5
15 februari……	”MS-SNACK” Detta är en aktivitet som anordnas av Neuroförbundet Lundabygden	5
17 februari……	Trivselgruppen	15
28 februari……	Ataxi-nätverksträff Detta är en aktivitet som anordnas av Neuroförbundet Lundabygden	5
6 mars……	Ullaredsresa	8
7 mars……	MS-Träff	10
14 mars……	Teknik-träff, Steg 2	15
15 mars……	”MS-SNACK” Detta är en aktivitet som anordnas av Neuroförbundet Lundabygden	5
12 april……	”MS-SNACK” Detta är en aktivitet som anordnas av Neuroförbundet Lundabygden	5
12 – 19 juli ……	Islandsresa Detta är en aktivitet som anordnas av Neuroförbundet Skåne	10

Utöver ovanstående har vi våra stående aktiviteter. Läs mer om dessa i bladet

Massage	8
Sitt-gympa	7
Fotvård	7

Flera av ovanstående aktiviteter kan ni läsa mer om i detta nummer. Ni kan också läsa om olika aktiviteter som vi redan genomfört. Så det är bara att bläddra vidare.

Gymnastiken är varje onsdag kl. 13. Massagen och Fotvården är inte i kalendariet. Dessa tillfällen är lite skiftande så för dessa är det bättre att ringa till kansliet och kolla upp. Eller boka.

Som ni ser har vi en fullspäckad vinter och vår framför oss. Fler aktiviteter kommer, men är inte bestämda ännu. Håll även utkik på våra sociala medier.

Adress till hemsidan är: http://neuroforbundet.se/lokalforeningar/skane/malmo/ och till Facebook: https://www.facebook.com/NeuroforbundetMalmo/
och på Instagram där vi heter ’neuroforbundet_malmo’

VAR MED OCH STÖD VÅR VERKSAMHET I NEUROFÖRBUNDET MALMÖ
VALFRITT BELOPP KAN SWISHAS TILL

swish 123 344 49 57 swish

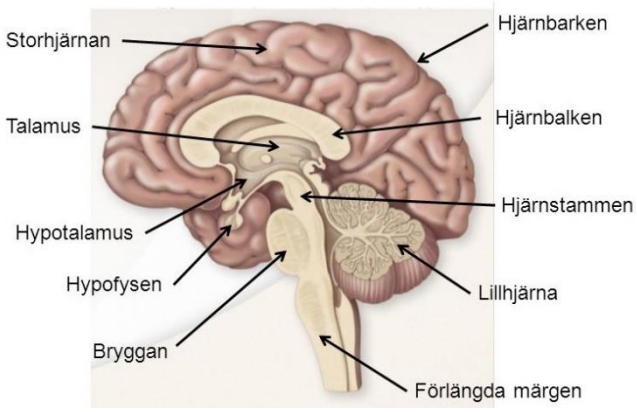
Nya Medlemmar

Vi hälsar våra nya medlemmar hjärtligt välkomna till Neuroförbundet Malmö och hoppas att ni kommer att trivas hos oss och med våra aktiviteter.

Hjärnan Och Ryggmärgen

(Texten är hämtad från bland annat Neuroförbundets hemsida med information om Ryggmärg och nerver)

Vi fortsätter vår information om hjärnan, förlängda märgen hjärnstammen, ryggmärgen och ryggraden. I senaste numret gick vi igenom lite om hjärna och dess delar. Om ni läser vidare kommer ni att kunna hitta svaret på frågan vi ställde i förra numret av NeuroBladet. Nämligen hur många kotor ryggraden består av?



Ryggmärgen är en förlängning av hjärnstammen.
Ryggmärgen, som är en direkt fortsättning av förlängda märgen i hjärnstammen, bildar tillsammans med hjärnan det centrala nervsystemet. Vid sidan av kranialnerverna är det ryggmärgen som förbinder hjärnan med det perifera nervsystemet. Dessutom är ryggmärgen en viktig omkopplingsstation för reflexer.

Ryggmärgen är tjock som ett lillfinger och sträcker sig från skallens bas i nacken, vidare genom den kanal som bildas av ryggkotorna, ner till nivå med första och andra ländkotan. Även ryggmärgen omges av hinnor i kotkanalen och ligger inkapslad i kotpelarens vätskefyllda kanal.

Liksom hjärnan består ryggmärgen av nervceller som kommunicerar med varandra med hjälp av nervimpulser. I den främre delen av ryggmärgen finns cellkropparna till de motoriska nervceller som leder ut till musklerna och sköter kroppens rörelser. Den bakre delen av ryggmärgen tar emot signaler från kroppen med information om känselintryck (köld, värme och smärta). I ryggmärgen finns också nervbanor som leder nervimpulser med information från hjärnan ut till kroppen, och från kroppen till hjärnan.

Reflexer reglerar automatisk aktivitet
Aktiviteten i kroppens muskler och körtlar regleras i stor utsträckning genom reflexer. Detta sköter ryggmärgen utan att hjärnan behöver bli inkopplad. Autonoma reflexer styr glatt muskulatur i inre organ och körtlar. Somatiska reflexer påverkar den tvärstrimmiga muskulaturen. En test av en somatisk reflex är när läkaren knackar med en reflexhammare nedanför knäskålen. Man sparkar då uppåt utan att kunna kontrollera rörelsen.

(Fortsätter på sidan 9)

Ni skulle kunna få den här utgåvan via e-post. Det är mycket mer kostnadseffektivt, miljöbesparande, tidsparande och flexibelt. Skulle ni kunna tänka er att få NeuroBladet och annan information via e-post, kan ni kontakta kansliet och uppdatera era personliga information med er e-postadress.
Kansliet når ni på **040 – 12 59 59** eller e-post: **malmo@neuroforbundet.se**

OBS! Vi vill påminna våra medlemmar om att vid alla våra aktiviteter och träffar är anmälan bindande efter sista anmälningsdag. Detta gäller även om avbokning sker vid akut sjukdom.

När det gäller vissa träffar och aktiviteter anordnas och genomförs de i samarbete med andra aktörer såsom t.ex. lokalföreningar, länsförbundet eller riksförbund. Här följer några av dessa:

Ataxi – Nätverket I Skåne

Alla Neuroförbundare i Skåne med intresse av ärftliga ataxier är välkomna till denna grupp!

Tisdagen den 28 februari kl. 17.00 – 19.30 träffas vi i Neuroförbundet Lundabygdens lokaler på Annegården, Skansvägen 5 i Lund. Där blir det lite varma mackor att äta. Till självkostnadspris.
I övrigt träffas vi bara och snackar om allt mellan himmel och jord

Anmäl dig helst före, måndagen den 27 februari, till Neuroförbundet Lundabygdens kansli!
Tel 046-15 70 57, e-post: lundabygden@neuroforbundet.se

Dags för ”MS-SNACK”

Har du lust till lite MS-snack? Välkommen till gänget!
(Gruppen för yngre med MS byter namn och välkomnar alla intresserade.)

Följande onsdagar är inbokade hittills:

Den 11 januari kl. 15.00-17.00
Den 15 februari kl. 15.00-17.00
Den 15 mars kl. 15.00-17.00
Den 12 april kl. 15.00-17.00

Platsen är Annegården, Skansvägen 5 i Lund.

Kaffe/te med enkelt tilltugg serveras till ett pris av 20:-.

Anmäl dig senast dagen innan respektive tillfälle till kansliet!
Tel 046-15 70 57, e-post: lundabygden@neuroforbundet.se

Hör gärna av dig till Stefan Franck, som håller i gruppen!
Tel 0706-64 94 06, e-post: stefancampman@hotmail.com

Narkolepsi-Träff

Alla Neuroförbundare i Skåne med intresse av narkolepsi är välkomna till denna grupp!

Nästa träff är bokad till onsdagen den 8 februari 2017 kl. 18.00 - ca 20.30 på Annegården, Skansvägen 5 i Lund. Kaffe/te och smörgåsar serveras till ett pris av 50:-.

Anmäl dig senast dagen innan till Neuroförbundet Lundabygdens kansli!
Tel 046-15 70 57, e-post: lundabygden@neuroforbundet.se

Mitt Företag Vill Synas I Neurobladet

Vill ni stödja vår verksamhet och synas i denna tidskrift, kan ni höra av er till Neuroförbundet Malmös kansli via antingen telefon: 040 – 12 59 59. Eller e-post: malmo@neuroforbundet.se. Denna informationstidning delas ut till alla våra medlemmar, ca. 450 personer, via e-post eller brev. Fyra gånger om året. Dessutom delas bladet ut till diverse sjukinrättningar och väntrum i och runt Malmö.

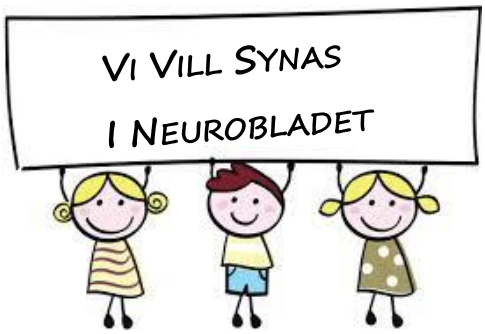
Här följer några prisalternativ:

En helsida i ett nummer kostar 1 000 kr. En helsida i fyra nummer kostar 4 000 kr.

En halvsida i ett nummer kostar 500 kr. En halvsida i fyra nummer kostar 2 000 kr.

En kvart sida i ett nummer kostar 300 kr. En kvarts sida i fyra nummer kostar 1 200 kr.

Privat medlemsannonser kostar 100 kr i ett nummer



Ni skulle kunna få den här utgåvan via e-post. Det är mycket mer kostnadseffektivt, miljöbesparande, tidsparande och flexibelt. Skulle ni kunna tänka er att få NeuroBladet och annan information via e-post, kan ni kontakta kansliet och uppdatera era personliga information med er e-postadress.
Kansliet når ni på **040 – 12 59 59** eller e-post: **malmo@neuroforbundet.se**

VAR MED OCH STÖD VÅR VERKSAMHET I NEUROFÖRBUNDET MALMÖ
VALFRITT BELOPP KAN SWISHAS TILL

swish 123 344 49 57 swish

Uppdatera Din E-Postadress !!!

Vi vill **tacka** alla er som redan uppdaterat er e-postadress.

Med anledning av att vi saknar uppgifter till några av våra medlemmar, ber vi er att om ni är osäkra, ta kontakt med kansliet för att uppdatera.

Bland annat saknar vi **e-postadresser**. Dessutom är vissa felaktiga. Vi försöker skicka ut dagens NeuroBlad via medlemmarnas e-postadresser. Det är mycket mer kostnadseffektivt, miljöbesparande, tidsbesparande och flexibelt, än att skicka ut via postgången.

Naturligtvis skickar vi ut pappersutgåvor till de som inte har möjlighet att kunna ta emot den digitalt. Självklart skickar vi även ut pappersutgåva till de som vill ha detta. Hör bara av er till kansliet och meddela era önskemål.

OBS! OBS! Glöm inte betala medlemsavgiften. OBS! OBS!

Vi uppmanar er att kontakta kansliet och se till att era uppgifter blir uppdaterade. Antingen via telefon till 040 – 12 59 59 eller mail malmo@neuroforbundet.se.

Tack på förhand
Neuroförbundet Malmö

Sitt-Gymnastiken

Tyvärr slutar Helena vid årsskiftet och vi tackar henne för en fantastisk tid hos på Neuroförbundet Malmö och vi tackar henne och önskar henne all lycka i framtiden.

Redan nu har vi en jättebra ersättare och vi kör som vanligt sitt-gymnastik varje onsdag kl. 13.

Fotvård

Fotvårdsspecialisten Tina har medicinsk fotvård för våra medlemmar till ett mycket förmånligt pris.

Pris för medlemmar 250:- och icke medlemmar 300:-

Är du i behov av fotvård? Ring kansliet och hör vilka tillfällen och tider som kan bokas.

Anmäl dig till **Neuroförbundet Malmös kansli.**
Tel: 040 - 12 59 59, e-post: malmo@neuroforbundet.se

OBS! Vi vill påminna våra medlemmar om att vid alla våra aktiviteter och träffar är anmälan bindande efter sista anmälningsdag. Detta gäller även om avbokning sker vid akut sjukdom.

Massage

Vi har en väldigt duktig och kompetent massös som heter Sofie Svalin. Vi på Neuroförbundet Malmö vill att våra medlemmar ska må bra och kunna unna sig friskvård till rimliga kostnader. Priset för 30 minuter är 250:-. Alla tillfällen är i föreningslokalen på Ängelholmsgatan 6.

Ni anmäler er och bokar tid till kansliet på tel.: 040 - 12 59 59 eller via e-post: malmo@neuroforbundet.se

Ullared

Måndagen den 6 mars är det dags att åka till Ullared och shoppa loss. Restiden är ca 2½ timmar och vi åker direkt till Gekås.

Samling föreningslokalen, Ängelholmsgatan 6. kl. 07:30 och bussen avgår senast kl. 08:00.

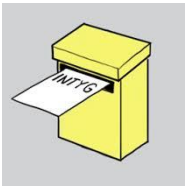
Hemfärd samling vid bussen omkring kl. 16:00 och avfärd ca 16:30. Vi räknar med att vara åter i Malmö ca 19:00. Så beställ färdtjänst till 19:30. Priset för bussresan är 180: -

OBS! Lunch ingår inte i denna resa.

Tänk på att platserna fylls snabbt så anmäl dig snarast till kansliet på Tel. 040 – 12 59 59 eller E-post: mailto:malmo@neuroforbundet.se senast den 24 februari.

Stöd Vår Verksamhet

Nu har ni möjlighet att **Swisha** in era bidrag för att stödja vår verksamhet. Alla bidrag tas tacksamt emot och går rakt in i vår verksamhet inom Neuroförbundet Malmö.
Swish-numret är **123 344 49 57**.



Och Ge Bort Ett Intyg Till Någon

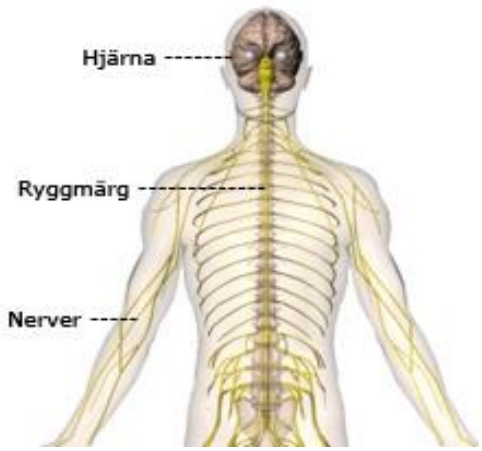
Från och med den 1 januari 2017 tänkte vi börja med om ni vill skänka pengar till vår verksamhet och dessutom få ett intyg eller diplom, då kan ni sätta in pengar på vårt **bankgiro, 273-2816**, eller **postgiro, 63 98 26-7**. Ni måste då också ange vem ni vill uppmärksamma. Vi skickar ut ett fint intyg till den du vill uppmärksamma. Eller om vi ska skicka intyget till dig. Den perfekta gåvan eller presenten att ge bort.

Kontakta gärna förbundet för något snabbare handläggning.

OBS! Vi behöver fem arbetsdagar för detta.

OBS! Vi tjuvstartar dock redan nu inför julhelgerna, men då måste gåvan vara insatt senast den 21 december och ni kontaktar kansliet per telefon för att lämna uppgifter. Intyget kommer att skickas via e-post.

forts. HJÄRNAN OCH RYGGMÄRGEN



Nerverna består av långa utskott
Nerverna ute i kroppen utgör det perifera nervsystemet. Nerverna består av buntar av långa utskott, axon, från nervcellerna. Nerverna förmedlar information mellan det centrala nervsystemet och resten av kroppen.
All information till och från centrala nervsystemet går via tolv par hjärnnerver (kranialnerver) och 31 par ryggmärgs-nerver (spinalnerver).

Hjärnnerver
Luktnerven och synnerven är egentligen tunna förlängningar av själva hjärnan. De andra tio är "äkta" nerver som utgår från hjärnstammen: ögats rörelsenerver (tre stycken), ansiktets rörelsenerv, hörsel- och balansnerv, tung-svalgnerv, lung-magnerv, hjälpnerv samt tungrörelsenerv.

Ryggraden är hos alla ryggradsdjur den kotpelare som sträcker sig från kraniet till svansen. Ryggraden bildar tillsammans med bröstkorgen (*thorax*), halsen och kraniet axialskelettet till vilket nedre och övre extremiteterna förbinder sig genom bäckenet och skuldergördeln. Sjukdomar i ryggraden kallas dorsopati.

I frontalplanet är ryggraden normalt rak och symmetrisk men i sagittalplanet kröker sig ryggraden flera gånger. De kurvor som vetter bakåt kallas kyfoser och de som vetter framåt kallas lordoser.

Ryggraden består av 33-34 ryggkotor (*vertebrae*) och kan uppdelas i fem delar: halsdelen (*pars cervicalis*), bröstdelen (*pars thoracica*), länddelen (*pars lumbalis*), bäckendelen (*pars pelvina*) och bakpartiet (*pars caudalis*).

Ryggraden har till uppgift att bära upp en stor del av kroppsvikten, skydda nerverna i ryggmärgen, fungera som stötdämpare då vi går eller springer samt vara stark, rak och mycket rörlig. Mellan kotorna finns broskskivor (diskar) dessa fungerar som stötdämpare och fördelar trycket mellan kotorna, de gör det också möjligt för oss att bli mer rörliga. Bra att veta är att vi utsätter ryggen för större påfrestningar då vi sitter än när vi står. Även blodcirkulationen försämras till ryggen då vi sitter, sitt därför inte längre än du måste, variera sittställning, res dig då och då. Vid felaktiga lyft kan diskarna mellan kotorna skadas/gå sönder, detta kallas diskbråck och kan led till svåra smärtor och en inskränkt rörlighet. För att undvika dessa skador är det viktigt att **träna ”ryggkorsetten”** – dvs. de muskler som hjälper till att hålla upp ryggraden (mage-ryggmuskelatur). Vi bör också lära oss rätt lyft-/bärteknik:

- Lyft med böjda knän och rak rygg, titta rakt fram, försök lyfta med raka armar
- Lyft föremål så nära kroppen som möjligt, om möjligt med lika tyngd i varje hand
- Lyft lugnt och sansat, snabba ryck gör att muskulaturen har svårt att hinna med
- Undvik vridningar, om du måste vrida dig, vrid när du lyft klart genom att flytta fötterna

OBS! Vi vill påminna våra medlemmar om att vid alla våra aktiviteter och träffar är anmälan bindande efter sista anmälningsdag. Detta gäller även om avbokning sker vid akut sjukdom.

ALS – Träff

Något exakt datum för kommande träff är inte bestämt ännu. Men det blir någon gång i slutet av januari. Håll utkik på hemsidan och i er e-postbrevlåda.

MS-Träff Den 7 Mars

Den 7 mars är du välkommen till en MS träff på Ängelholmsgatan 6. Vi börjar kl. 18.00 och slutar kl. 20.00.

Lite information kommer att ges och det blir tid till erfarenhetsutbyte.

Vi bjuder på kaffe och kaka.

Välkommen!

Anmälan som vanligt via 040 – 12 59 59 eller e-posta: malmo@neuroforbundet.se

Julmiddagen

Lördagen den 10 december var vi ett gäng på mer än tjugo personer som träffades på restaurang Chilla & P och åt julbord. Det var trevligt och gott. Vi tackar dessutom Sonja och Gunilla för ett väl genomfört lotteri.

Islandsresa Till Sommaren

Neuroförbundet Skåne har efter en mycket lyckad resa till Island 2016, beslutat att göra om resan till sommaren 2017. Resan är på 8 dagar och priset blir 15.265:-/person i dubbelrum. Enkelrumstillägg 6.995:-/person.

I resans pris ingår: Flyg Köpenhamn – Keflavik t/r , skatter, 7 övernattningar på Centerhotel Arnarhvoll inkl. frukost, transfer hotell – Keflavik t/r, utflykter till Blå Lagunen. Reykjaneshalvön, Gyllene Cirkeln – en heldagstur, Sydkusten och vattenfall – heldagstur, valskådning i 3 timmar, stadsrundtur 2.5 timmar. Vi har svensk guide med oss på turerna.

Ni väljer själva om ni vill ta er till Kastrup, annars träffas vi på Malmö Central och samåker till Kastrup.

Vi har 2 bussar på Island med plats för 3 rullstolar per buss. Det finns plats för 20 personer.

Ansökningsblankett kan hämtas via vår hemsida eller ring 044 – 12 87 10 och vi skickar hem blankett.

Sista ansökningsdag är den 12 april 2017. Vi meddelar sedan fortast möjligt om ni kommit med.

Kristjan Gislason, reseansvarig Islandsresan

OBS! Vi vill påminna våra medlemmar om att vid alla våra aktiviteter och träffar är anmälan bindande efter sista anmälningsdag. Detta gäller även om avbokning sker vid akut sjukdom.

NeuroShayan Neurologisk Rehabilitering

Välkommen till invigningen av vår nya fysioterapi klinik mitt i centrala Malmö **2016-09-01**

Hos oss finner ni specialistkompetens till personer som till följd av skador i det centrala nervsystemet besväras av fysiska begränsningar.

Under många år har vi med stor framgång bedrivit neurologisk rehabilitering i Danmark, Aarhus, och flyttar nu vår verksamhet till Malmö.

På kliniken behandlar vi även kroniska smärtpatienter, hjärnskakningar samt muskuloskeletala besvär. Alla som är i behov av en fysioterapeut är välkomna för bedömning.

Tillsammans med patienten jobbar vi mot gemensamma mål till självständighet och smärtfri vardag!

- **Vi erbjuder effektiv, individuell och evidensbaserad rehabilitering.**
- **Vi arbetar nära med berörda samarbetspartner kring våra patienter.**
- **Vi säkerställer att våra medarbetare är utbildade, besitter hög kompetens och är uppdaterade med senaste forskning.**
- **Vi erbjuder skräddarsydd vård till fördel för våra klienter.**
- **Vi testar klienterna systematiskt, dokumenterar behandlingsförlopp, utvärderar behandlingens effekter och implementerar nödvändiga åtgärder för att nå bästa resultat.**

Kliniken i Malmö drivs av Amad Shayan med lång erfarenhet som fysioterapeut från Danmark.

Har tidigare jobbat med Idrottsskador. Vidareutbildat sig på neurologisk rehabilitering, smärtbehandling och manuellterapi från Tyskland och Schweiz.
Han är numera en internationellt erkänd föreläsare och fysioterapeut.

Adress: Carl Gustafs väg 38, 21421 Malmö
Amad Shayan: 0760-246001, Fahimeh Farhadian - Marknadsansvarig: 0760-388450

ALS – Amyotrofisk Lateral Skleros

ALS (amyotrofisk lateral skleros) är en neurologisk sjukdom som angriper och förstör de nervceller som styr musklerna. Detta får till följd att musklerna förtvinar med förlamning, tal-, svälj- och andningssvårigheter som följd. Orsaker till ALS kan vara multifaktoriell och således ha flera samverkande orsaker.

ALS är fortfarande en ganska okänd sjukdom, trots att kända personer som Stephen Hawkins, Maj Fant och Ulla-Carin Lindquist bl.a.* drabbades.

Uppskattningsvis 315 000 personer lever i dag runt om i världen med ALS och 120 000 personer i världen får diagnosen ALS varje år. Det är 328 nya fall varje dag. Ca. 200 till 250 personer i Sverige drabbas årligen av ALS.

Varje år sen 1997 har man den 21 juni påmint omvärlden om att fighten mot ALS är global.

Den idag 73-årige brittiske forskaren Stephen Hawkins är också känd för att troligen vara den i världen som levt längst med en variant av den neurologiska diagnosen ALS Han har haft diagnosen i 52 år, sedan 1963.

Claes-Göran Berndt
Nätverket för ALS
Neuroförbundet Malmö

Tillgänglighetsgruppen.se

Önskar Er Alla En

TILLGÄNGLIG JUL

TILLGÄNGLIGHETS
GRUPPEN.SE

Regeringsbesök i Malmö

Den 17 oktober var det ett öppet möte med vår statsminister Stefan Löfven på Kockum Fritid med möjligheter att ställa frågor till honom. En av frågorna som kom upp var den tragiska händelsen på Hansa kompaniet för några veckor sedan och frågan om vad kan vi göra för att stärka assistansen? Vad gör regeringen för att komma tillrätta med fusket inom assistansbranschen?

Stefan Löfven svarar att personlig assistans är en rättighet till fria liv och något som vi står upp för. Det har kommit några assistansdomar på sistone som kan ha påverkat Försäkringskassan till att göra för snäva tolkningar av assistansen. Det är viktigt att pengarna ska hamna till de assistansberättigade och inte på kringkostnader hos assistansbolag som på juridisk hjälp, marknadsföring eller i vinst etc. Vi gör ingen neddragning av assistansen utan vi försöker att stävja fusket. Det är en allmän översyn som sker av assistansen och vi ska få svar före årsskiftet. Det var statsministerns svar.

Den 19 oktober besökte även barn, äldre och jämställdhetsminister Åsa Regnér Malmö högskola för en öppen föreläsning om regeringens feministiska jämställdhetspolitik med chans att ställa frågor till ministern.

Frågan som ställdes till ministern: Den personliga assistansens kostnader har skenat iväg och ligger idag kring 30 miljarder kr. Regeringen vill skära ned på utgifterna för den personliga assistansen och har skickat ut ett regleringsbrev till Försäkringskassan om att hålla kostnaderna nere. Vilket har lett till att över 300 personer har fått helt eller delvis indragen assistans. Regeringen har tillsatt en utredning om konsekvenserna av den neddragna assistansen. En sån utredning lär ta flera år. För några veckor sedan dog en MS-sjuk kvinna på en offentlig toalett här i Malmö p.g.a. den neddragna assistansen. Vad tänker regeringen göra just nu?
Åsa Régner svarade med att män får mer beviljad assistans än kvinnor och att vi ska vara försiktiga med att peka finger på vad som ligger bakom enskilda dödsfall. Syftet med regleringsbrevet till Försäkringskassan har varit att bryta ökningen av de beviljade assistanstimmarna. LSS är rättigheter för funktions-hindrade och det är de assistansberättigades pengar. Vi har fått sammanlagt en 5-6 rapporter som samstämmigt visar att det finns en hel del oseriösa aktörer inom assistansbranschen. Det är vår skyldighet att agera. Vi har tillsatt en utredning. Den här frågan ligger inte på mitt bord. Ett annat ämne och fråga tack.

Skrivet av Mattias Elensjö

Ni skulle kunna få den här utgåvan via e-post. Det är mycket mer kostnadseffektivt, miljöbesparande, tidsparande och flexibelt. Skulle ni kunna tänka er att få NeuroBladet och annan information via e-post, kan ni kontakta kansliet och uppdatera era personliga information med er e-postadress.
Kansliet når ni på **040 – 12 59 59** eller e-post: **malmo@neuroforbundet.se**

VAR MED OCH STÖD VÅR VERKSAMHET I NEUROFÖRBUNDET MALMÖ
VALFRITT BELOPP KAN SWISHAS TILL

swish 123 344 49 57 swish

Information Om Rättigheter - Malmö

Vilka lagar har jag nytta av om jag eller en familjemedlem lever med en funktionsnedsättning? Hur ansöker jag? Om jag inte är nöjd med beslut, vad gör jag?

Magnus Andersson, koordinator för Neuroförbundets juridiska rådgivning, informerar om olika lagar som berör personer med funktionsnedsättning.

Lagar som kommer beröras är bl.a. LSS, socialtjänstlagen, handikappersättning, bostadsanpassning och färdtjänst. Magnus ger även tips ang. överklagande av beslut kring dessa lagar.

Datum: Tisdag 7 februari 18:00-21:00 Neuroförbundet Malmö lokaler på Ängelholmsgatan 6 i Malmö.

En fika ungefär kl. 19:30.

Anmälan gör ni genom att: Kontakta Neuroförbundet Malmö på telefon 040 – 15 59 59 eller e-post: malmo@neuroforbundet.se

Sista anmälningsdagen är 1 februari

Medlemmar fri entré – icke medlemmar 50 kr
Varmt välkomna!

Ataxi – Nätverket I Skåne

Tisdagen den 6 december var vi ett gäng som träffades på IKEAs varuhus i Malmö och styrde stegen mot restaurangen och det uppdukade julbordet.

I kassan upplyste de oss om att gröten var slut. Trist. Men glada blev vi när vi, efter en timme, insåg att det fanns gröt kvar. Det blev både gröt och lite självtillverkad ris á la Malta som avslutning

Det var som vanligt lika gott som det brukar.

Vi beslutade att träffas i Neuroförbundet Lundabygdens lokaler i början av nästa år. Det kan ni läsa mer om i annan artikel i detta blad.

Ni skulle kunna få den här utgåvan via e-post. Det är mycket mer kostnadseffektivt, miljöbesparande, tidsparande och flexibelt. Skulle ni kunna tänka er att få NeuroBladet och annan information via e-post, kan ni kontakta kansliet och uppdatera er personliga information med er e-postadress. Kansliet når ni på **040 – 12 59 59** eller e-post: **malmo@neuroforbundet.se**

VAR MED OCH STÖD VÅR VERKSAMHET I NEUROFÖRBUNDET MALMÖ
VALFRITT BELOPP KAN SWISHAS TILL

swish 123 344 49 57 swish

TEKNIKTRÄFFAR (Steg 1 och Steg 2)

I höstas körde vi för första gången en teknikträff på grundnivå.

Efter en utvärdering ha vi nu bestämt att fortsätta med denna aktivitet och dessutom öka på med ytterligare ett kurstillfälle. Ett steg två eller en lite mer avancerad nivå. Man behöver inte ha gått det första tillfället för att gå det andra. Men det är kanske att rekommendera.

Aktiviteterna är begränsade till 15 deltagare. Så först till kvarn. Anmälan gör ni precis som vanligt.

Första tillfället, som vi kallar steg 1, är **tisdagen den 31 januari** mellan kl. 17.30 och ca. kl. 20.30. Vi har en agenda som vi går efter men ser helt enkelt hur långt vi kommer. Naturligtvis börjar vi på en låg nivå.

Andra tillfället, som vi kallar steg 2, är **tisdagen den 14 mars** mellan kl. 17.30 och ca. kl. 20.30. Detta tillfälle bygger lite grann på det första steget, men du behöver absolut inte ha gått första steget

Efterfrågan och behovet verkar vara mycket stort. Då tänkte vi att det får vi göra något åt. Ni får gärna ta med er smarta telefon, ”padda”, laptop, … Eller vad ni nu använder. Vi ska försöka hjälpa er så gott vi kan.

Ni får gärna ställa frågor. Men vi garanterar inget svar. Vi hjälps åt och försöker göra så gott vi kan. Ledarna är bara lite mer än vanligt intresserade amatörer. Jobbar alltså inte alls med detta.

Vi bjuder som vanligt på en lite fika bestående av kaffe/te och kaka.

Anmälan gör ni på tel: 040 - 12 59 59 eller via e-post: malmo@neuroforbundet.se

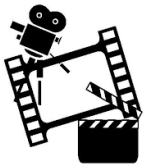
Välkommen!

TRIVSELGRUPPEN

Välkomna fredagen den 17 februari kl. 18:00 – 21:00. Vi äter något gott till självkostnadspris.

Sen visar Knut film för oss. Efter filmen dricker vi lite kaffe och ”snackar” lite.

Ni som vill vara med på denna mysiga kväll anmäl er till kansliet på Tel 040 – 12 59 59 eller E-post: malmo@neuroforbundet.se.



MVH
Trivselgruppen
Sonja och Gunilla

VAR MED OCH STÖD VÅR VERKSAMHET I NEUROFÖRBUNDET MALMÖ
VALFRITT BELOPP KAN SWISHAS TILL

123 344 49 57

Juridisk Rådgivning

Visste du att mellan 400 och 500 medlemmar i Neuroförbundet varje år får hjälp av våra rättsombud?

Neuroförbundets rättsombud hjälper betalande medlemmar (ej prova på) med neurologisk diagnos vid ansökan och överklagan inom dessa områden:

- LSS, lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade
- Assistansersättning
- SoL, socialtjänstlagen
- Mobilitet, dvs bilstöd, parkeringstillstånd, färdtjänst samt riksfärdtjänst
- Bostadsanpassning
- Handikappersättning/vårdbidrag
- Sjukförsäkring – sjukpenning/sjukersättning
- Vårdskador (Patientförsäkringen)

JURIDISK
RÅDGIVNING

Rådgivningen är kostnadsfri för dig som är betalande medlem. Om du önskar omfattande hjälp vid ansökan, eller hjälp med överklagande, så kan rättsombuden hjälpa dig mot en avgift på 500 kr per instans. Observera alltså att vår juridiska rådgivning inte ingår i vårt prova på medlemskap. Givetvis har vi tystnadsplikt kring ditt ärende.

Du får kontakt med våra rättsombud via telefon, e-post eller brev. Meddela oss ditt namn, medlemsnummer samt kontaktuppgifter när du tar kontakt med oss. Därefter är vår arbetsgång följande:

1. Du blir kontaktad av vår koordinator Magnus Andersson, alt. något av våra rättsombud. Vi kontaktar dig normalt inom tre arbetsdagar. Senast inom fem arbetsdagar.
2. Rättsombudet går tillsammans med dig igenom vad ditt ärende handlar om. Diskuterar med dig hur man kan gå vidare och på vilket sätt vi kan hjälpa dig. I bland kan du få råd eller tips direkt. Vid andra tillfällen kan rättsombudet behöva ta del av handlingar, t.ex. intyg, redan gjorda ansökningar, myndighetsbeslut (om det har fattats något), för att kunna ge dig råd.
3. Vid behov kan du, mot en mindre avgift på 500 kr per instans (domstol), få hjälp med att driva och överklaga ditt ärende. I dessa fall får du skriva under en fullmakt, som ger rättsombudet rätt att företräda dig.

Visste du?

att Sverige har förbundit sig att följa FN:s standardregler för att inkludera människor med funktionsnedsättning delaktighet och jämlikhet. En av förutsättningarna för att uppnå detta är att hela miljön är tillgänglig för alla.

Skrivet av Mattias Elensjö

Elvira Och Sixten Carlssons Stiftelse

Ansökningshandlingar kan rekvireras från Neuroförbundet Skånes kansli. De kan också hämtas på Neuroförbundet Skånes hemsida.

http://neuroforbundet.se/lokalforeningar/skane/skane/blanketter/

Sista dagar för att ansöka är den 31 mars 2017.

Tänk på att medel bara kan sökas till rehabilitering och rekreation. Samt att man inte kan söka bidrag i efterhand.

Stiftelsemedel.se

Pengar från en stiftelse som söker dig

Vi är en ideell förening bildad 2015 som kostnadsfritt vill hjälpa dig som har svårt att hitta ekonomisk hjälp från stiftelser, kommuner och landsting. http://stiftelsemedel.se/

Inledningsvis vill vi säga att såväl föreningen som hemsidan är under uppbyggnad och det kommer mer och fler funktioner och information efter hand. För dig som arbetar med att hjälpa andra t.ex. diakon, kurator, anställd inom socialtjänst eller annan hjälporganisation bör denna gratistjänst vara till stor hjälp för att hjälpa behövande inom din verksamhet.

För stiftelser kan vi också bidra med att upprätta och administrera ansökningar, bevaka skattenyheter och annat som underlättar och förbilligar ert arbete. Registret vi använder är länsstyrelsernas offentliga register http://web05.lansstyrelsen.se/stift/StiftWeb/SSearch.aspx med en förbättrad sökfunktion.

Assistans Är Frihet

Lördagen den 3 december, på Internationella funktionshinderdagen, var Neuroförbundet Malmö medarrangör till manifestationen 'Assistans är frihet – Rädda LSS' i Malmö. Vi var många som dök upp på St. Johannesplan. Kampanjen fortsätter. NÖDSTOPP NU.

VAR MED OCH STÖD VÅR VERKSAMHET I NEUROFÖRBUNDET MALMÖ
VALFRITT BELOPP KAN SWISHAS TILL

swish

123 344 49 57

swish

Nätverket Polyneuropati – Skåne

Stödgruppen för oss med diagnosen Polyneuropati är en sektion i Neuroförbundet Malmö, men vi kommer från olika orter i Skåne. Vi är överens om att ge varandra stöd och utbyta erfarenheter av symptom och diagnos, liksom av vård och bemötande, information om rehabilitering mm. Fika och positiva samtal är viktiga inslag på våra möten.

Vi vill också ha kontakt med forskningen och få information från experter. Senast 8 dec. 2016 hade vi ett värdefullt samtal med Jenny och Bosse från Aktiv Ortopedteknik.

Vi fortsätter med våra uppskattade träffar under våren 2017.

Första tiden är torsdagen den 12 januari. Första timmen möts vi över tema hjälpmedel. Tina inleder. Klockan 15 - 17. Vi ses på Ängelholmsgatan 6 i Malmö.

Är du intresserad eller har några frågor kontakta arbetsgruppen:

Gunnel Andersson tel. 040-12 15 83 eller 0768-750950 gunnel.h.andersson@hotmail.com

Lennart Edin tel. 0733-63 17 59 edin.lennart@gmail.com

Tina Wronski-Peterssen tel. 0760-208388 hjertet7913@gmail.com

MEDLEMSLOTTERIET

Vi vill slå ett slag för vårt medlemslotteri. I början av året köper du ett, eller flera, nummer (1-200) som du sedan har möjlighet att vinna på varje månad fram till och med december. Vinnarna presenteras här i NeuroBladet.

En ”lott” kostar 100:- och då har du köpt ett lottnummer som gäller alla dragningar under året.

Genom medlemlotteriet stödjer Ni dessutom vår verksamhet.

	OKTOBER	
Vinst	**Lottnr**	**Namn**
100:-	31	Siv Bransvall
50:-	160	Asta Onesti
50:-	38	Åsa Wirén
50:-	153	Rikard Jönsson
50:-	155	Siv Bransvall
50:-	186	Rune Leisvik

	NOVEMBER	
Vinst	**Lottnr**	**Namn**
100:-	81	Helena Andersson
50:-	72	Knut Åkesson
50:-	129	Sigrud Broman
50:-	86	Birgitta Ivarsson
50:-	88	Jennie Fregard
50:-	58	Lars Schill

	ÅRETS STOR-DRAGNING DECEMBER	
Vinst	**Lottnr**	**Namn**
610:-	129	Sigurd Broman
200:-	160	Asta Onesti
200:-	157	Ann-Charlott Öman
100:-	81	Helena Andersson
100:-	153	Rikard Jönsson
100:-	155	Siv Bransvall
100:-	25	Kerstin Svensson
100:-	131	Sonja Norrman
100:-	9	Maria Hansson

Utbetalning av vinster sker till det kontonummer som finns angivet i lokalföreningens register.

Vill ni inte ange något kontonummer får ni gärna komma in på kansliet och hämta ut vinsten.

Om ni inte hämtar ut er vinst och vi inte kan betala ut vinsten, ”brinner” den inne.

Kontakta kansliet för att köpa lotter.

Visste du att

Neuroförbundet ordförande - Lise Lidbäck har en egen blogg på nätet där hon kommunicerar sina tankar. För er som vill läsa vad hon skriver hittar bloggen här: http://neuroforbundet.se/opinion/bloggen/

Neuroförbundet Malmö - Styrelse och Stödpersoner

Styrelse

Ordförande Kristjan Gislason *	kristjan.gislason@hotmail.com
Vice ordförande Claes-Göran Berndt *	cg.berndt@telia.com
Kassör Sonja Norrman *	sonjanaima@gmail.com
Sekreterare/Suppleant Mattias Elensjö *	elensjo@hotmail.com
Ordinarie ledamot Bengt Olsson *	bengt.olsson@neuroforbundet.se
Ordinarie ledamot Gunilla Vinciguerra	gunni99@hotmail.com
Suppleant Josefin Anselmsson	josefin.anselmsson@neuroforbundet.se

De som har en * efter sitt namn har ett neurologiskt sjukdomstillstånd

Kontakter

Nätverket för ALS - Claes-Göran Berndt	cg.berndt@telia.com
ALS – Malin Nilsson	alskontaktmalmo@hotmail.com
Ataxi – Jimmy Håkansson	jimmy1975.hakansson@home.se
MG - Ann-Marie Hansson	0410 – 123 01
MS - Bengt Olsson	bengt.olsson@neuroforbundet.se
Muskelsjukdomar - Susanne Kaya	susanne@3kombud.com
Parkinson - Bengt Björkman	paulinabjorkman@hotmail.com
Stroke - Kristjan Gislason	kristjan.gislason@mbox300.tele2.se
Lösningsmedelskadade - Leif Christoffersson	leif.christoffersson@comhem.se
Polyneuropati - Gunnel Andersson	gunnel.h.andersson@hotmail.com
Övriga diagnoser	malmo@neuroforbundet.se
Anhörigsektionen	Styrelsen, malmo@neuroforbundet.se
Bladet, ansvarig utgivare	Styrelsen, malmo@neuroforbundet.se
Bladet, redaktör	Styrelsen, malmo@neuroforbundet.se
Lokalansvarig – Niklas Norrman	malmo@neuroforbundet.se
Personalansvarig - Bengt Olsson	bengt.olsson@neuroforbundet.se
Kansliet – Niklas Norrman	malmo@neuroforbundet.se

Om personen i listan ovan inte har något telefonnummer eller e-postadress så kan du alltid kontakta kansliet, se nedan.

Kansliet

Telefontid:
Mån - Fre 9 - 13
Plusgiro: 63 98 26-7
Bankgiro: 273-2816

Adress:
Ängelholmsgatan 6
214 22 Malmö
Swish: 123 344 49 57

Telefon/e-post
040 – 12 59 59
malmo@neuroforbundet.se

Hemsida: www.neuroforbundet.se/malmo
Facebook: Neuroförbundet Malmö
Instagram: neuroforbundet_malmo