

NEURODAGARNA 2023

Under höstens neurodagar kommer ett antal aktiviteter genomföras med ett 30-tal föreningar under rubriken **Hjärnan i centrum**.

Syftet är att synliggöra att vi alla utifrån våra förutsättningar behöver stimulera vår hjärna hela livet. Det handlar om att få känna **gemenskap, glädje och gnista** att klara sin livssituation på bästa sätt.

Söndag 1/10: Halmstad Arena kl. 11-16

- **Prova på** utifrån dina egna förmågor med bordtennis, soft-tennis, dans, gå-fotboll, boxning, rullstolsinnebandy med mera.
- **Föreläsningar** med personer med egna erfarenheter av neurologisk diagnos.
- **Information från föreningar**, som presenterar och visar upp sin verksamhet.
- **Region Halland** närvarar.
- **Hjärnstigen** – Följ "Hjärnstigen" och lär dig mer om hjärnan. Vinn fina priser!
- **Fritt inträde** – ta med dig släkt, familj och vänner för en inspirerande dag i Halmstad Arena. Ingen föranmälan krävs. Lunch kan köpas på Arenan.



Onsdag 4/10: Klarasalen, Stadsbiblioteket i Halmstad

- **Kl. 13-15.30: Föreläsningar (30 minuter vardera):** "Från extremt hjärntrött tillbaka till livet" (Carina Holgersson), "Hjärnskakningar är rehabiliteringsbara" (Frida Johansson), "Att leva med MS" (Frans), "Ge aldrig upp, alla har rätt till bra kommunikation och träning" (My Gustafsson).
- **Kl. 16-17.30: "Nya behandlingsformer av neurologiska sjukdomar"**. Föreläsning med Håkan Widner, överläkare i neurologi vid Lunds universitet.
- **Kl. 18-19.30: Politikerdebatt med regionpolitiker.**

Fredag 6/10: Högskolan i Halmstad

Kl. 09-13.00: Prova-på-dag med tipsrunda. Därefter paneldiskussion med rubriken "Vägen är tillbaka – Livet är nu". Kommer att livesändas.

Vi planerar för bussresa från Kungsbacka via Varberg och Falkenberg ner till Halmstad för våra medlemmar till både söndag 1/10 och onsdag 4/10.

Anmäl ert intresse för detta senast 22/9 via vårt kansli på 035-10 50 24 eller mejla halland@neuro.se

Spana gärna in hemsidan: <https://hjarnanicentrum.se/>

För mer info, kolla gärna in foldern som följer med i detta utskick.

Neurodagarna för lokalföreningarna

Halmstad, lördag 7/10: Prova-på-dag (sittgympa kl. 11). Korv med bröd.

Varberg-Falkenberg, lördag 7/10: Neurodagen 11-15, Louise Hoffsten på Komedianten, Varberg.

NEURO ON TOUR – MÖT JENNY

Onsdag 20/9 kl. 16.00 Brunnsparken, Varberg

Torsdag 21/9 kl. 15.00 Stora Torg, Halmstad

Neuroförbundets medlem **Jenny Ljungberg** cyklar Sverige runt för att under 70 dagar besöka 40 av våra lokalföreningar över hela landet.

Jenny, som lever med diagnosen MS sedan 2011, arbetar till vardags som lärare, något hon tagit tjänstledigt från för att kunna cykla 300 mil. Målet med cykeläventyret är att sprida medvetenhet om neurologiska diagnoser och samtidigt samla in pengar till neurologisk forskning och Neuroförbundets verksamhet/föreningsliv. Möt henne i Varberg o Halmstad!

MEDLEMSTRÄFF PÅ LAXBUTIKEN I FALKENBERG LÖRDAG 21/10

Neuro Halland anordnar medlemsträff på Laxbutiken, Falkenberg, lördagen den 21 oktober. Det blir ett gyllene tillfälle och en chans för medlemmarna att utbyta erfarenheter över en god lunch. Gallaxen är bokad 12.30-15.30, inklusive lunchbuffé och kaffe och pralin till fika. Kostnad 200 kr och 420 kr för assistenter. Vi anordnar buss från Kungsbacka via Varberg och från Laholm via Halmstad.

Vid intresse, anmäl er på 035-10 50 24 eller till halland@neuro.se

VALJEVIKEN VÅREN 2024 – ANMÄL ERT INTRESSE REDAN NU!

Efter vårens inspirerande och uppskattade resor planeras nu för nya kurstillfällen på Valjeviken, Sölvesborg, under våren 2024.

En **nystartskurs på fyra dagar 7-10/4** (söndag-onsdag) och en **fortsättningskurs på fem dagar 13-17/5** (måndag-fredag) har bokats in. Detta är för såväl de som har en diagnos som för deras anhöriga.

Valjeviken är en samlingspunkt för hälsa och personlig utveckling inklusive folkhögskola, rehabilitering, vårdcentral och konferensverksamhet.

Med bokskog och hav som naturskön kuliss erbjuds medlemmarna antingen en fyra- eller femdagarskurs med varierat innehåll, där såväl praktiska som fysiska moment ingår, exempelvis vattenträning i anpassade inomhusbassänger.

Sugen på att delta antingen 7-10/4 eller 13-17/5, eller rentav på båda?

Gör en intresseanmälan redan nu till kansliet på 035-10 50 24, eller mejla halland@neuro.se



Hänt under sensommaren:

TRIVSAM MEDLEMSTRÄFF

25 medlemmar anslöt till heldagen i Villa Pollux i Halmstad torsdag 24/8, med buss från Kungsbacka (Neuro Kungsbacka anordnade bussresan) som i sin tur hämtade upp medlemmar i Varberg. Dagen, som involverade medlemmar från Kungsbacka, Varberg-Falkenberg och Halmstad, inleddes med allmän info kring olika aktiviteter. Efter lunchen väntade aktiviteter som promenad vid havet längs Prins Bertils stig, boule och mindfulness. Eftermiddagsfika och quiz avrundade en trevlig medlemsträff i solsken. Tack till alla medlemmar som bidrog till en rolig och inspirerande dag!

Exempel på aktiviteter från Neuro Hallands lokalföreningar

KUNGSBACKA

Torsdag 26/10: 18.00 Shufflekväll på O'Learys i Kungsmässan, Kungsbacka. Vi träffas klockan 18.00 och inleder med en bit mat och dryck. Efter maten samlas vi runt shufflebordet och utmanar varandra. Shuffle är som en blandning mellan curling och boule och det går utmärkt att vara med även om man sitter i rullstol. Vi välkomnar alla medlemmar och anhöriga och Neuro Kungsbacka sponsrar med avgiften för shuffleboard. Mat och dryck betalar man själv. Ta nu chansen att få träffa några i föreningen under trevliga former. Delar av styrelsen kommer närvara, så det finns chans att även diskutera föreningsfrågor under dessa trevliga former. Anmälan görs till kungsbacka@neuro.se eller till Lars Blomqvist, 0768-521543.

Kontakt Neuro Kungsbacka: Tel. 0702-30 11 53, Mejl: kungsbacka@neuro.se Hemsida: neuro.se/kungsbacka

VARBERG-FALKENBERG

Torsdag 21/9: 16.00 Bingo (ABF Varberg)

Lördag 30/9: 12.30 Curling/Pilkastning (ABF Varberg).

Tisdag 3/10: 13.00 Medlemslunch Varberg, Zupperia (Gallerian). Anmälan senast 28/9 till Leena, 070-304 91 75.

Lördag 7/10: 10-15 Neurodagen, Louise Hoffsten på Komedianten, Varberg.

Tisdag 7/11: 13.00 Medlemslunch Hamnkrogen, Falkenberg. Anmälan senast 2/11 till Anna, 073-401 61 63.

Tisdag 5/12: 13.00 Medlemslunch Västerport, Varberg. Anmälan senast 30/11 till Leena, 070-304 91 75.

Vad gäller luncherna, meddela eventuella allergier. Eventuella ändringar meddelas vid anmälan. Medlemmar betalar 60 kr, övriga full pris.

Torsdag 14/12: 17.30 Björkäng. Anmäl dig senast 1/12 till Anna (sms:a/ring), 073-401 61 63.

Rullegrupp träffas varje torsdag kl. 11.00. Vi tränar teknik, får tips och umgås. Plats meddelas varje vecka beroende på vädret. Alla är välkomna, med eller utan rullstol.

Kontakt Neuro Varberg-Falkenberg: Mejl: varberg-falkenberg@neuro.se Hemsida: neuro.se/varberg-falkenberg

HALMSTAD

Onsdag 20/9: 13.30 Höstlunch Ringenäs GK. Anmäl er senast 18/9 till 035-10 50 24 eller via mejl till halmstad@neuro.se

Onsdag 27/9: 18.30 Extra årsmöte (håller på fram till cirka 20.00). Vi bjuder på räksmörgås, kaffe och dricka. Anmäl er till kansliet senast 22/9.

Lördag 7/10: 11-15 Neurodagen med prova-på-dag i Villa Pollux. Sittgympa (kl. 11), korv med bröd, eventuellt också ytterligare en aktivitet.

VARMT VÄLKOMNA TILL VÅRA AKTIVITETER!

/NEURO HALLANDS STYRELSE

NEURO HALLAND

Villa Pollux (kansliet bemannat måndag-torsdag kl. 9-15)

Gathenhielmsvägen 17, Halmstad

Telefon: 035-10 50 24

Mejl: halland@neuro.se

Bankgiro: 140-9424

Swish: 1231027150

Hemsida: neuro.se/halland

Facebook: Neuro Halland

Youtube: Neuro Halland