

Neuro

# Kontakten

Nr 3 April 2020

<b>INNEHÅLL:</b>	<b>sid:</b>
Hantverkurs	3
Neuropromenaden	4
Strannegården	5
iPad/smartphone kurs	6
Samtal om epilepsi	6
Boule	6
Rulla med oss	6
Diagnosgrupper	7
Internationella	
Funktionsrättsdagen	7

**Omslagsbild:** Påskliljor  
i Botaniska Trädgården  
**Foto:** Rita Rak

### Från redaktionen

För att Kontakten skall komma ut till medlemmarna i tid, måste allt material som skall publiceras vara redaktören tillhanda:

**Senast den 5:e i varje månad.**

**Redaktör:** Rita Rak.  
**Ansvarig utgivare:** Tor Farbrot  
**Redaktion:** Rita Rak,  
Madeleine Kyllerfeldt.

**Bidrag till Kontakten skickas till:**  
Neuroförbundet Göteborg  
Kontakten  
S. Larmgatan 1  
411 16 Göteborg  
E-post: [kontakten.gbg@neuro.se](mailto:kontakten.gbg@neuro.se)

**Annonser:**  
Helsida 2 000 kr  
halvsida 1 200 kr  
1/4-sida 900 kr  
1/8-sida 700 kr  
Priserna är samma  
för färg och svart-vitt.

**Intresseförfrågan till dig som varit eller är gravid med MS,**  
medlem önskar kontakt för utbyte av funderingar och erfarenheter.

Hör av dig till kansliet tel. 031-711 38 04 eller e-post:[info.gbg@neuro.se](mailto:info.gbg@neuro.se)

---

### Stiftelsen Professorskan Betzie Johanssons MS-donation

Stiftelsens huvudsakliga syfte är att främja vård av barn under 18 år som drabbats av CP eller MS. Ansökningsblankett finns på kansliet och på hemsidan [www.neuro.se/goteborg](http://www.neuro.se/goteborg)

**Sista ansökningsdag är 15 april.**

---

### Hej ni yngre med Parkinson. **INSTÄLLD**

I vår fortsätter träffarna i Göteborg men vi kommer nu att vara i Parkinsonförningens lokaler. Vi fortsätter att träffas och umgås. Ta gärna med anhöriga och vänner. Man behöver inte anmäla sig utan det är bara att dyka upp.

**Datum:** 2/4, kontakta Charlotte angående uppdatering av träffar.  
**Var:** Parkinsonförningens lokaler, Storgatan 53  
**Tid:** Kl. 18.00 - 20.00

**Det kommer att finnas kaffe och något gott till kaffet att köpa.**

Har ni frågor, funderingar eller andra idéer ring eller mejla  
Charlotte 0709-757 097, [kraftenattleva@gmail.com](mailto:kraftenattleva@gmail.com)

Facebook: Träffar för oss med neurologiska diagnoser i Västra Sverige  
**För ensam är man inte stark men tillsammans orkar man lite mer.**

---

### Välkommen att hyra Lillstugan på Strannegården

Medlemmar i Neuroförbundet Göteborg har möjlighet att hyra Lillstugan på Strannegården i Onsala, under den del av året vi inte har våra reguljära sommarveckor för gäster, alltså inte veckorna 24 - 34. Stugan är anpassad och utrustad med pentry, två sovplatser och dusch.

**För mer info** se vår hemsida, [www.neuro.se/goteborg](http://www.neuro.se/goteborg) eller kontakta Martin Rådberg tel. 0761-345 170 eller e-post: [claesmartineliasson@gmail.com](mailto:claesmartineliasson@gmail.com)



Lillstugan på Strannegården i Onsala.

### Årsmötet blev inställt,

tills vidare på grund av Corona viruset, vi återkommer med nytt datum.

**Vårresan är inställd**, ny resa planeras i augusti, informationsbrev kommer.

## Information med anledning av Coronaviruset

Folkhälsomyndigheten har meddelat att risken för allmän smitta av Covid-19 nu anses vara mycket hög. Detta gör att vi som förening bedömer det vara viktigt med förebyggande åtgärder för att skydda våra medlemmar eftersom många tillhör så kallade riskgrupper.

På grund av detta kommer våra större aktiviteter att påverkas på följande sätt:

- ”Så mycket mer än ALS” som skulle genomförts tisdag 28 april är flyttad till 21 september
- Polyneuropati som skulle varit måndag 4 maj är flyttad till 28 september
- World MS Day, föreläsningen med Oluf Andersen är flyttad till 1 oktober

Nedan följer råd som Folkhälsomyndigheten uppmanar till:

- Var noga med handhygien. Tvätta händerna ofta och med mycket tvål och vatten, var noga med nagelbanden och glöm inte av tummarna. Tvätta också händerna längre än vanligt och komplettera gärna med handsprit.
- Det är mycket viktigt att man nyser och hostar i armvecket och inte rak ut i luften. Små droppar färdas långt i ett rum och smitta kan ligga kvar på ytor länge.
- Håll dig hemma om du har minsta misstanke om att vara sjuk eller smittad. Förkylning, tät näsa, irritation i halsen eller annan påverkan på luftvägarna kan vara Covid-19.
- Försök hålla avstånd till andra människor genom att undvika kramar och handhälsningar.
- Undvik att ta dig i ansiktet eftersom smitta kan finnas på dina händer.

## Angående betalda deltagaravgifter

**Ni som redan betalat in till aktiviteter som ställs in kommer att få tillbaka era pengar, vänligen meddela bank och bankkontonummer till kansliet.**

Slutligen vill vi uppmana alla till att hålla sig informerade kring utvecklingen av coronaviruset via tillförlitliga källor, framförallt via Folkhälsomyndighetens hemsida [www.folkhalsomyndigheten.se](http://www.folkhalsomyndigheten.se)



Den fina tårtan är gjord av Teresé.

## Hantverkscurs i ätbart material. **INSTÄLLD**

Kom och lär dig göra vackra blommor i sockerpasta. Du får lära dig olika vackra kreationer med enkla metoder. Det vi skapar kan sedan användas att dekorera tårtor och mindre bakverk. Kursledare är Teresé Antonsson som har flera års erfarenhet av just detta smakeggande hantverk. Du behöver inga förkunskaper.

**Tid:** Torsdag 16 april kl. 15.00 – 17.30  
**Plats:** Kansliet, Arkitektgatan 2  
**Pris:** 150 kr. Kursmaterial, goody-bag och fika ingår.  
**Anmälan:** **senast 8 april.** Tel. 031-711 38 04, mejlinfo.gbg@neuro.se.  
Betalas med swish eller kontanter på plats.



# NEURO

## PROMENADEN

### i Slottsskogen, Göteborg!

**Ta med dina nära och kära, vänner och bekanta, eller vem du vill.  
Alla kan vara med och samla in pengar till forskning  
och rehabilitering inom Neurologi.**

**Det kommer finnas fika att köpa, lotteri och poängpromenad**

**DATUM: Lördag 9 maj, kl. 13.00**

**PLATS: Slottsskogen**

**OBS! Samling vid stora dammen,  
ingång från Margretebergsgatan.**

Över en halv miljon människor i Sverige lever med neurologiska diagnoser som t ex Stroke, MS, Parkinsons, Epilepsi och neuromuskulära sjukdommar.

Allt du behöver göra är att anmäla dig och komma till Neuroförbundets partytält vid samlingsplatsen. Där väljer du ett eller flera av de färgband som symboliserar Neuroförbundets diagnoser och startar därefter den 1,8 km långa promenaden.

För mer information,  
mejla oss på [info@neuropromenaden.se](mailto:info@neuropromenaden.se)  
eller gå med i vår Facebookgrupp  
[www.facebook.com/neuropromenaden](http://www.facebook.com/neuropromenaden)

**Anmälan:** På [www.neuropromenaden.se](http://www.neuropromenaden.se) eller skanna QR koden nedan. Du kan även ringa kansliet på tel. 031-711 38 04.

**Avgift:** Allt vi förväntar oss är att deltagarna vänligen ger en gåva till Neurofonden i samband med anmälan. Alla intäkter går till att finansiera stödjande insatser och forskning om neurologiska diagnoser. Beloppet bestämmer du själv.



# Strannegården sommaren 2020

Strannegården är Neuroförbundet Göteborgs rekreativ verksamhet. Semesteranläggningen ligger fyra mil söder om Göteborg, med en vidunderlig utsikt över Kungsbackafjorden. Verksamheten är inriktad på rekreation i den vackra miljön med promenader på asfalterade promenadstigar, enklare träning i gymnastiksalen eller vattengympa i den tempererade poolen, konstnärliga aktiviteter, spel av olika slag, utflykter m.m. Vi kommer att ha öppet för våra medlemmar under 8 veckor i sommar.

## I sommar kan man i dagsläget endast hyra rum i paviljongen eller i Lillstugan.

Det kommer att finnas personal som kan bistå med elementär hjälp vid t.ex. måltider, olika aktiviteter m.m. Om du har ett större hjälpbehov måste du ha med dig assistent eller anhörig/närstående.

## Säsongens öppettider:

Strannegården kommer att vara öppen veckorna 25-32.

**Vecka 32** är det fokus på aktiviteter/träning, riktar sig till dig som är lite yngre och/eller har MS.

I övrigt kan medlemmar med i första hand neurologiska diagnoser boka in sig en eller max två veckor.

Ytterligare veckor kan beviljas i mån av plats.

**Priser:** 2 800 kr per vecka för gäst som är medlem i Neuroförbundet Göteborg.

**Pris Lillstugan:** 3 000 kr/person och vecka för gäst som är medlem i Neuroförbundet Göteborg.

För personlig assistent/icke medlem är priset 3 900 kr per vecka.

Medlemmar i annan förening inom Neuroförbundet kan få komma till Strannegården i mån av plats.

Priset är då 3 300 kr per vecka.

**OBS!** Samtliga priser är baserade på del i dubbelrum.

**Dag-gäster:** Du är hjärtligt välkommen att besöka

Strannegården under en dag. Priset är 150 kr/person, och inkluderar mat, fika och bad i poolen.

Ring Strannegården på tel. 0300-613 09 några dagar innan och anmäl din ankomst.

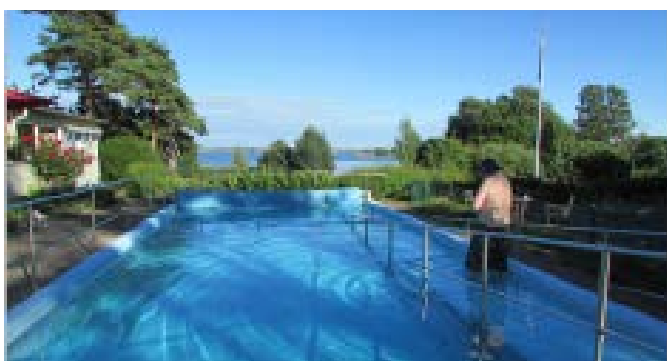
**Korttidsbokningar:** I mån av plats tar vi emot korttidsbokningar och priset är 500 kr/dygn för medlemmar och 700 kr/dygn för assistenter och icke medlemmar. Alla priser inkluderar boende, frukost, lunch, middag samt deltagande i planerade aktiviteter. Kontakta kansliet på tel. 031-711 38 04 före 15 juni, därefter direkt till Strannegården tel. 0300-613 09.

**Bidrag:** Du kan söka sommarbidrag för vistelse på Strannegården. För mer information se nedan eller kontakta kansliet. Du kan även söka bidrag från Hilda Henrikssons fond (se sid 9).

På vår hemsida [www.neuro.se/goteborg](http://www.neuro.se/goteborg) kan du läsa mer om Strannegården samt hämta blanketter för anmälan, sommarbidrag och Hilda Henrikssons Fond.

**OBS!** För att vara säker på att få komma önskade veckor är det viktigt att du skickar in ansökan före 15 april. Senare ansökningar kommer att godkännas beroende på plats. Principen "först till kvarn..." gäller.

Sista anmälningsdag är 15 april 2020



Paviljongen och den uppvärmda poolen. Foto: Rickard Söderholm



Sommarutflykt. Foto: Rickard Söderholm

## Föreningens sommarbidrag

Bidrag kan sökas för vistelse på Strannegården och är 200:-/dag för samtliga veckor. För privat ordnad sommarvistelse, är bidraget 100:-/dag. Medhjälpare kan få 50:-/dag. Bidrag kan sökas upp till 21 dagar. Blankett för ansökan får du från kansliet 031-711 38 04 eller vår hemsida [www.neuro.se/goteborg](http://www.neuro.se/goteborg).

**OBS! Bidragen är behovsprövade. En kopia på senaste slutskattsedel skall bifogas vid ansökan som ska vara inne senast 15 april!**



Kursledaren Daniel Eriksson

### IPad/smartphone kurs, fyra tillfällen. **INSTÄLLD**

I vår startar vi igång en kurs med workshop. Vi träffas vid fyra längre tillfällen, ca. tre timmar. Vi tar paus vid behov och fika mitt i. Som vanligt är vår kursledare kunnige Daniel Eriksson. Han kommer att visa oss olika appar och användningen m.m.

**Tid:** Onsdagar den 1, 8, 15, & 22 april, kl. 17.00 - 20.00  
**Plats:** Grupprum 3, Vegagatan 55, Göteborg  
**Avgift:** 250 kr som inbetalas till plusgiro 16 61 59-4  
**Anmälan:** Till Strokeföreningen på tel. 031-775 98 70 eller e-post: [info@strokevg.se](mailto:info@strokevg.se) senast den 20 mars.

### Samtal om att leva med epilepsi. **INSTÄLLD**

Vid två tillfällen i vår kommer epilepsisjuksköterskorna Kristina Lisovska och Eva Gustafsson från Neuroenheten vid Sahlgrenska universitetssjukhuset och håller i de mycket uppskattade samtalskvällarna om att leva med epilepsi.

**Tid:** 23 april, kl. 18.00 - ca 20.00  
**Plats:** Epilepsiföreningens lokaler på Slottsskogsgatan 6  
**Anmälan:** Mariella Olsson, telefon 076-891 59 49 e-post: [mariella.e.olsson@gmail.com](mailto:mariella.e.olsson@gmail.com)

### Boule, Lunch och Trevlig gemenskap! **INSTÄLLD**

**Fredag den 8 maj kl. 12.00 - ca 14.00, samling i entrén kl. 11.45 på Boulebar, Rosenlundsgatan 8**

Vi får en introduktion om hur spelet fungerar och spelar sedan till kl. 13.00. Därefter äter vi lunch. Välj mellan en klassisk flintastek med pommes frites och bearnaisesås eller det grönare alternativet, dagens vegetariska med säsongen grönsaker. Rätterna serveras med krispig sallad och baguette. Kaffe och en liten kaka ingår.

**OBS! Restaurangen tar inga kontanter om man vill köpa något.**



Foto: pixabay.com

**Avgift:** Medlem 150 kr, ej medlem 200 kr  
**Anmälan:** Till kansliet snarast på tel. 031-711 38 04, e-post: [info.gbg@neuro.se](mailto:info.gbg@neuro.se)  
Ange vid anmälan vilken rätt som önskas samt eventuell matallergi.  
**OBS! Begränsat antal platser!**  
Anmälan är bindande och betalas med swish eller kontant på plats.

### Rulla med Oss, startdatumet kan komma att justeras

I samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan och Folkhälsan i Mölndals Stad har vi glädjen att anordna en Rulstolsskola. Vi koncentrerar oss på att du ska bli vän med din rullstol och förfinas din teknik för att underlätta din vardag i rullstol. Erfarna ledare håller i träningen och varje ledare utformar träningen efter sin egen erfarenhet och kunskap. Det finns även tid för att i grupp reflektera vad det innebär att ha en rullstol som hjälpmedel.

Vi kommer att utgå från vad gruppen vill lära sig.



**Start:** 7 april kl. 19.00 - 21.15, fyra tillfällen framåt.  
**Plats:** Fässbergsskolans H-hall i Mölndal.  
**Anmälan** till Studieförbundet Vuxenskolan i Mölndal tel. 0722-003650

**Info och ledare:** Torsten Palm, Rullegruppen 0736-205821

### ALS - Amyotrofisk Lateral Skleros, prel.

Dessa träffar är för dig som har ALS, är anhörig eller personlig assistent. Du kan träffa andra i samma situation, ställa frågor, få värdefulla tips, hjälp med ansökningar, mm.

**Tid:** Torsdag 23 april kl 13.30

**Plats:** LaSSe Brukarstödscenter, Kämpegatan 3

**Anmälan:** Senast två dagar innan varje träff  
tel. 031 - 84 18 50 eller e-post: brev@lassekoop.se

### Diagnosträff SMA. **INSTÄLLD**

**Kom förbi och ta en fika!**

Vid frågor kontakta Lars Bloqvist tel. 0768-521543

**Tid:** Tisdag den 21/4 kl. 16.00 - 17.00

**Plats:** Föreningslokalen på Arkitektgatan 2

### Borgen. **INSTÄLLD**

Välkomna, hälsar Inger Larsson tel. 0303-21 11 28  
och Lars-Gunnar Andresson tel. 0705-94 45 72

**Tid:** Onsdag den 15/4 kl. 13.30

**Plats:** Equmeniakyrkan,  
Utmarksvägen 3, 442 39 Kungälv

### Caféträff för dig med MS. **INSTÄLLD**

Ni som har MS är inbjudna till en fikaträff. Det blir trevlig gemenskap och ett bra tillfälle att prata med andra i samma situation. Välkomna hälsar Sara

**Tid:** Tisdag 7 april kl. 18.00 - 20.00

**Plats:** Föreningslokalen på Arkitektgatan 2

**Avgift:** 30 kr, fika ingår.

**Anmälan:** Till kansliet tel. 031-711 38 04  
eller e-post: info.gbg@neuro.se



Politikersamtal med kommunalråd. Foto: Caroline Persson



Musikern och kulturprofilen  
Eddie Wheeler.



Åsa Alverstedt och Erik Lönnroth från  
Synskadades riksförbund.

## Rapport från Internationella Funktionsrättsdagen i Nordstan

Funktionsrätt Göteborg och dess 49 medlemsföreningar uppmärksammade den internationella funktionsrättsdagen den 3 december med att arrangera en heldag i Nordstan. Neuroförbundet Göteborg medverkade med funktionärer och några av Rullstolsdansens ledare hade dansuppvisning i pardans inom latin och standard.

### En innehållsrik dag

Dagen började med att Funktionsrätt hälsade besökarna välkomna och därefter kunde de som ville prova olika parasporter hos Göteborgs Parasportförbund samt hur det är att ha ett funktionsnedsättning. Synskadades Riksförbund arrangerade "fingerad optik", (glasögon som simulerar synnedsättning). Med dessa glasögon och en vit käpp kunde man gå en bana med olika hinder som förekommer i synskadades vardag. Hos DHR (Delaktighet Handlingskraft Rörelsefrihet) fick man prova att sitta i rullstol och köra en mindre sträcka med vägkanter och backar. Hjärt- och Lungsjukas förening demonstrerade hjärt-lungräddning.

På eftermiddagen hölls föreläsningar. Musikern och kulturprofilen Eddie Wheeler talade om tillgängligheten i det offentliga rummet och sade att när det kommer till kultur för funktionshindrade så ses det som lyx, därefter spelade han några låtar. Anders Westgerd, verksamhetsledare för Göteborgskooperativet för independent living (GIL) var en annan av föreläsarna. Han berättade att han var med om en skidolycka och blev rullstolsburen. Sedan dess har han arbetat för ett mer jämlikt samhälle och poängterade att det inte är de funktionshindrade det är fel på utan samhällets attityder. För att uppmärksamma

de fördomar som finns mot funktionshindrade har han och hans medarbetare genomfört flera olika kampanjer som t.ex. CP-trucken, CP-dockan och CP-ölet.

Arvid Lindén från MFD (en myndighet som arbetar för att funktionspolitiken får genomslag i samhället) föreläste om svensk funktionshinderpolitik och Agenda 2030.

Efter föreläsningarna hölls politikersamtal om förverkligandet av de mänskliga rättigheterna och grundläggande friheter för personer med funktionsvariationer. Ulla Adolfsson från Autism- och Aspergerförbundet var moderator. Kommunalaråd från de flesta partierna deltog i panelsamtalen och berättade hur de arbetade med jämställdhetsfrågor, samt hur den negativa utvecklingen som t.ex. nedmontering av LSS lagen kunde motverkas. Senare under eftermiddagen genomfördes en manifestation för mänskliga rättigheter, full delaktighet och jämlika villkor med talare från funktionsrättsrörelsen.

Föreläsningarna och debatterna varvades med dans, teater och underhållning bl.a. hade Neuroförbundet Göteborgs dansledare uppvisning i pardans inom standard och latin. Dagen avslutades med en konsert av Räfven.

Text och foto: Rita Rak



# POSTTIDNING B

Avsändare: Neuroförbundet Göteborg  
S. Larmgatan 1  
411 16 Göteborg



## Neuroförbundet Göteborg

### Kansliet

**Postadress:** Södra Larmgatan 1, 411 16 Göteborg  
**Besöksadress:** Arkitektgatan 2  
**Telefon:** 031-711 38 04  
**E-post:** info.gbg@neuro.se  
**Hemsida:** neuro.se/goteborg  
**Plusgiro:** 1 21 30-1 Bankgiro 5416-5840  
**Swish:** 1232373066  
**Öppettider:** Måndag-torsdag, kl. 10.00 - 15.00  
**Telefontid:** Kl. 10.00-12.00, 13.00-15.00

### Kanslipersonal

Madeleine Kyllierfeldt	måndag - torsdag
Caroline Persson	måndag - torsdag
Terese Antonsson	måndag - torsdag
Rita Rak	måndag - torsdag

### Kompassen

Caroline Persson måndag - torsdag  
E-post: kompassen.gbg@neuro.se

### Strannegården

Jojos väg 33, 439 31 Onsala, 0300-613 09 (juni-aug)

### Neuroförbundet Borgen, lokalavdelning i Kungälv

Inger Larsson Tel: 0303-21 11 28  
Lars-Gunnar Andersson Tel: 0705-94 45 72

### Neuroförbundet Västra Götaland

**Adress:** Kapellevägen 1 A  
451 44 Uddevalla  
Tel: 0793-371008  
E-post: va-gotaland@neuro.se

### Förbundskansliet

**Besöksadress:** Neuroförbundet  
Ågatan 12 c, 172 62 Sundbyberg

**Postadress:** Box 4086  
17104 Solna

**Tel:** 08-677 70 10,  
**E-post:** info@neuro.se  
**Hemsida:** www.neuro.se

### Styrelsen 2019/2020

<b>Ordförande:</b>	Tor Farbrot	Kansliet
Ord. ledamöter		
Vice ordförande:	Runa Zetterman	031-87 20 74
Kassör:	Kent Andersson	0708-88 03 10
Sekreterare:	Maria Hagsten	Kansliet
Ledamot:	Michael Ahlberg	0709-66 5152
	Martin Rådberg	076-134 51 70
	Lars Blomqvist	Kansliet
Suppleanter:	Patrik Brandby	Kansliet
	Ted Ekenberg	Kansliet
	Erik Dahlström	Kansliet
	Margaretha Sahlin	Kansliet

### Valberedningen

Sara Ekström, Madeleine Kyllierfeldt, Margareta Svensson.  
Kontakta kansliet för telefonnr.

### Kontaktpersoner för olika diagnoser

ALS	Eva de Coursey	031-711 38 04
CP	Daniel Lindstrand	031-711 38 04
MG	Margaretha Andersson	031-711 38 04
MS	Mattias Gustavsson	031-711 38 04
Myositer	Lena Hellman	031-15 26 89
Narkolepsi	Lois Bisjö	0709-26 18 80
NMD	Eva de Coursey	031-711 38 04
Polyneuropati	Mikael Fognäs	mikael.fognas@neuro.se
Parkinson	Roar Vik	0734-33 16 66
SMA	Lars Blomqvist	0768-52 15 43
Spasmodisk dysfoni		
	Gunilla Koch	0739-55 45 80

(För övriga diagnoser - kontakta kansliet.)

### Kontaktperson MS övriga språk:

Spanska  
Italienska  
Engelska  
samt alla språk från tidigare Jugoslavien  
Desirée Chalmers 031-711 38 04

### Kontakten

**Redaktör:** Rita Rak, kansliet, tel & 031-711 38 09  
**E-post:** kontakten.gbg@neuro.se

### Sista inlämningsdag för material till Kontakten:

#### 5:e i varje månad!

Annonser & bidrag: Kontakta Rita på kansliet

**Tryckeri:** Grafisk Support Dahlberg AB, V. Frölunda

### Du som inte redan är medlem i Neuroförbundet:

Bli medlem i Neuroförbundet Göteborg och ta del av allt vi har att erbjuda! Årsavgiften 2020 är 360 kr för medlem med eller utan neurologisk diagnos. För anhörig/närstående till fullbetalande medlem är avgiften 180 kr. Kontakta kansliet tel 031-711 38 04 eller e-post: info.gbg@neuro.se Plusgiro för avgiften är 1170 - 0 Om du blir medlem i september-december gäller avgiften för nästkommande år.

**MUSKELFONDEN** - Insamlingsstiftelsen Forskningsfonden för Neuromuskulära Sjukdomar - Plusgiro: 90 08 39 - 2  
Stiftelsen Göteborgs MS-förenings Forsknings & Byggnadsfonder - Plusgiro: 1 21 30 -1