

## Prova på – utifrån dina förutsättningar

Kom med och bli inspirerad!

- Soft tennis, gåfotboll, rullstolsinnebandy, croquet, rullstolsslalom, bordtennis, boxning
- Dans och balans, Zumba, kognitiv rörelseträning
- Rörelseträning för barn och ungdomar med funktionsvariationer
- Mindfulness, yoga, breathwork, kroppskänedom
- Skapande verksamhet som stimulerar hjärnan
- Ansiktsmålning



## Prova hjälpmedel som förenklar vardagen!

- Hjälpmedelcentralen ➢ Samarbetspartners



Möt våra föreningar, samarbetspartners och Region Halland som informerar och visar upp sina utbud!



Vi visar upp bredden – det finns något för alla för att stärka sin hjärna och förenkla i sin vardag.

Här möter du flera föreningar och samarbetspartners inom hälsa, idrott, kultur och funktionshinder som tillsammans med Region Halland informerar och inspirerar.

Det handlar om att få känna

## Gemenskap – Glädje – Gnista

och att klara sin livssituation på bästa sätt.

Samarbete är vägen framåt och detta är bara början. Följ oss på vår resa.



[hjarnanicentrum.se](http://hjarnanicentrum.se)

Genomförs med stöd av



# Hjärnan i centrum – hela livet

MÄSSA PÅ HALMSTAD ARENA  
Lördag 28/9 kl. 10-16



## Prova på Inspiration Föreläsningar

- **Axel Schylström** Brännskadad sångfågel och föreläsare
- **Haydeh Bolouri** Vägen till en livslång hjärnhälsa
- **Lena Rasmussen** Återerövra den visuella funktionen  
... och mycket mera!



Fri entré – öppet för alla!



Följ "Hjärnstigen"  
och lär dig mer  
om hjärnan.  
Vinn fina priser!

# Föreläsningar och underhållning – bli inspirerad!

## FÖRELÄSNINGAR | 60 minuter

C5-hallen, 2a våningen (max 300 pers.)

- Brännskadad sångfågel och föreläsare. Om att hitta mod och få kraften tillbaka när livet känns som mest hopplöst. Nu har han en artistkarriär med medverkan i Idol och Melodifestivalen. | **Axel Schylström**
- Vägen till en livslång hjärnhälsa! **Haydeh Bolouri**
- Hjärnan bearbetar och tar emot synintryck – går det att återerövra den visuella funktionen efter en neurologisk skada? **Lena Rasmussen**



AXEL SCHYLSTRÖM



HAYDEH BOLOURI



LENA RASMUSSEN

## FÖRELÄSNINGAR | 30 minuter

Berlin, 3e våningen (max 40 pers.)

- Tankens kraft är vägen till att skapa ditt liv | **Daniel Ayre**
- Kan alla resa? Diskussionsforum **Åsa Gissberg**
- Dansens kraft att utveckla motorik och kommunikation hela livet **Cecee Rowland-Huss**
- Kognitiv träning – öka livskvaliteten **Jonas Fröjd**
- Att leva med MS | **Frans**



FRIDA JOHANSSON



CECEE ROWLAND-HUSS



JONAS FRÖJD



ÅSA GISSBERG



ANNELIE BOJGREN



FRANS



CARINA HOLGERSSON



DANIEL AYRE



MY GUSTAFSSON

Athen, 4e våningen (max 50 pers.)

- Hjärnskakningar är rehabiliteringsbara | **Frida Johansson**
- Att starta om hjärnan – min väg tillbaka från hjärntrötthet **Carina Holgersson**
- Parkinson – en kamp eller en utmaning? | **Annelie Bojgren**
- Tro, hopp och kärlek efter ett mordförsök
- Ge aldrig upp, alla har rätt till bra kommunikation och träning **My Gustafsson**

## Torget utanför arenan:

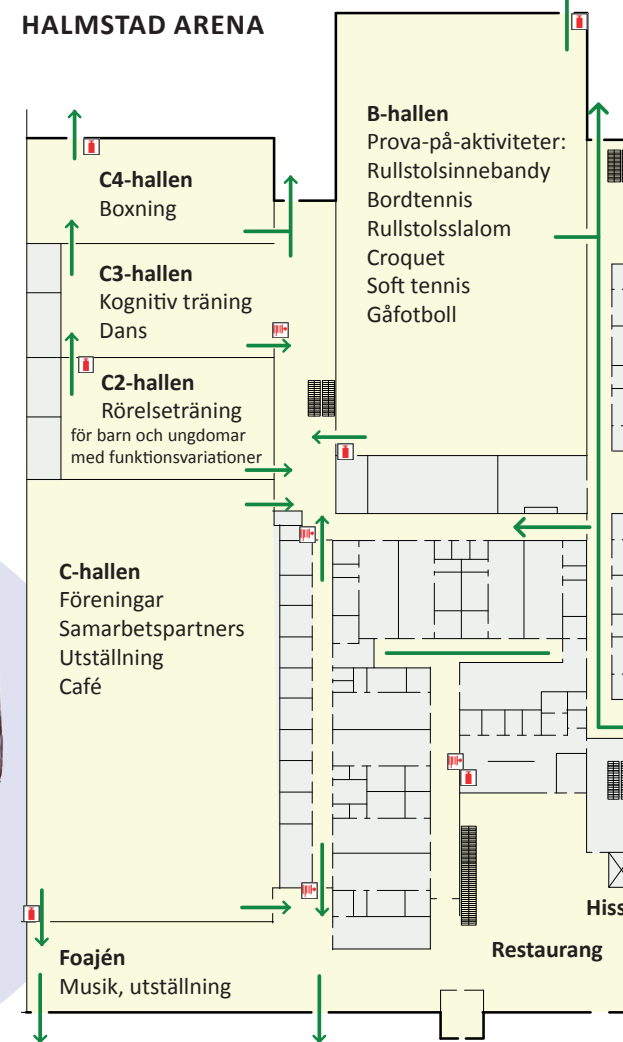
- Mat/foodtrucks
- Prova-på-aktiviteter
- Kranbil – se Halmstad från ovan
- Hoppborg & hinderbana



Country & Rock'n'roll med Edward C. Johansson i foajén



## HALMSTAD ARENA



**Fri entré – öppet för alla!**

På [hjarnanicentrum.se](http://hjarnanicentrum.se) finns möjlighet att boka plats till föreläsningarna. Där uppdateras också programmet löpande.

