

Vårens kurser på Valjeviken – vill du vara med, fyll i den bifogade anmälningsblanketten!

Nystartskurs på 4 dagar 23-26/3 (söndag-onsdag) – anmälan senast 19/2

Fortsättningskurs på 5 dagar 21-25/4 (måndag-fredag) – anmälan senast 19/3



Valjeviken i Sölvesborg är en samlingspunkt för hälsa och personlig utveckling inklusive folkhögskola, rehabilitering, vårdcentral och konferensverksamhet. Med bokskog och hav som naturskön omgivning erbjuds medlemmarna antingen en fyra- eller femdagarskurs med varierat innehåll, där såväl praktiska som fysiska moment ingår.

Läs mer om innehåll & priser på separata sidor!

Kommentarer och intryck från deltagare om resorna till Valjeviken våren 2024: ”Fantastisk miljö, härliga människor”

Olivia Måhl: ”Att våga ta steget och åka till Valjeviken är det bästa beslutet jag tagit i hela mitt liv. Fantastisk miljö, härliga människor. Man får ta hand om sig själv, utan måsten i vardagen. Jag vill definitivt dit igen!”

Daniel Stoltz: ”Allt var jättebra. Bra anordnat, bra föreläsare, bra mat, bra aktiviteter. Det bästa var deltagarna och gemenskapen.”

Karolina Oom (anhörig): ”På det stora hela fantastiskt. Höjdpunkten för både mig och mamma (Ingrid) var båtturen i det soliga vädret under femdagarskursen i maj.”



Vattengympa med havsutsikt. Neuro Halland på Valjeviken förra våren.

Under våren 2023 respektive 2024 genomförde Neuro Halland resor till Valjeviken (Sölvesborg).

Föreläsningar – exempelvis från läkare/neurolog, kurator och sexolog – varvades med fysiska aktiviteter som vattengympa, sittgympa, fläskboll och ballongbadminton.

”Vi fick väldigt positiv respons från deltagarna. Förväntningarna infriades och mer därtill. Kursernas innehåll, Valjevikens läge och möjligheter och deltagarnas fantastiska engagemang är en lyckad kombination och förhoppningsvis blir det lika lyckat nu i vår”, säger kursledaren Carina Holgersson, tillika ordförande för Neuro Halland.

Hur vill ni att Villa Pollux skall utvecklas vidare?

Ett första inspirationsmöte hölls måndagen den 20 januari. Det spånades på idéer och nu vill vi gärna ha hjälp med vilka önskemål och synpunkter ni som medlemmar har gällande hur Villa Pollux kan utvecklas.

Vill du också vara med? Sitter du på idéer, kunskap och erfarenheter som du känner att du kan bidra med när vi nu drar igång processen?

Kontakta i så fall kansliet via mejlen halland@neuro.se

Nästa möte är torsdagen den 13 mars.

”Elefanten i rummet” – föreläsning om blåsa och tarm

Måndagen den 24 mars kl. 17.30-19.30 i Villa Pollux

- Hur påverkas blås och tarmfunktionen vid neurogen sjukdom/skada?
- Hur är det att leva med blås och tarmdysfunktion?
- Hur kan vi bli bättre på att prata om detta?
- Vad finns det för hjälp att få?

Åsa Berggren Persson, uroterapeut från Wellspect, berättar tillsammans med **Renée Torndahl**, CercaDeTi Rehab.

Renée avslutar med att berätta om rehabilitering med helhetssyn och värme i Calpe, Spanien. Vi bjuder på enklare fika.

Anmälan till kansliet, **035-10 50 24**, eller mejla till halland@neuro.se senast 20/3.

Varmt välkomna!

Intresserad av att jobba aktivt för Neuro?

Under 2024 har vi fortsatt att arbeta med att samordna aktiviteter, skapa opinion och diskutera med politiker.

Tillsammans med andra föreningar även utanför Neuro synliggör vi att våra frågor kring neurologiska sjukdomar och skador kommer upp på agendan.

Är du intresserad av att vara med i någon arbetsgrupp eller i en styrelse, kontakta gärna

Carina Holgersson (ordförande Neuro Halland), 070-563 08 38.



Anpassade rum att hyra nära havet i Halmstad

Intresserad av att hyra rum på Villa Pollux i Halmstad?

Attraktivt läge nära havet invid Prins Bertils stig och Brottets simstadion.

Dessutom med gång- och cykelavstånd till Halmstad centrum.

3 anpassade dubbelrum och dusch finns att tillgå, utifrån vandrarhemsstandard.

Vid intresse, kontakta Neuro Hallands kansli, **035-10 50 24**, eller mejla till halland@neuro.se

Mer info på hemsidan neuro.se/halland



Hänt under höstens neurodagar:

Hjärnan i centrum lockade 52 utställare till Halmstad Arena – mässan återkommer i höst, lördag 20/9 2025



Hjärnan i centrum på Halmstad Arena lördagen den 28 september 2024 blev en lyckad mäsas med totalt 52 utställare (föreningar/företag/sponsorer) och därtill 15 föreläsningar, artistupträdanden och prova på-aktiviteter.

Antal besökare under evenemanget lördag 28/9 (kl. 10-16) beräknades till 650 personer (att jämföra med 2023 års 350-400).

”En intressant, intensiv och berikande dag. Vi har fått positiv respons från deltagande föreningar och företag och mässans besökare”, summerar Carina Holgersson, ordförande för Neuro Halland, tillika projektledare för Hjärnan i centrum, med Neuro Halland som initiativtagare med stöd av Region Halland.

Föreningarna och företagen ställde – likt Hjärnan i centrum-debuten hösten 2023 – ut i Halmstad Arenas C-hall, där respektive verksamhet visades upp och presenterades inför en nyfiken publik.

Dagen förgylldes av prova på-aktiviteter, inklusive pingis, soft-tennis, gåfotboll, rullstolsinnebandy, rullstolsslalom,

boxning, croquet, dans och kognitiv träning. Sammantaget 15 föreläsningar, lotteri och Hjärnstigen med skänkta priser från det lokala näringslivet.

Dessutom lekrum och lekhörna för barnen, lyftkran utanför Halmstad Arena med vy över staden och musikframträdanden med Edward C Johansson och sångnummer från Axel Schylström (vävde in låtar till sina två föreläsningar).

Neuro Halland tackar samtliga medverkande för insatserna vid Hjärnan i centrum, inklusive 30-talet volontärer samt företag som sponsrat evenemanget.

Hjärnan i centrum återkommer i höst med ny mäsas i Halmstad Arena – notera gärna redan nu mässans datum lördagen den 20 september 2025 (kl. 10-16).

Fler aktiviteter under hösten 2024:

Trevlig & givande medlemsträff på Laxbutiken i Heberg

Medlemsträff på Laxbutiken söndagen den 17 november med 56 personer på plats.

Medlemsträffen ägde rum i konferensrummet Galaxen på Laxbutiken, Heberg, med 56 personer på plats.

Carina Holgersson, ordförande Neuro Halland, höll i trådarna och summerade via bilder/artiklar från hemsidan 2024 års aktiviteter.

De två resorna till Valjeviken avhandlades med inspel från deltagarna My Gustafsson och Olivia Måhl. Höstens mäsas Hjärnan i centrum (Halmstad Arena 28/9 2024) sammanfattades med tilläggande



kommentar från Frida Johansson, en av mässans föreläsare.

Lokalföreningarnas aktiviteter presenterades i korta drag av Hans Forslund (Halmstad), Frans van Lokhorst (Varberg-Falkenberg) och Marika Wallander (Kungsbacka).

Kanslianställda Thomas Johansson och Anette Andersson berättade kortfattat om verksamheten i Villa Pollux medan projektet Neuro södra Sverige belystes av Agneta Thörnblad.

Menyn innehöll laxlunch och efterföljande kaffe och pralin. Tack för en givande träff!

Årsmöten & annat på gång från Neuro Hallands lokalföreningar

KUNGSBACKA

Söndag 2/3: Årsmöte kl. 13.00 på Hotell Halland

Medlemmar bjuds på lunch efter mötet. Anmälan senast 21 februari. Inbjudan kommer.

Fler aktiviteter i vår hos Kungsbacka:

Tisdag 11/2: Medlemsmöte med semla och quiz på ABF kl. 18.00. Anmälan senast 7 februari, inbjudan kommer.

I april blir det föreläsning och blomsterlotteri på Hjälmeskulla handelsträdgård.

I maj planeras en dagsresa till Botaniska trädgården i Göteborg.

I början av juni medlemsdag/familjedag på Strannegården i Onsala.

VARBERG-FALKENBERG

Söndag 16/2: Årsmöte kl. 11.05

Plats: ABF-huset i Varberg.

Meddela ditt deltagande senast den 10 februari via sms till Leena på tel. nr: 0703049175 eller mail neurovbgfbg@outlook.com

Erforderliga handlingar delas ut på årsmötet. Kommer även att finnas på hemsidan 14 dagar innan mötet. Eventuella motioner skall vara inlämnade senast 3 veckor innan årsmötet. I samband med årsmötet bjuder föreningen på smörgåstårta. Meddela om ev. matallergi.

13.15 Föreläsning

Efter mötet så kommer Hans Reich och Göran Nordblad prata om nyttan med rödljusterapi. På senare tid har det kommit allt fler rapporter som menar att rödljusterapi ger hälsofördelar inom flera områden. Men vad är det egentligen och hur fungerar det?

Hjärtligt välkomna!

Styrelsen hos Neuro Varberg – Falkenberg

HALMSTAD

Lördag 8/3: Årsmöte kl. 13.00 (sluttid cirka 15.00)

Plats: Villa Pollux, Halmstad.

Anmälan görs till kansliet, 035-10 50 24, eller till halmstad@neuro.se senast 3/3.

Vi bjuder på landgång, dricka och kaffe.

Handlingarna finns på hemsidan två veckor före mötet.

Vi är öppna för förslag på aktiviteter och vad ni förväntar er av ert medlemskap.

I samband med detta brevutskick har vi även skickat detta medlemsblad via mejl till den mejladress du angett till oss. Har du inte fått ett mejl, kontakta gärna oss på kansliet på 035-10 50 24 eller mejla oss på halland@neuro.se

VARMT VÄLKOMNA TILL VÅRA AKTIVITETER UNDER 2025!

NEURO HALLANDS STYRELSE

NEURO HALLAND

Villa Pollux (kansliet bemannat måndag-torsdag kl. 09-16)

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