

KRÖNIKA
Mina resminnen...

ORDFÖRANDE HAR ORDET
Vår ljuva vår!

Medlemsresa till Örebro

Sommarpub

KALENDARIUM
Aktiviteter i vår/sommar

INNEHÅLL I DETTA NUMMER

På omslaget - Äppelträd

Fotograf: Christel - pixabay.com/sv

Neuro Stockholm läns verksamhet	Sidan 3
Krönika	Sidan 4 - 5
Ordförande har ordet	Sidan 5
Medlemsresa	Sidan 6
Den långa vandringen	Sidan 7
Tillgänglighetsanpassade guidningar	Sidan 8 - 9
Aktiviteter	Sidan 10 - 15
Biokväll	Sidan 15
Temaföreläsningar	Sidan 16
Kalendarium	Sidan 17 - 19
Medlemsresa Kalamata - Aten 1997	Sidan 20 - 22
Diagnosträff för medlemmar	Sidan 22
Träffa vården när och där det passar dig!	Sidan 23
Hitta rätt som ny medlem	Sidan 23
Bosse Råd Stöd och Kunskapscenter	Sidan 24
Lokalföreningar - Neuro Stockholms län	Sidan 24

Kansliet på Fatbursgatan 19

Neuroförbundet Stockholm

stockholm@neuro.se

Ann-Cristin Broberg

Kanslist, föreningsadministratör, medlemsregister och reception
ann-cristin.broberg@neuro.se

Sussie Grandby-Klövfors

Aktivitetsansvarig, föreläsningar
sussie.grandby-klovfors@neuro.se

Sven Arnehed

Intressepolitisk handläggare Funktionshinderpolitiska frågor i Region Stockholm och Stockholms Stad
sven.arnehed@neuro.se

Tomas Rodriguez Hedling

Kommunikatör Medlemstidning, sociala medier
Intressepolitisk handläggare Funktionshinderpolitiska frågor i Region Stockholm och Stockholms Stad.
tomas.rodriguez-hedling@neuro.se

Telefon

08-720 29 40 (Växel)

Du kan läsa tidningen i pdf-format. Titta på vår hemsida, du kan ladda ner den där! www.neuro.se/stockholmslan

Vill du ha tidningen som taltidning? Kontakta redaktionen på telefon 08-720 29 40

Medlemstidning för Neuro Stockholms län

Tidningen ges ut av Neuro Stockholms län och utkommer med fyra nummer om året. Insändare måste åtföljas av namn och adress, även när insändaren önskar vara anonym. Redaktionen förbehåller sig rätten att redigera och korta ner insända bidrag.

Ansvarig utgivare

Kerstin Kjellin

Redaktör

Tomas Rodriguez Hedling

SIB-TRYCK HOLDING AB

Neuro Stockholms Län
Medlemstidningen
Fatbursgatan 19
118 28 Stockholm

PlusGiro 96 60 78 - 8

Utgivning under året

Nr	Manusstopp	Utkommer
1.	1/1	1/2
2.	1/3	1/4
3.	1/7	1/8
4.	1/10	1/11

NEURO
FÖRBUNDET
Stockholms län

Neuro Stockholms läns verksamhet

Medlemsresa

Vi kommer inte kunna åka på någon resa till Skåne och Danmark då antalet intresseanmälningar var för få. Som alternativ har vi planerat för en resa till Örebro. Vill du följa med oss ditt mejlar du oss ditt intresse senast den 17 april.

Rehabiliteringsresa

Intresset för resan till Vintersol är stort även inför årets resa, vi kommer skicka ut ansökningshandlingar till de personer som gjort en intresseanmälan till oss.

Temaföreläsningar

Det återstår ett par olika temaföre-

läsningar under våren och sommaren som vi sänder direkt via videolänk. Du kan välja mellan att delta digi-fysiskt eller från valfri skärm och plats. Det går även att titta på föreläsningarna i efterhand på vår hemsida eller via vår kanal på YouTube.

"No-Show" Avgift

Det är obligatorisk att anmäla sig till våra aktiviteter, ett tidigaste eller senaste anmälningsdatum finns angivet. Lämna återbud om du inte kan komma. I de fall vi har en avgift för en aktivitet kommer vi fakturera dig 50 kronor om du inte gjort en avanmälan. Ofta har

vi en väntelista till våra aktiviteter och vi vill kunna erbjuda så många som möjligt att kunna delta, då är det extra tråkigt om någon som anmält sig inte dyker upp.

Kontakta oss

Om du vill nå oss är bästa sättet att göra det genom att skicka oss en e-post. Vi på kansliet kan ha svårt att svara i telefon precis när du ringer, eftersom vi ofta sitter i möten eller befinner oss på annan plats.

Nu önskar vi att den sköna och livgivande våren nalkas.



✓ Låg vikt
✓ Kompakt & smidig
✓ Ta med i egen bil
✓ Ta med på flyget
✓ Lång körsträcka

Få friheten tillbaka med en hopfällbar elrullstol!

Eloflex gör det möjligt att leva ett aktivt liv med promenader, resor och utflykter. Ta med den i en vanlig personbil och på flygresan. Med en lång körsträcka på 30 km kan du vara igång hela dagen.

ELÖFLEX

Besök www.eliflex.se eller ring 010-18 33 100 för att hitta din närmaste återförsäljare.

Mina reseminnen...



Lasse Persson och Kenneth Bäck, reseledare och medhjälpare spelar och sjunger för gruppen på Epidauros Amfiteater, under resan till Kalamata - Aten 1997.

Krönika ... det var så här allt började i förbundet - Min mamma Vivi såg en annons i NHR Martallen, Gotlands lokala förening om en resa med Region 3 till Kreta. ”Det skulle vara härligt att få resa på solsemester” sa mamma som sedan tio år tillbaka fått MS och nu hade rullstol. Hon sökte och kom med och jag följde med som anhörig på resan. Jag och mamma fick den hjälp vi behövde, vi hade aldrig kunnat genomföra en sådan resa på egen hand. Det var en härlig semester med många minnen och trevligt umgänge som vi fick uppleva.

För att flyga och komma ombord måste alla som inte kan ta sig själva bli burna av de medföljande medhjälparna både på och av. Bussar för transfer och utflykter var inte utrustade med några liftar, så det var handkraft av starka armar som gällde. De hotell som fanns att tillgå var inte anpassade så det krävdes en del medhavda hjälpmedel och en del ommöblering av rum och omgivning innan det kunde fungera. Fast det fanns alltid någon fin lösning. För att

höja upp sängen så fixade någon av medhjälparna några tråklossar från ett bygge i närheten. Kom du inte in med rullstolen på toaletten så lyfte vi av dörren och satte upp ett skynke.

Den här första resan blev startskottet för mitt engagemang i NHR (nuvarande Neuroförbundet). Jag fick en fråga av Lasse Persson, dåvarande ombudsman på Stockholms län och ansvarig för resorna utomlands, om jag ville följa med som medhjälpare till Grekland i 14 dagar, vilket jag tackade ja till. Förutom att sola och bada så fick vi uppleva det klassiska Grekland med många utflykter till sevärdheter som bland annat Mykene, Olympia, Delfi och som avslutning Aten och templet Akropolis. Som medhjälpare fick du vara behjälplig alla dygnets 24 timmar för någon LSS fanns inte då. Alla medhjälpare var personer som hade helt andra arbeten och var inte anställda inom organisationen. Alla var ideella krafter och tog egen semester/ledighet för att åka med på dessa resor mot resa, mat och uppehälle. Det skulle inte ha

blivit några resor eller utflykter utan dessa ideella krafter. Det blev många resor med Lasse och alla fina medhjälpare till olika platser i Grekland som har berikat mitt liv med vänner för livet.

2001 blev en tjänst som ombudsman för NHR Stockholm ledig och Lasse tyckte att jag var en lämplig kandidat så jag sökte och fick jobbet, vilket jag aldrig ångrat. Så här i backspegeln så var det roligt, spännande och inspirerande att vara en röst för medlemmarna i NHR. Det blev några resor tillsammans med Lasse innan jag fick ta över som reseledare 2004 och det blev en resa tillbaka till Kreta med en grupp med 42 personer, 30 deltagare och 12 medhjälpare. Jag inledde ett långt samarbete med en resebyrå som arrangerade gruppresor och tillsammans kunde vi utveckla verksamheten och anlita mer tillgängliga hotell och i bästa fall hitta en buss med lift.

Mitt livs stora resa blev 2006 då det bar av till Thailand och Phuket. Ingen reseregion hade åkt så långt tidigare. Förbundet var indelat i 4 reseregionen då (och Stockholm tillsammans med bland annat Gotland och Sörmland utgjorde region 3). Det var en lång och jobbig resa för oss alla, det tog cirka 24 timmar från Arlanda tills vi var framme på Kamala Beach, vilket snart var glömt och att det blev en oförglömlig upplevelse kan vi som var med skriva under på. Det som var det allra tuffaste på den resan var båtutflykten till en liten korallö för bad, snorkling

och lunch. Den sista biten in till stranden blev det färd i Long-tailbåtar för oss alla. Att få ner personerna med rullstol på ett säkert sätt i dessa små båtar var en rejäl utmaning fast det gick ju bra. Så här i efterhand så skakar jag på huvudet och undrar om vi var riktigt kloka och om det hade gått att ordna idag. Fast även den här resan blev lyckad och vi kom hem med roliga minnen och nya vänner.

Under mina år som ansvarig för resor utomlands så blev det en resa om året till olika resmål. Vi gjorde resor till Grekland, Kroatien, Turkiet och Thailand. För att finansiera de medhjälpare som var ett måste sökte vi olika bidrag

från diverse fonder som finns för sådana ändamål. Tyvärr så blev det mindre och mindre anslag för oss att söka samtidigt som flygbolagen gjorde begränsningar på flygningarna för antal person med rullstol.

Det blev mindre grupper som kunde åka i väg på semesterresorna men möjligheterna hade också förbättrats för egna resor i och med insatser för personlig assistans, även vissa kommuner betalade för medföljande resenär om du hade hjälpbehov på din semesterresa. Men, men som vi alla nu får erfara så ska kostnaderna minskas överallt så sådana förmåner tas bort lika fort som dom kom.

När Lasse gick i pension och Sven Arnehed fick tjänsten som ombudsman för Stockholms län så arrangerade vi ytterligare några resor tillsammans. Vi gjorde bland annat kortare stadsresor till Barcelona och Florens för att ta del av alla kulturella inslag som dessa städer erbjuder. Vi provade att åka kommunalt i Barcelona med buss och tunnelbana och det gick väldigt bra. Barcelona stadskärna är bra tillgängligt för personer med rörelsehinder och även entréer till restauranger och affärer. Vi bodde på relativt tillgängliga hotell och åkte transfer till och från flygplatsen i tillgängliga mindre bussar.

Vid pennan, Pia Laurell

Vår ljuva vår!

Ordförande har ordet - Nu har min jakt på vårtecken börjat! På nästkommande söndag, den femte mars går Vasaloppet klockan åtta. På SVT. Tävligen är det allra första vårtecknet för mig. Trots att det redan nu dagarna före kan anas att plusgraderna kommer att ta bort snön ganska snart, ja inom de närmaste dagarna faktiskt, är Vasaloppet mitt första ”riktiga” vårtecken. Dessutom gör solskenet som glittrar i snön utanför mitt köksfönster att jag kan tänka mig att våren finns runt hörnet och kommer att visa sig med full kraft inom en snar framtid. Det är precis samma visa varje år vad gäller min längtan efter våren och värmen. I höstas planterade jag krokus för att kunna se naturen väckas precis utanför mitt köksfönster. Hade jag befunnit mig ute i naturen regelbundet hade jag

säkert träffat på blåsippor innan krokusarna kommer upp men jag brukar inte se blåsippor mer än på bild på TV och på Facebook där andra har varit ute i naturen och fotat.

Enligt SMHI är våren den tid då vårt halvklot alltmer vänds mot solen, som stiger allt högre upp på himlen och smälter snön och isen. Jorden värms upp och både växter och djur lockas fram. Men att definiera meteorologisk vår är ingen lätt uppgift. Det finns ingen vedertagen internationell standard. Om dygnsmedeltemperaturen är över 0,0°C men under 10,0°C kallas detta för ett dygn med vårtemperatur. Om detta inträffar sju dygn i följd, sägs att våren anlände det första av dessa dygn. Även om det blir en återgång till lägre temperaturer därefter så räknas det



fortfarande som vår. De har satt ytterligare ett villkor, nämligen att starten på våren inte får ske före den 15 februari. Detta är normalt den tid då temperaturen i genomsnitt är som lägst i sydligaste Sverige.

Våren är för mig början på sommaren och den del av året då det är lättare att leva samt då själen sjunger lovsånger alla soliga dagar.

Vid tangentbordet

Kerstin Kjellin
Ordförande Neuro Stockholm & Neuro Stockholms Län

Medlemsresa till Örebro 13 - 15 juni, 2023

Medlemsresa - Intresset för resan till Helsingborg blev tyvärr inte tillräckligt stort för att vi ska kunna genomföra den resan.

Vi vill ju gärna kunna åka med er medlemmar på en resa och har därför planerat för en resa med tillgänglighetsanpassad buss till Örebro istället. Vi kommer att bo på Scandic Örebro Central som har sexton tillgänglighetsanpassade rum.

Dag 1. Avfärd från Stockholm till Örebro. Vi träffas på Fatbursgatan 19, packar och därefter tar Kolmårdens buss med oss till Örebro. Framme i Örebro äter vi lunch och på eftermiddagen gör vi en guidad stadsvandring tillsammans. Efter det installerar vi oss på våra rum och har lite fri tid fram tills middagen på hotellet.

Dag 2. Efter frukost gör vi ett besök på Örebro slott och tillika Örebro länsmuseum och kanske spöket Laban dyker upp? Vi lunchar på Lilla Annas slottscafé. Efter lunch blir vi hämtade av bussen som tar oss till Wadköping. Med sina trähus och gårdar skildrar Wadköping Örebros äldre bebyggelse, stadsmiljö och invånare. Här finns muséer, utställningar, caféer och restaurang, träsvarvare, handelsbod och många andra spännande butiker. Efter Wadköping åker vi tillbaka till hotellet i väntan på middag och trevlig samvaro.

Dag 3. Efter frukost checkar vi ut från hotellet. På vägen hem till Stockholm gör vi ett stopp på Julita gård för att titta på dess trädgårdar samt att äta något lätt på Café Julita Skans. När vi är klara på Julita åker vi åter till kansliet.

Kostnad - Cirka 4300kr. för del i dubbelrum, buss och hotell med frukost och två middagsbufféer samt guidad stadsvandring. Om du vill bo i enkelrum tillkommer ett tillägg på cirka 800kr. Lunch och eventuella inträden bekostar du själv.

Intresseanmälan - Om du tycker det låter trevligt och vill följa med på vår resa. Anmäl ditt intresse senast måndag 17 april mejla stockholm@neuro.se



Anta utmaningen - Den långa vandringen



Vasaloppsleden - För tredje året i rad ordnas nu åter Sveriges längsta vandring för vandrare med olika funktionsnedsättningar. En organiserad gruppvandring de 9 milen genom Vasaloppsarenans cykelled under 8 sommardyg, från Berga by till Vasaloppets målportal i Mora.

Vandringen följer breda fina stigar med varierande underlag, men mestadels vanliga grusvägar som går genom stora skogar, förbi sjöar och vackra fåbodar.

Den långa vandringen vänder sig till vandrare med olika slag av funktionsvariation, både fot- och rullstolsburna. Och naturligtvis även till "medvandrare" som vill dela vår gemenskap!

Den långa vandringen är fylld med äventyr, fantastisk gemenskap och nya lärdomar om Dig själv. Du som deltar får ett minne för livet, så tveka inte att anmäla dig till ett spännande äventyr i en fantastisk natur!

Planeringen inför årets vandring är redan i full gång och vandringsplanen ser ut som följer:

Lördag 29 juli - Vi samlas redan på lördag eftermiddag/kväll vid Vasaloppets hus i Berga by och nyttjar deras trädgård som camp för övernattnig. Lördag kväll beställer vi Pizza från intilliggande Pizzeria.

Söndag 30 juli - Start Berga by ~ Sälen-Smågan. 10 km.
Trivselskväll i Smågan

Måndag 31 juli - Start kl. 9:30.
Smågan ~ Mångsbodarna. 14 km.

Tisdag 1 juli - Start kl. 9:30.
Mångsbodarna ~ Risberg. 13 km.

Onsdag 2 augusti - Start kl. 9:30.
Risberg ~ Evertsberg. 13 km.
Trivselskväll i Evertsberg

Torsdag 3 augusti - Start kl. 9:30.
Evertsberg ~ Oxberg. 15 km.

Fredag 4 augusti - Start kl. 9:30.
Oxberg ~ Hökberg. 9 km.

Lördag 5 augusti - Start kl. 9:30.
Hökberg ~ Eldris 10 km.
Trivselskväll i Eldris

Söndag 6 augusti - Start kl. 8:00.
Eldris ~ Mora 9 km. Vi avslutar vandringen med gemensam lunch för den som önskar på en intilliggande restaurang.

Stödservice

Vandrare med särskilda behov förväntas ha medvandrare som stöd. Teknisk personal följer för fortlöpande laddning av elrullstolar samt service på stolar och övrig utrustning. Vasaloppsbyn för vildmarks catering samt persedelstransport medföljer vandringen. Handikapp-toalett följer med placering vid respektive kontroll.

Kost och utrustning

Vi startar varje dag med rejäl grötkost + dito tillbehör i nattens camp. Vi äter en lättare medhavd lunch utefter vägen vid halva avverkade dagsetappen. Vid ankomst till nästa Vasaloppskontroll, tillika nattens camp, serveras vi ett stadigare mellanmål. Middag vid 19-tiden och fri tillgång till köket för den kvällshungriga vandraren. Meddela eventuell specialkost vid anmälan.

Varje vandrare förväntas ha egen sovsäck, liggunderlag eller liknande. Vandrare uppmanas till varma ombyten men i övrigt sparsamt medhavd utrustning. Förslag på utrustningskommer att meddelas av Anders. Tält förväntas vara rivna och övrig utrustning nedpackad innan dagens frukost. Vasaloppsbyn transporterar utrustningen till nästa kontroll/camp.

Vi ger ALLA varandra en hjälpsam hand när vi ser att det behövs!

Datum: 29 juli - 6 augusti, 2023.

Målgrupp: Människor med funktionsvariation och deras assistenter/familj. Max antal deltagare + medföljare 20 deltagare.

Längd: Ca 90 km. Start, Berga by. Mål, Vasaloppsmålet i Mora.

Information om anmälan och pris hittar du på **Den långa vandringens hemsida** - <https://www.vasaloppsbyn.se/DLV/index.html#DLVanmal>

Frågor skickas till Anders Andrae på mejl: anders@willut.se

Tillgänglighetsanpassade guidningar i Tyresö



Tyresö slottspark - försommarblomster i lummig parkmiljö
Lättvandrad naturguidning anpassad för rullstolsburna. Tyresö slottspark anlades på 1700-talet och är en av Sveriges äldsta engelska parker. I den lummiga miljön spirar vårens och försommarens alla blommor. De betande fåren bidrar till den rika florán och att hålla landskapet öppet. Här finns också grovstammiga lövträd som al, bok, ek och lind. Vi vandrar i lugnt tempo i den lummiga engelska parken och ut till havet på Notholmen.

Kolardammarna - Vårblommor och vattenrening. Lättvandrad guidning anpassad för rullstolar. Kolardammarna ligger i Alby naturreservat och utgör ett vackert inslag i landskapet. Längs strandkanten möts du av grovstammiga aspar, tallbackar, små berghällar och öppna gräsmarker. Här blommar vitsippor, blåsippor, vårfryle, nagelört och andra vårblommor.

Om guidningen

När - Onsdag 19 april, klockan 11.00-13.30
Guidningen är gratis.

Praktisk information

Vandringen är 2 km lång och tar cirka 2,5 timmar med paus. Vi vandrar i lugnt tempo. Det finns inga toaletter. Det finns picknickbänkar på en skogsbacke och bänkar på en brygga. **Ta med egen matsäck.**

Samling och avslutning

Busshållplats Öringe kl 11.00 (buss 819 eller 875). Färdtjänst uppge adress Ridskolevägen 2 i Tyresö. Vid stora parkeringen. Bil, samlas vi på parkeringen vid Fårdala ridskola.

En av guiderna möter upp vid busshållplatsen. En av guiderna möter upp vid adressen.

Tillgänglighet

Underlaget är bra för att ta sig fram med rullstol och rullator. Det finns en något längre backe som har medellutning, här hjälps vi åt om det behövs.

Anmälan - görs till Lena Falk, projektledare för Naturen på lika villkor. **Mejladress:** lena.falk@studieframjandet.se
Telefon: 08-555 352 68

Om guidningen

När - Måndag 22 maj, klockan 11.00-14.00
Guidningen är gratis.

Praktisk information:

Vandringen är 3 km lång och tar cirka 3 timmar med paus. Vi vandrar i lugnt tempo. Tillgänglig toalett finns vid slottet och ute på Notholmen. Vi går i parken och ut på Notholmen där vi äter vid havet. **Ta med egen matsäck.**



Samling och avslutning

Busshållplats Tyresö kyrka kl.
11.00 (buss 875).

Färdtjänst uppge adress Tyresö slott Borggården. Koordinater: N 59° 14' 9.48", E 18° 18' 14.98"
Bil kör du Tyresövägen österut till Tyresö kyrka och slott (handikaparkering finns).

En av guiderna möter upp vid busshållplatsen. En av guiderna möter upp vid Tyresö slotts borggård.

Tillgänglighet

Det går att ta sig fram med rullstol och rullator i slottsparken och ut på bryggan på Notholmen. Ibland när gångvägarna är nygrusade kan det vara lite tyngre. Sista backen tillbaka upp mot slottet är något ansträngande. Fast vi hjälps åt!

Anmälan - görs till Lena Falk, projektledare för Naturen på lika villkor. **Mejladress:** lena.falk@studieframjandet.se
Telefon: 08-555 352 68

Barnsjön - skogssjö i sprickdalslandskap Lättvandrad kvällsguidning anpassad för rullstolar. Den lilla skogssjön Barnsjön ligger i en dalsänka, karaktäristisk för Sörmlands omväxlande sprickdalslandskap. Vi vandrar i lugnt tempo till sjön där vägen kantas av dramatiska branter och en frodig våtmark. Vandrigen fortsätter längs



strandkanten där vi får en härlig skogskänsla. På våren leker paddorna i sjön och med lite tur får vi se deras yngel i strandkanten.

Om guidningen

När - torsdag 1 juni kl. 11:15-13:15. Guidningen är gratis.

Praktisk information

Vandringen är 1 km och tar cirka 2 timmar med paus. Vi vandrar i lugnt tempo. Det finns inga toaletter. Det finns en grillplats med bänkar vid sjön.

Ta med egen matsäck.

Samling och avslutning

Busshållplats Marsvägen (buss 819, 820, 823 och 824). Färdtjänst uppge adress Bansjöslingan 10 A i Tyresö. Bil, samlas vi på parkeringen mitt

emot Bansjöslingan 10 A. En av guiderna möter upp vid busshållplatsen. En av guiderna möter upp vid Tyresö slotts borggård.

Tillgänglighet

Underlaget är bra för att ta sig fram med rullstol och rullator. Det finns några krångliga passager, men här hjälps vi åt om det behövs.

Anmälan - görs till Lena Falk, projektledare för Naturen på lika villkor. **Mejladress:** lena.falk@studieframjandet.se
Telefon: 08-555 352 68

Guidningarna genomförs i samarbete mellan Tyresö kommun och Studieförbundet Stockholm Gotland.



ZAKETT®
assistans & ledsagning

Rätt och slätt - Zakett är nr 1

Tel. 08-400 255 33
Hälsningar Janne Uvebrandt & Mikke Malm



www.zakett.se

Lura mig inte! - 13 april



Medlemscafé - Neuro Stockholm och lokalpolisen Södermalm inbjuder till en informationsträff om hur du kan skydda dig mot bedrägerier.

Hur skyddar vi oss på nätet, i hemmet och på stan? Vi samtalar, diskuterar och byter erfarenheter.

Datum - torsdag 13 april.

Tid - klockan 14:00 – 15:00.

Anmälan - görs senast tisdag 11 april per mejl till stockholm@neuro.se

Var - Kansliet på Fatbursgatan 19, samma hus som Södra Station.

Kostnad - fri entré, önskas fika så kostar det 20 kr.

Följ med 300 år tillbaka i tiden - 20 april



Utsigt af Bergsund 1796 Konstnär: Meijer, J. G. Stockholms stadsmuseum

Medlemscafé - Följ med på en resa 300 år tillbaka i tiden. Vi befinner oss på Södermalm då

det bara var landsbygd och får följa med på en resa fram till dessa dagar som vi lever i nu.

Leif Gidlöf visar bilder och berättar om malmgårdar, slussar och mycket mer kring Hornstull med omnejd.

Datum - torsdag 20 april.

Tid - klockan 14:00 – 15:30.

Anmälan - görs senast tisdag 18 april per mejl till stockholm@neuro.se

Var - Kansliet på Fatbursgatan 19, samma hus som Södra Station.

Kostnad - fri entré, önskas fika så kostar det 20 kr.

Varmt välkommen!

Quiz-Pub med Darren Troy - 21 april

Quiz-Pub - Nu är det dags att gnida geniknölarna igen Darren Troy har satt ihop ännu en musikfrågesport, den som har flest rätt vinner ett litet pris. Utöver det har vi också ett lotteri med fina priser.

I vanlig ordning serveras det en pubtallrik med lite smått och gott inklusive valfri dryck, kaffe och något sött efter maten. Öl, vin och alkoholfria alternativ finns till försäljning.

Anmälan - kan du göra tidigast fredag 14 april mejla stockholm@neuro.se

Begränsat antal platser. Lämna återbud om du inte kan komma.



Om du inte dyker upp fakturerar vi en No-show avgift på 50 kronor.

Var - i vår lokal på Fatburgsgatan 19, i samma byggnad som Södra Station.

När - fredag 21 april, klockan 18:00 – 21:00.

Kostnad - Pubtallrik 130 kr.

Varmt välkommen!

Skulpturpromenad - 4 maj

Skulpturpromenad - Vi går hela Katarina Bangata, som har mycket sevärd konst och historia. Korta stopp gör vi bland annat vid Greta Garbos Torg, Gunnel Friebergs skulptur ”Jannica med dockvagnen” och självklart Olle Adrins ”Vi ses vid målet”. Vid Götgatan viker vi av mot Medborgarplatsen och de ”Röda björnarna”. Vidare över Medborgarplatsen till kansliet på Fatburgsgatan 19 där det finns möjlighet att köpa en kopp kaffe med bulle innan vi beger oss hemåt.

När - Torsdagen den 4 maj

Tid - 13:30 - ca.16:00.

Start - vi träffas på Nytorget vid Bror Hjorts staty ”Lek”.

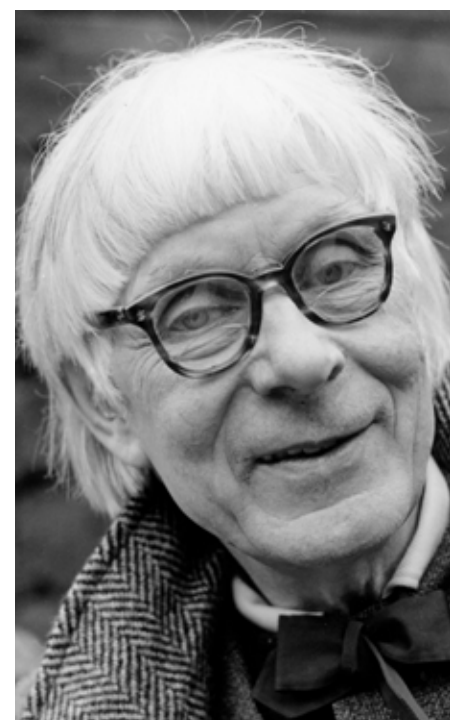
Mål - på kansliet på Fatburgsgatan 19, samma hus som Södra Station.

Kostnad - fika med kaffe och bulle kostar 20 kr för den som önskar.

Anmälan - gör du senast tisdag 2 maj genom att mejla stockholm@neuro.se.

Begränsat antal platser. Lämna återbud om du inte kan komma.

Varmt välkommen!



På bilden - Bror Hjort.

Målarcirkelns Vernissage - 9 maj



Vernissage - Vi ställer ut våra konstverk som vi jobbat med under hela våren. Du kanske hittar något fint konstverk att köpa och hänga upp där hemma hos dig, eller varför inte ge bort till någon när och kär.

Anmälan - får du gärna göra på mejl till stockholm@neuro.se senast fredag 5 maj.

Var - i vår lokal på Fatbursgatan 19. Det står Neuro Stockholm på dörren.

När - tisdag 9 maj, klockan 17:00-19:00.

Det bjuds på lite småplock, kaffe och kaka. **Välkomna!**

Lunch på ny restaurangskola - 11 maj

Restaurang besök - Det har öppnat en ny restaurangskola i Norra Hammarbyhamnen. Kajplats 304.

När - Torsdag 11 maj, klockan 11:30 - 13:00. Ledsagare möter upp vid 11:00.

Var - Dörjgränd 6 (vändplan), Norra Hammarbyhamnen.

Kostnad - En trerätters lunchmeny för endast 165 kr, önskas något annat än vatten så går det bra att köpa till.

Anmälan - kan du göra tidigast 14 april genom att mejla stockholm@neuro.se.



Loppis - 27 maj



Loppis - Kom och fynda på vår loppmarknad, är du sugen på en kopp kaffe med dopp så finns det att köpa för 20 kr.

När - Lördag 27 maj klockan 10:00 - 14:00

Var - i vår lokal på Fatbursgatan 19. Det står Neuro Stockholm på dörren.

Är du intresserad av att vara med och sälja lite prylar hör av dig till oss snarast på mejl stockholm@neuro.se

Varmt välkomna!

Skulpturpromenad - 30 maj

Skulpturpromenad - På Mariatorget stannar vi en stund vid "Tors fiske" och Per Hasselbergs båda skulpturer. Vi går vidare Sankt Paulsgatan med flera intressanta byggnader och viker in på Repslagargatan med spännande både nyare och äldre byggnader med konstförsedda gårdar.

Sista stoppet gör vi i Fatbursparken med Bofills Båge innan vi avslutar promenaden med eftermiddagskaffe med bulle på kansliet.

När - Tisdagen den 30 maj

Tid - 13:30 - ca.16:00.

Start - vi träffas på Mariatorget vid Per Hasselbergs staty "Tors fiske".

Mål - på kansliet på Fatbursgatan 19, samma hus som Södra Station.

Kostnad - fika med kaffe och bulle kostar 20 kr för den som önskar.

Anmälan - gör du senast fredag 26 maj genom att mejla stockholm@neuro.se.

Begränsat antal platser. Lämna återbud om du inte kan komma.

Varmt välkommen!



På bilden - Tors fiske.

Sommarpub på Linnéagården - 2 juni



Sommarpub - Vi ses på Linnéagården och firar att sommaren äntligen är här. Vi har bjudit in Small Connection som kommer att bjuda på 60 och 70-talsmusik. Den som har den finaste blomsterhatten vinner ett fint pris. Det kommer att finnas lotter till försäljning.

När - Fredag 2 juni, fri entré.

Tid - klockan 16:00 - 20:00.

Var - Linnéagården, infart Spångavägen 84, Bromma. Våra flaggor (Neuro) står vid infarten till

Spångavägen 84 följ sedan ballongerna fram till Linnéagården.

Kostnad - 130 kronor. Det kommer att serveras rostbiff och potatissallad med lite tillbehör inklusive valfri dryck. Kaffe och vår sommartårta med jordgubbar.

Anmälan - gör du tidigast onsdag 13 april genom att mejla stockholm@neuro.se. Begränsat antal platser. Lämna återbud om du inte kan komma. Om du inte dyker upp fakturerar vi en No-show avgift på 50 kronor.

Varmt välkommen!

Sommarcafé - 4 tisdagar i juli



Sommarcafé - Vad sägs om en kopp kaffe med dopp eller bara en iskall dricka att släcka törsten med? Då får du gärna titta in till Neuro Stockholms lokal på söder!

När - tisdagar med start 4/7 följt av 11/7, 18/7 och 25/7.

Tid - klockan 14:00 – 16:00.

Var - lokalen på Fatburgatan 19, samma hus som Södra Station.

Kostnad - 20 kronor för fika. Bara läsk eller Ramlösa kostar 10 kronor. Ledsagare finns på plats.

Välkomna!

Dagskryssning till Åland - 15 augusti

Medlemsresa - Vill ni följa med oss på en dagskryssning till Mariehamn? M/S Viking Grace tar oss till Mariehamn och på hemvägen får vi åka med M/S Viking Glory som tar oss hem till Stockholm.

I priset ingår Premiumfrukost, du blir serverad ett glas Cava, väljer själv en liten varm frukostägggrätt, kaffe och te. Sedan plockar du själv kallskuret från bufféen och något sött till kaffet. På vägen hem äter vi en sen lunch (tre-rätters meny), valfri dryck betalar du själv för.

Vi har anpassad hytt i båda riktningarna där du kan lämna ditt bagage eller använda toaletten.



Anmälan - vill du följa med så anmäl dig senast 19 maj per mejl till stockholm@neuro.se

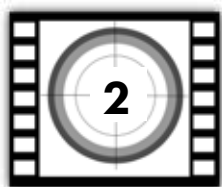
Kostnad - 800 kronor. I priset ingår premiumfrukost, lunch (tre-rätters meny) och tillgång till hytt.

Biokväll

Kom och titta på film i vår lokal på Fatbursgatan 19, onsdagar kl. 18:00–21:00. Filmen börjar 18:00. Vi bjuder på popcorn. Läsk eller ramlösa kostar 10 kronor.

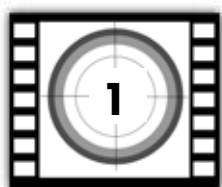
Det är obligatorisk anmälan till biokväll, du anmäler dig via mejl på stockholm@neuro.se.

Lämna återbud om du inte kan komma. Tänk på våra allergiker - undvik starka dofter. **Välkomna!**



19 april - Uncharted • Äventyr/Action. 1 tim. 56 min.

Gatusmarte Nathan rekryteras av den rutinerade skattjägaren Victor "Sully" Sullivan för att återvinna en förmögenhet som förlorades för 500 år sedan.
Skådespelare - Tom Holland, Mark Wahlberg, Antonio Banderas.
Regi - Chris Lebenzon, Richard Pearson.



24 maj - Pinocchio • Äventyr, Komedi, Fantasy, Familj. 1 tim. 45 min.

Sagan om marionettdockan, vars dröm om att bli en riktig pojke för honom mot hisnande äventyr, får nytt liv – den här gången som spelfilm med animerade inslag.
Skådespelare - Tom Hanks, Joseph Gordon-Leviss, Cynthia Erivo.
Regi - Robert Zemeckis.

Temaföreläsningar vår 2023

Neuro Stockholms temaföreläsningar sker digitalt på dagtid. Föreläsaren genomför föreläsningen digitalt som sänds "direkt" via länk på Zoom (videomöte). Du kan välja på att se föreläsningen hemifrån eller komma till vår lokal och se föreläsningen på storskärm. Vi kallar det för att du deltar digi-fysiskt. Vi lägger också ut föreläsningen på vår YouTube-kanal så du kan titta i efterhand.

Tisdag
11 april
14:00 - ca.15:00

Dagsömnighet vid Parkinsons sjukdom
Dagsömnighet är mer förekommande hos personer med Parkinsons sjukdom än hos övrig befolkning. Hur och om dagsömnighet är kopplad till andra symtom vid Parkinson kommer att diskuteras samt progression över tid. Även upplevelser, konsekvenser och beskrivningar av dagsömnighet hos personer med Parkinson kommer att tas upp på denna föreläsning.

Föreläsare: *Arja Höglund*, Legitimerad sjuksköterska, Medicine doktor, Omvårdnadsansvarig, Karolinska Universitetssjukhuset.

Anmälan: Mejla stockholm@neuro.se senast tisdag 4 april.
Kom i god tid (helst inte senare än 13:45) föreläsningen börjar 14:00.

Tisdag
23 maj
14:00 - ca.15:00

Ett egenvårdsprogram för att förebygga fall hos personer med multipel skleros
Fall och fallrelaterade skador är vanligt bland personer med multipel skleros (MS) och kan leda till fallrädsla och negativ inverkan på individens hälsa. Forskning om fallförebyggande insatser hos personer med MS är begränsad.

Föreläsare: *Marie Kierkegaard*, docent, leg sjukgymnast Akademiskt specialistcentrum, Centrum för Neurologi. *Charlotte Ytterberg*, docent, leg sjukgymnast Sektionen för fysioterapi, Institutionen för neurobiologi, vårdvetenskap och samhälle, Karolinska Institutet.

Anmälan: Mejla stockholm@neuro.se senast tisdag 16 maj.
Kom i god tid (helst inte senare än 13:45) föreläsningen börjar 14:00.

Onsdag
21 juni
14:00 - ca.15:00

Om ALS
Vi kommer få reda på lite mer om ALS vad gäller förekomst, riskfaktorer, klinisk bild, den informella vårdgivaren (dvs oftast partnern) och utredning.

Föreläsare: *Ulf Kläppe*, specialistläkare i neurologi, Medicine Doktor, ME Neurologi, Karolinska Universitetssjukhuset i Stockholm. Institutionen för klinisk neurovetenskap, Karolinska Institutet.

Anmälan: Mejla stockholm@neuro.se senast fredag 16 juni.
Kom i god tid (helst inte senare än 13:45) föreläsningen börjar 14:00.

Kalendarium

Det är obligatorisk att anmäla sig, oftast finns ett *senaste* datum för anmälan fast det kan också vara ett *tidigaste* datum för anmälan. Du anmäler dig via mejl om inget annat anges. Diagnos- och Anhörigträffar sker på plats i vår lokal, alternativt kan du delta digitalt via videolänk. **Välkomna!**

April
12
Onsdag

Wii-spel, Vi spelar Nintendo Wii (tv-spel) tillsammans
18:00 – 21:00 i vår lokal på Fatbursgatan 19. Ledsagare finns på plats. Läs och ramlösa till försäljning för 10 kr. Obligatorisk anmälan **senast måndag 10/4** mejla stockholm@neuro.se Lämna återbud om du inte kan komma. Tänk på våra allergiker - undvik starka dofter. **Välkomna!**

April
13
Torsdag

Medlemscafé - "Lura mig inte!" skydda dig mot bedrägerier
14:00 – 15:30 i vår lokal på Fatbursgatan 19. Obligatorisk anmälan **senast tisdag 11/4** mejla stockholm@neuro.se Lämna återbud om du inte kan komma. Tänk på våra allergiker - undvik starka dofter. Se annons sidan 10. **Välkomna!**

April
19
Onsdag

Biokväll - Uncharted • Action/Drama. 1 tim. 56 min.
18:00 – 21:00 i vår lokal på Fatbursgatan 19. Stor bioduk. Vi bjuder på popcorn. Läs och ramlösa till försäljning för 10 kr. Obligatorisk anmälan **senast måndag 18/4** mejla stockholm@neuro.se Lämna återbud om du inte kan komma. Tänk på våra allergiker - undvik starka dofter. **Välkomna!**

April
20
Torsdag

Medlemscafé - Följ med 300 år tillbaka i tiden
14:00 – 15:30 i vår lokal på Fatbursgatan 19. Leif Gidlöf visar bilder och berättar om malmgårdar, slussar och mycket mer kring Hornstull med omnejd. Obligatorisk anmälan **senast tisdag 18/4** mejla stockholm@neuro.se Lämna återbud om du inte kan komma. Tänk på våra allergiker - undvik starka dofter. Se annons sidan 10. **Välkomna!**

April
21
Fredag

Quiz-Pub med Darren Troy
18:00 – 21:00 i vår lokal på Fatbursgatan 19. I vanlig ordning serveras det en pubtallrik med lite smått och gott inklusive valfri dryck, kaffe och något sött efter maten. Obligatorisk anmälan **tidigast fredag 14/4** mejla stockholm@neuro.se Lämna återbud om du inte kan komma. Tänk på våra allergiker - undvik starka dofter. Se annons sidan 11. **Välkomna!**

Maj
4
Torsdag

Skulpturpromenad med Kerstin Keller
13:30 – ca.16:00 vi träffas på Nytorget vid Bror Hjorts staty "Lek". Obligatorisk anmälan **senast tisdag 2/5** mejla stockholm@neuro.se Lämna återbud om du inte kan komma. Tänk på våra allergiker - undvik starka dofter. Se annons sidan 11. **Välkomna!**

Maj
8
Måndag

Pubkväll på puben Lilla Wien
17:00 – 20:00 ingång Swedenborgsgatan 20 eller med rullstol via ingången till Södra Station. Vi har bord reserverade och våra trevliga ledsagare är på plats. Obligatorisk anmälan **senast fredag 5/5** mejla stockholm@neuro.se Lämna återbud om du inte kan komma.

- Maj**
9
Tisdag
- Vernissage – målarcirceln**
17:00–19:00 Fatbursgatan 19. Obligatorisk anmälan **senast torsdag 3/11** mejla stockholm@neuro.se Lämna återbud om du inte kan komma. Tänk på våra allergiker - undvik starka dofter. Se annons sidan 12. **Välkomna!**
- Maj**
10
Onsdag
- Diagnosträff NMD**
15:00 – 16:30 i vår lokal på Fatbursgatan 19. Obligatorisk anmälan **senast måndag 8/5** mejla stockholm@neuro.se Lämna återbud om du inte kan komma. Tänk på våra allergiker - undvik starka dofter. **Välkomna!**
- Maj**
10
Onsdag
- Wii-spel, Vi spelar Nintendo Wii (tv-spel) tillsammans**
18:00 – 21:00 i vår lokal på Fatbursgatan 19. Ledsagare finns på plats. Läsk och ramlösa till försäljning för 10 kr. Obligatorisk anmälan **senast måndag 8/5** mejla stockholm@neuro.se Lämna återbud om du inte kan komma. Tänk på våra allergiker - undvik starka dofter. **Välkomna!**
- Maj**
11
Torsdag
- Restaurangbesök på ny restaurangskola**
11:30 – 13:00 (Ledsagare på plats 11:00) Dörjgränd 6 (vändplan), Norra Hammarbyhamnen. Obligatorisk anmälan **tidigast tisdag 14/4** mejla stockholm@neuro.se Lämna återbud om du inte kan komma. Tänk på våra allergiker - undvik starka dofter. Se annons sidan 12. **Välkomna!**
- Maj**
11
Torsdag
- Diagnosträff Polyneuropati**
14:00 – 15:30 i vår lokal på Fatbursgatan 19. Obligatorisk anmälan **senast tisdag 9/5** mejla stockholm@neuro.se Lämna återbud om du inte kan komma. Tänk på våra allergiker - undvik starka dofter. **Välkomna!**
- Maj**
24
Onsdag
- Biokväll - Pinoccio • Äventyr/Komedi/Familj. 1 tim. 45 min.**
18:00 – 21:00 i vår lokal på Fatbursgatan 19. Stor bioduk. Vi bjuder på popcorn. Läsk och ramlösa till försäljning för 10 kr. Obligatorisk anmälan **senast måndag 22/5** mejla stockholm@neuro.se Lämna återbud om du inte kan komma. Tänk på våra allergiker - undvik starka dofter. **Välkomna!**
- Maj**
25
Torsdag
- Diagnosträff Polyneuropati**
14:00 – 15:30 i vår lokal på Fatbursgatan 19. Obligatorisk anmälan **senast tisdag 23/5** mejla stockholm@neuro.se Lämna återbud om du inte kan komma. Tänk på våra allergiker - undvik starka dofter. **Välkomna!**
- Maj**
27
Lördag
- Loppis**
10:00–14:00 i vår lokal på Fatbursgatan 19. Se annons sidan 13. Tänk på våra allergiker - undvik starka dofter. **Välkomna!**
- Maj**
30
Tisdag
- Skulpturpromenad med Kerstin Keller**
13:30 – ca. 16:00 vi träffas på Mariatorget vid Per Hasselbergs staty ”Tors fiske”. Obligatorisk anmälan **senast fredag 26/5** mejla stockholm@neuro.se Lämna återbud om du inte kan komma. Tänk på våra allergiker - undvik starka dofter. Se annons sidan 13. **Välkomna!**

Juni
2
Fredag

Sommarpub – Koloniträdgårdsföreningen Linnéa

16:00–20:00 Linnéagården, Spångavägen 84 Bromma. Begränsat antal platser, obligatorisk anmälan som kan göras **tidigast tisdag 14/4** mejla stockholm@neuro.se
Lämna återbud om du inte kan komma. Tänk på våra allergiker - undvik starka dofter.
Se annons sidan 14. **Välkomna!**

Juni
5
Måndag

Pubkväll på puben Lilla Wien

17:00 – 20:00 ingång Swedenborgsgatan 20 eller med rullstol via ingången till Södra Station. Vi har bord reserverade och våra trevliga ledsagare är på plats. Obligatorisk anmälan **senast fredag 2/6** mejla stockholm@neuro.se Lämna återbud om du inte kan komma.
Tänk på våra allergiker - undvik starka dofter. **Välkomna!**

Juni
13
Tisdag

Medlemsresa till Örebro

Tisdag 13/6 - torsdag 15/6 följ med på en resa med tillgänglighetsanpassad buss. Vi bor två nätter på tillgängligt hotell och upptäcker Örebro med omnejd under tre dagar. Intresseanmälan gör du **senast måndag 17/4** mejla stockholm@neuro.se Se annons sidan 6.

Juli
4
Tisdag

Sommarcafé

14:00–16:00 i vår lokal på Fatbursgatan 19. Ledsagare finns på plats. Fika, kaffe, läsk eller ramlösa och glass till försäljning. Obligatorisk anmälan **senast måndag 3/7** mejla stockholm@neuro.se Lämna återbud om du inte kan komma. Tänk på våra allergiker - undvik starka dofter. Se annons sidan 14. **Välkomna!**

Juli
11
Tisdag

Sommarcafé

14:00–16:00 i vår lokal på Fatbursgatan 19. Ledsagare finns på plats. Fika, kaffe, läsk eller ramlösa och glass till försäljning. Obligatorisk anmälan **senast måndag 10/7** mejla stockholm@neuro.se Lämna återbud om du inte kan komma. Tänk på våra allergiker - undvik starka dofter. Se annons sidan 14. **Välkomna!**

Juli
18
Tisdag

Sommarcafé

14:00–16:00 i vår lokal på Fatbursgatan 19. Ledsagare finns på plats. Fika, kaffe, läsk eller ramlösa och glass till försäljning. Obligatorisk anmälan **senast måndag 17/7** mejla stockholm@neuro.se Lämna återbud om du inte kan komma. Tänk på våra allergiker - undvik starka dofter. Se annons sidan 14. **Välkomna!**

Juli
25
Tisdag

Sommarcafé

14:00–16:00 i vår lokal på Fatbursgatan 19. Ledsagare finns på plats. Fika, kaffe, läsk eller ramlösa och glass till försäljning. Obligatorisk anmälan **senast måndag 24/7** mejla stockholm@neuro.se Lämna återbud om du inte kan komma. Tänk på våra allergiker - undvik starka dofter. Se annons sidan 14. **Välkomna!**

Augusti
15
Tisdag

Dagskryssning till Åland

07:00–19:00 Vikingterminalen. Följ med på en dagskryssning till Mariehamn / Åland. Vi åker med Viking Lines M/S Grace till Mariehamn och M/S Glory tar oss hem till Stockholm igen! Obligatorisk anmälan **senast fredag 26/5** mejla stockholm@neuro.se Lämna återbud om du inte kan komma. Se annons sidan 15. **Välkomna!**

Medlemsresa Kalamata - Aten 1997

Resumé från medlemsresa - Resan gick till platser i Antikens Grekland. Transfer på 30 mil från Aten i skumpande buss innan vi kom fram till Kalamata. Bussarna är inte anpassade med lift utan det är endast handkraft som gäller. Även hotellet är dåligt anpassat, det enda som finns är hissar till våningsplanen. Det krävs en del ommöbleringar på rummen och i frukostmatsalen för att det ska fungera. Det fungerar med många medhjälpare som kan vara behjälpliga i alla möjliga och omöjliga situationer.

Det var inte så vanligt att de fanns personliga assistenter utan det krävdes hjälp och assistans för att det skulle fungera. Till exempel fanns det endast badkar på de flesta hotell så det blev att lyfta i och ur vid dusch och hårtvätt. Här krävdes förutom duschbräddor också toalettförhöjare på flera rum. Vi har därför med oss egna. Vid varje resa får man anmäla hjälpmedel som ska med och det är max 300 kg. Det kostar inget extra för hjälpmedel och rullstolar. Endast manuella rullstolar kan tas med de här resorna då varken buss eller taxi kan erbjuda skjuts om man har elrullstol/permobil. Tar man en taxi så får rullstolen monteras isär och ligga i bagageluckan och personen lyftas in i taxin.

Många och långa utflykter blir det på varje resa. Det är inte ovanligt att starta i ottan och komma tillbaka till hotellet långt efter det blivit mörkt. Ett besök på Amfiteatern i Epidauros där Lasse Persson och Kenneth Bäck spelade och sjöng. Akustiken är helt fantastisk och att de kunde bygga sådana för så länge sedan, tänk flera hundra år före Kristus. det blev också utflykt till Mykene, Delfi och templet på Akropolisklippan. Det finns inga hissar att tillgå, utan det är att bära upp och ner bland alla stenar.

Även tid för sol och bad blir det mycket av som många vill ha på sin semester. Det gjordes även turer i staden Kalamata som för övrigt har de godaste oliverna och olivoljan.



Annika Sunvisson, medhjälpare kikar in i nunneklostret i Kalamata.



Lasse Persson, reseledare spelar gitarr med gruppen som åhörare. Platsen är Epidauros amfiteater.

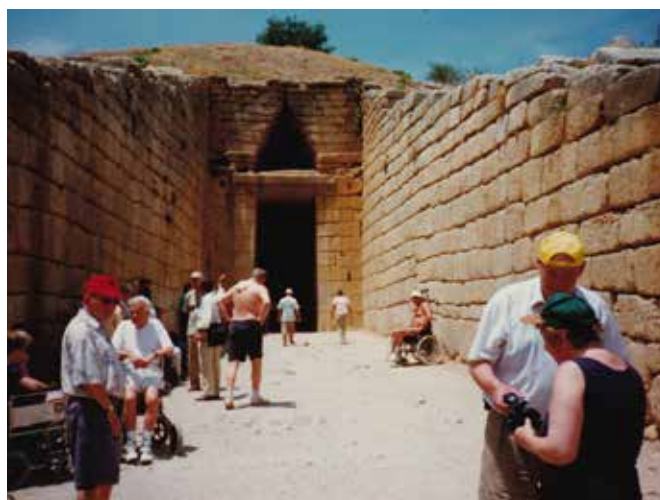


Deltagarna Britt och Sven Hjelm vid Epidauros Amfiteater.

Medlemsresa Kalamata - Aten 1997



Vår grekiska guide Ericos och deltagare intill Epidauros Amfiteater.



Mykene en antik borg, Lasse Persson, reseledare och Pia Laurell, medhjälpare i förgrunden.



Arkeologiska museet i Aten. Deltagarna Hasse Norman, Åsa Borgström, Agneta Leksell, Evalott Larsson tillsammans med Leif Rejby, medhjälpare.



Utflykt till antikens Olympia. Guiden Ericos berättar om historiska vingslag från antikens Grekland.



Badresa till Finikunda med lunch.



Deltagare och medhjälpare badar nedanför vårt hotell i Kalamata. Reino Hyvinään, Leif Rejby bär och Annika Sunvisson sitter i solen.

Medlemsresa Kalamata - Aten 1997



Lasse Persson, reseledare och Agneta Leksell, deltagare på en restaurang i Pireus - Aten.



Lunch i Aten för deltagarna Elisabet Wallin, Agneta Leksell, Evalott Larsson och Åsa Borgström.

Har du inte fått vårt nyhetsbrev?

Varje vecka på fredagar skickar vi ut ett digitalt nyhetsbrev - om du också vill få det skickat till din inbox så mejlar du oss på stockholm@neuro.se



Diagnosträff för medlemmar

Diagnosträff - Är en möjlighet för dig som har en särskild diagnos att träffa andra medlemmar med samma diagnos. Innehållet på en träff bestämmer ni själva, kansliet erbjuder fika och en mötesplats.

Att möta andra människor som befinner sig i en situation som liknar sin egen kan vara väldigt värdefullt. I vissa fall finns redan etablerade diagnosträffar där du är välkommen att delta.

Om det är första gången en träff sker kan mötet förhoppningsvis leda fram till att en grupp bildas



Om du vill delta digitalt meddelar du det när du anmäler dig så skickar vi en länk till videomöte.

Träffarna sker i vår lokal på Fatbursgatan 19, samma hus som Södra Station.

Träffa vården när och där det passar dig!

Region Stockholm - I appen *Alltid öppet* kan du själv boka videomöten med vården i regionen. Husläkarmottagning online erbjuder videomöten med läkare alla dagar i veckan mellan klockan 7-21, både vardag som helgdag. Ungdomsmottagning online erbjuder ungdomar upp till 23 års ålder chatt och videomöte för rådgivning kring identitet, sex och preventivmedel.

Du kan även genomföra videomöten som vården har bokat med dig. Många mottagningar erbjuder den möjligheten som ett alternativ, exempelvis vid återbesök.

Om du har en Iphone eller Ipad kan du gå in i Appstore och söka



på *Alltid öppet*. Du kan också ladda ner appen från AppStore via: **itunes.apple.com**

Om du har en Android telefon eller surfplatta kan du öppna

Play Butik i din telefon eller läsplatta och söka på *Alltid öppet*. Du kan också ladda ner appen från GooglePlay via: **play.google.com**

Hitta rätt som ny medlem



Medlem - Som ny medlem kan det vara svårt att hitta rätt information om sin diagnos och vad Neuroförbundet erbjuder i form av medlemsförmåner, till exempel

diagnosstödjare. På Riksförbundets hemsida www.neuro.se finns den mesta av informationen som kan vara intressant. Ta en stund och surfa runt på hemsidan. Under

flikarna *Engagera dig*, *Stöd oss*, *Diagnoser*, *Om oss* och *Förening* och deras underrubriker kommer du hitta matnyttig information. Neuro Stockholm och Stockholms län har en varsin hemsida där hittar du information om vår verksamhet. I vårt **Nyhetsbrev** och på vår **Facebook-sida** hittar du också information om våra evenemang och aktiviteter samt övriga inlägg som rör neurofrågor och funktionsrörelsen i stort. Välkommen att utforska!

Självklart går det också bra att mejla kansliet vid frågor eller komma förbi i egen person, bra att stämna av innan, så att någon av kanslipersonalen är på plats.

BEGRÄNSAD EFTERSÄNDNING

Vid definitiv eftersändning återsänds försändelsen med den nya adressen på baksidan (ej framsidan)



Tillsammans hittar vi svaren på dina frågor.

Utan remiss och utan avgift kan du träffa en konsulent på BOSSE- Råd, Stöd & Kunskapscenter. Det enda som krävs är att du bor i Stockholms län, har en funktionsnedsättning och är äldre än 18 år. Hos oss får du hjälp med att hitta lösningar på frågor som rör din vardag t.ex. personlig assistans, hemtjänst, sysselsättning eller arbete m.m. Vi har över 30 års erfarenhet av frågeställningar som rör funktionsnedsättningar.

Vi erbjuder även cirklar och tematräffar som tar upp olika intressanta ämnen. För dig som har personlig assistans erbjuder vi skraddarsydda utbildningar för dig och dina assistenter. Utbildningen finansierar du via din assistansersättning.

Besök vår hemsida eller kontakta oss så berättar vi mer. Välkommen att boka tid!

Adress: Döbelnsgatan 59, 113 52 Stockholm

Telefon: 08-544 88 660

E-post: bosse@bosse-kunskapscenter.se



www.bosse-kunskapscenter.se

Lokalföreningar - Neuro Stockholms län

Neuro Norrort

Ordförande: Börje Larsson

c/o Börje Larsson, Industrigatan 14, nb,
153 36 Järna

Tel: 076-369 22 98 E-post: borje.jarna@jarna.st

Neuro Roslagen

Ordförande: Kjell Björn

c/o Kjell Björn, Angarns-Rörby 104,
18691 VALLENTUNA

Tel: 070-946 00 00 E-post: roslagen@neuro.se,
alt. kbjorn41@gmail.com

Neuro S:t Botvid

Ordförande: Christina Brännström

Kansli: Rådstuguvägen 19 (Fullersta Torg)
141 35 Huddinge,

Tel: 070-749 32 07 E-post: st-botvid@neuro.se

Neuro Stockholm

Ordförande: Kerstin Kjellin

Fatbursgatan 19, 118 28 Stockholm

Tel: 08-720 29 40 E-post: stockholm@neuro.se

Neuro Södertälje-Nykvarn

Ordförande: Katrin Norman

E-post: sodertalje-nykvarn@neuro.se

Neuro Södertörn

Ordförande: Gudrun Engman

c/o Engman, Ribby allé 94 lgh 1203,
137 42 Västerhaninge

Tel: 070-690 57 12 E-post: sodertorn@neuro.se