



FÖRBUNDET
Stockholms län

MEDLEMSTIDNING FÖR NEUROFÖRBUNDET STOCKHOLMS LÄN

APRIL-JULI NR 2 / 2020

NEURO STOCKHOLMS VERKSAMHET
Coronaviruset

INSAMLING
Neuropromenaden

KULTUR
Livet blir sällan som man har tänkt sig

KALENDARIUM
Aktiviteter vår och sommar

TEMAFÖRELÄSNINGAR
Aktuella och relevanta ämnen

KRÖNIKA
Ett stort steg framåt!



INNEHÅLL I DETTA NUMMER

På omslaget Malin Holmlund som skrivit krönikan i detta nummer

Neuro Stockholms verksamhet	Sidan 3
Insamling till hälsocenter	Sidan 3
Krönika	Sidan 4
Neuropromenaden i Stockholm	Sidan 5
Livet blir sällan som man har tänkt sig	Sidan 6
3 frågor	Sidan 7
Gilla oss	Sidan 7
Tillgänglighetsanpassade guidningar	Sidan 8 - 9
Aktiviteter	Sidan 10 - 15
Temaföreläsningar	Sidan 17
Biokväll	Sidan 17
Kalendarium	Sidan 18 - 21
Kollektiv olycksfallsförsäkring	Sidan 21
Färdtjänst	Sidan 21
Till Salu	Sidan 22
Hitta rätt	Sidan 22
Alltid öppet	Sidan 23
Lokalföreningar	Sidan 23

Kansliet på Fatbursgatan 19

Telefon

08-720 29 40

Jennifer Peduru-Aratchi

Växel, medlemsregister
jennifer.peduru-aratchi@neuro.se

Sussie Grandby-Klövfors

Studier, föreläsningar, aktivitetsansvarig
sussie.grandby-klovfors@neuro.se

Sven Arnehed

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

Susanne Wredberg

Ekonomi
susanne.wredberg@neuro.se

Tomas Rodriguez Hedling

Intressepolitisk handläggare och kommunikatör
Sociala frågor, funktionshinderpolitiska frågor i Region Stockholm och Stockholms Stad, medlemstidning, sociala medier
tomas.rodriguez-hedling@neuro.se

Neuroförbundet Stockholm

stockholm@neuro.se

Vill du ha tidningen

som taltidning?

Kontakta redaktionen

på telefon 08-720 29 40

Du kan läsa tidningen

i pdf-format. Titta på vår

hemsida, du kan ladda ner

den där! www.neuro.se/stockholmslan

Medlemstidning för Neuroförbundet Stockholms län

Tidningen ges ut av Neuroförbundet 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

Neuroförbundet
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 verksamhet

Få av oss anade för så lite som en månad tillbaka i tiden att vi skulle få uppleva den samhällsomvälvande krissituation som coronaviruset ändå måste beskrivas som. I skrivande stund jobbar personalen på kansliet hemifrån.

I kombination med att kansliet står tomt och att många av våra medlemmar tillhör en riskgrupp eller är närstående till en sån person, har vi valt att ställa in alla aktiviteter i våra lokaler fram till och med påsk. Planerade aktiviteter skjuts på framtiden och kommer förhoppningsvis kunna ske vid ett annat tillfälle längre fram.

I detta nummer hittar du som vanligt ett kalendarium över kommande aktiviteter. Beroende på utvecklingen kan vi behöva ställa in ytterligare aktiviteter.

Vilka aktiviteter som berörs är i nuläget omöjligt att avgöra.

Vi följer folkhälsomyndighetens rekommendationer vad gäller coronaviruset och det viktigaste för oss som jobbar på kansliet och Neuroförbundet är att försöka hjälpa till så gott det går i att försöka hindra smittspridning till riskgrupper, våra äldre och samhället i stort.

Tisdag den 5 maj går Seniordagen i Kungsträdgården av stapeln och Neuroförbundet deltar. Kom gärna förbi vårt tält och var med i vår frågetävling där första pris är ett presentkort till ett värde av femhundra kronor. Lördag den 9 maj är det dags för vår alldeles egna Neuropromenaden - ett motionsarrangemang där alla kan delta! Du läser mer om det lite längre fram i tidningen.

Den 27–28 maj medverkar vi på Hjultorget en välbesökt hjälpmedelsmessa på Kistamässan, fritt inträde.

I detta nummer uppmanar vi också dig som läsare att gå med i vår Facebook grupp, om du gillar det och berättar det för oss på kansliet, kan du ha turen att få ett par biobiljetter till valfri film.

Att besöka en biograf lockar kanske inte i nuläget fast det är förstås så att även Coronapandemin kommer att avta, vårens blommor slå ut och sommar utan snuva ta vid. Genom att ta hänsyn till och hjälpa varandra kommer vi rida ut stormen. Så glöm inte att höra av er till den där vännen som det var så länge sedan du hörde ifrån, ett telefonsamtal eller ett brev kan göra underverk. Ta hand om er!

Insamling till hälsocenter för kvinnor i Nepal

Skänk tegelstenar!

Vi fortsätter att samla in pengar till tegelstenar för att hjälpa *Nepal Disabled Women Association* (NDWA) att bygga Nepals första rehabcenter för kvinnor med funktionsnedsättning.

Läs mer om organisationen på deras hemsida www.ndwa.org.np/ (på engelska)

Vad kostar det?

1 tegelsten kostar 50 öre!
4 tegelstenar kostar 2 kr
50 tegelstenar kostar 25 kr
100 tegelstenar kostar 50 kr
500 tegelstenar kostar 250 kr
2 500 stycken kostar 1 250 kr
5 000 stycken kostar 2 500 kr

Hjälp våra systrar i Nepal

Ge ett bidrag på
PlusGiro: 96 60 78 - 8
eller via Swish: 123 178 09 07 

Skriv ditt namn och märk med Nepal eller Tegel!



Ett stort steg framåt!

Krönika - Sitter med min telefon och slötittar lite på vad som har hänt under dagen på olika sociala medier. Jag ser ett intressant inlägg, trycker på dela-knappen och inlägget syns snart i mina vänners flöden. Många scrollerar förbi de inlägg jag delar, min önskan är att mina vänner ska stanna upp och läsa dem. Undra om mina vänner blir trötta på mina delningar och min önskan om att de ska skänka en slant till forskningen?

Jag vet att de tycker om mig för att jag är jag, hoppas jag. Sen jag fick min diagnos MS har det blivit viktigt för mig att vara med och påverka och upplysa andra om min sjukdom och även om andra neurologiska sjukdomar, som till exempel ALS eller Stroke med fler. Här kommer Neuropromenaden in. Jag hade fått nys om att Neuropromenaden anordnats i Göteborg och tänkte varför finns den inte i Stockholm?

Därför tog jag kontakt med Neuro Stockholm, där jag var medlem. Vi träffades och de tyckte det var en bra ide att försöka anordna promenaden. Vi bjöd upp paret från Göteborg som var de som genomförde Neuropromenaden för första gången. Mötet ledde fram till att jag var med och startade den första Neuropromenaden i Stockholm och detta var för 5 år sedan. Jag var så glad och exalterad och såg framför mig hundratals människor som skulle gå, rulla eller ta sig fram på valfritt sätt, bara vi gjorde det tillsammans och visade att HÄR ÄR VI! Dessutom ville jag ta tillfället i akt för att kunna samla in pengar till forskningen, detta kunde ju inte bli bättre och för mig var det självklart att vi skulle fixa det här.

Första mötet tog plats på Neuro Stockholms kansli, vi var cirka 5 stycken, om jag inte minns fel som skulle knyta ihop det här på något sätt. Vi kände inte varandra och hälsade lite blygt men glatt och jag kunde inte låta bli att fundera på vilka sjukdomar alla bar på? Slog snabbt undan tanken och kom tillbaka till verkligheten. Vi satte oss ned och alla tittade på mig som hade idéerna, trodde dem i alla fall, fast i själva verket var mitt papper lika blankt som deras. Jag tog ett djupt andetag och presenterade mig, gav säkert ett självsäkert intryck fast inombords darrade jag. Skulle vi fixa det här?

Vi la upp en snygg planering och mina nyblivna vänner och jag tog på oss olika uppgifter för vad som skulle göras och ta fram det vi var bra på och det visade sig att vi var bra på mycket. Vi träffades 1-2 gånger i månaden från januari till maj och det var mycket som skulle fixas, vi skulle synas på Facebook och eventuellt också i tidningar. Vi skulle hitta en plats att vara på, som dessutom skulle vara rull- och gå vänlig, polistillstånd skulle sökas, toaletter fixas, ballonger blåsas, ett lotteri och goodiebags sammanställas, en mikrofon och en högtalare ordnas fram och så klart måste vi ju välja ut bra musik. Hade vi fått med allt?

Det blev mycket arbete, mycket som skulle fixas, många skratt och vi drog oss i håret ibland av förtvivlan. Tills vi stod där på Tantolunden i Stockholm, en dag i maj. Trots att det var maj så var det en kall och en blåsigt dag och det kom inte flera hundra deltagare, men vad gjorde det? Vi hälsade alla välkomna och en volontär sa några väl valda ord om promenaden och

så gick startskottet. Deltagarna började gå eller rulla och snart var det bara ryggtavlorna som syntes. Stolta och rakryggade försvann dem sakta. 2 kilometer skulle nu avverkas och deltagarna följde den snitslade banan, som en av oss volontärer hade fixat och själva gått på morgonen för att säkerställa att det inte skulle finnas hinder på vägen så att promenaden skulle flyta på säkert.

HEJA, HEJA!! Det kändes häftigt när den första deltagaren kom i mål, vi applåderade och självklart fick alla deltagare som kom i mål en goodiebag. Flera neurologiska sjukdomar syns inte alltid och det finns så mycket gamla skrönor och okunskap bakom människors syn på sjukdomar. De flesta av oss som arbetar med planering och utförandet av Neuropromenaden är volontärer. Osjälvviskt, helhjärtat och av ren styrka kan vi genomföra detta. Hade inte vi, våra familjer och våra vänner funnits hade Neuropromenaden aldrig blivit av. Att hjälpa andra är så mycket mer värt än pengar, du skapar nya kontakter som i många fall blir till vänner för livet.

Min förhoppning med denna krönika är att väcka ditt, läsarens intresse för Neuropromenaden, öka antalet deltagare och att mina texter kanske kan få fler medlemmar att engagera sig som volontärer.

Varje steg som tas på Neuropromenaden leder ett steg framåt i forskningen för olika neurologiska sjukdomar. Låt oss nu ta dessa steg tillsammans!

Malin Holmlund, medlem i Neuro Stockholm och volontär Neuropromenaden

Neuropromenaden i Stockholm



Insamling - Välkommen till Neuropromenaden - ett motionsarrangemang där alla kan delta!

Neuropromenaden är ett enkelt sätt att göra skillnad. Gå, rulla eller spring 0 - 2 kilometer. Syftet är att samla in pengar till neuroforskningen och medvetandegöra att en halv miljon svenskar lever med en neurologisk diagnos, exempelvis MS, ALS, stroke och polyneuropati.

Utställare under dagen är utöver Neuroförbundet, företagen Eloflex, Permobil och Mollii som alla kommer visa upp sina produkter på plats. Det anordnas ett lotteri med fina priser och vi bjuder

på kaffe. Vi lovar en trevlig dag så ta med familj och vänner och kom!

VAR: Tantolunden (Skarpskyttstigen, i direkt anslutning till Lignagatan) T-bana Hornstull

NÄR: 9 maj kl. 13.00-16.00

ANMÄLAN: Din startavgift är en gåva till forskningen.

Vi rekommenderar 100 kr. Anmälan gör du på hemsidan www.neuropromenaden.se

Du kan också anmäla dig och ge din gåva på plats med Swish. 🌈 Alla intäkter under dagen går till neuroforskningen.

Vid frågor kontakta Neuro Stockholm via telefon **08 - 720 29 40** eller e-post stockholm@neuro.se

Läs gärna mer om hur Neuro bidrar till forskning: neuro.se/vaart-arbete/forskning

Läs mer om våra utställare på respektive företags hemsida
www.eloflex.se
www.permobil.com/en/Sweden-Start/start/
www.mollii.com/sv/

 **ZAKETT®**
assistans & ledsagning
Rätt och slätt - Zakett är nr 1

Tel. 08-400 255 33

Hälsningar Janne Uvebrandt & Mikke Malm



www.zakett.se

Livet blir sällan som man har tänkt sig



Foto: Johan Paulin

Kultur - Spring Uje spring. Uje Brandelius självbiografiska berättelse vävs ihop med popmusik om livet och vardagen. Det är när livet tar vändningar du inte kunde fantisera om som frågan ställs på sin spets: vad är det som är värt nåt? Uje Brandelius och hans familj spelar sig själva i en film som utspelar sig under ett par sommarveckor i stockholmsförorten Bredäng.

Henrik Schyffert regidebuterar med varm komedi om att hantera livets mer oväntade vändningar.

”Om jag bara hade fått göra en sak till innan jag dör så är det den här filmen. Vi kämpar alla med att försöka få ihop våra liv. Försöka få våra drömmar, förhoppningar och planer att vara i synk med vår sanning och vardag. Försöker få kartan och verkligheten att stämma överens. Och allt som oftast så är det faktiskt svårare att rita om

en karta än att ändra sin verklighet. Det är svårt. För att inte säga omöjligt. Men man kan inte låta bli att dras till folk som försöker. Uje är en man som hamnar i en kris. En kris som är så stor att han inte ens vågar erkänna för sig själv hur illa det är. Så han bestämmer sig för att dölja den. Gömma den för alla runt omkring honom och kanske framförallt för sig själv. Ser han den inte så finns den kanske inte. Den här lögnen tvingar honom att rannsaka sig själv och sitt liv radikalt. Han tvingas ta chanser och göra saker han aldrig skulle gjort om inte den här sjukdomen hade klampat in och forcerat honom ur gamla hjulspår. Eftersom historien är sann så ville jag göra filmen sann. Uje och hans familj spelar sig själva. Inga flashiga namn och fyrverkerier. Det här är en film som hittar humorn i det tysta, lite gömda stället inom oss. Det är inga slapstick eller enkla skratt utan varmt och mörkt på

samma gång. Och sant. Det här är också en film med massor av musik. Jag har varit ett jättefan av Uje och Doktor Kosmos i en massa år. Sett dom på festivaler i Piteå och på klubbar i Örebro. Ujes musik låter inte som något annat. Den försöker inte anpassa sig eller följa trender. Den är en helt egen fantastisk liten genre. Jag har till och med gjort en bonad ovanför sängen på landet med titeln från deras låt ”På låtsas och på riktigt”. För det stämmer så bra med hur jag själv vill vara. Jag vill få leka och larva mig men också vara sann och vuxen. Och exakt så ska den här filmen vara. Den ska vara barnslig, rolig, dansa och sjunga och samtidigt vara förstående, empatisk, realistisk och inte vara rädd för att ställa de stora frågorna. Precis som livet självt” – Henrik Schyffert

Saxat från TriArt Film
triart.se/filmer/Springujespring

3 frågor till Uje Brandelius

Intervju - Vi ställde tre frågor till Uje Brandelius med anledning av att den nya självbiografiska filmen Spring Uje Spring, precis har haft premiär (premiären är framflyttad till 28 augusti på grund av Corona-pandemin, reds. anm.).

När jag ber Uje att lite kort berätta om sig själv och vad han gör i sin vardag. Tycker han att beskrivningen scenartist passar bäst in på honom. De senaste åren, sen hösten 2015 har Uje stått på scen och framfört den självbiografiska scenföreställningen Spring, Uje, spring för fullsatta hus på Stockholms Improvisationsteater och

Södra Teatern, samt under 2017-2018 turnerat scener landet runt. Under 2019 har Uje, tillsammans med regissören Henrik Schyffert också spelat in filmen Spring Uje spring som precis haft premiär

För lite mer än fyra år sen närmare bestämt den 18 februari 2016 så fick Uje besked om sin diagnos, han hade aldrig fram till dess misstänkt att han hade Parkinson. På frågan om han har några råd eller tips på hur en ska förhålla sig till sin sjukdom i sin vardag, svarar Uje att han inte är någon livscoach. Uje berättar att han vill se på och transformera sjukdomen

till en energigivare, något positivt. Vetskapen om att han är drabbad av en progressiv nedbrytande sjukdom som förvärras över tid, har gett honom eld i baken och fått honom att ta tag i och göra saker på en gång, snabbare och inte vänta.

Slutligen frågar jag Uje om han är medlem och eller engagerad i någon neurologisk förening? Uje svarar att han är medlem i Parkinsonförbundet och sedan 2017 är han även ambassadör för Parkinsonfonden, som stöder forskning om Parkinson.

Gilla oss på Facebook, chans på biobiljetter

Facebook - Vill du ha en chans att kamma hem ett presentkort på två biobiljetter till valfri film?

Det enda du behöver göra är att gilla **Neuro Stockholms Län** på Facebook senast söndag 19/4.

Gör så här: skriv in **facebook.com/NeuroStockholm** i din webbläsare eller **@NeuroStockholm** i sökfönstret på Facebook.

Gå in på vår sida och klicka i "Gillar" knappen.



När du gjort det skickar du ett mejl till **stockholm@neuro.se** märk mejlet "**Facebook**". I mejlet skriver du ditt namn och eller ditt Facebook-alias om de skiljer sig åt.

Om du idag inte har något konto på Facebook måste du först registrera dig för att kunna gilla vår sida. På Facebook publicerar vi de flesta



av våra evenemang och aktiviteter samt annan intressant och eller mer trivial information inom neuro området.

Vår hemsida innehåller även den relevant information. Enklaste sättet att hitta till hemsidan är att söka på **Neuro Stockholms Län** i din webbläsare exempelvis Google, Firefox eller Explorer.

Förutom att läsa medlemstidningen ta för vana att besöka vår Facebooksida och vår hemsida så du inte missar något av allt som händer!

Find us on 

Tillgänglighetsanpassade guidningar i Tyresö



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. I dammarna renas också dagvattnet från Bollmora och Öringe på sin väg till Albysjön.

Om guidningen

När: Torsdag 23 april
kl. 11.00-14.00.

Praktisk information

Vandringen är 2 km lång och tar cirka 3 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.**

Hitta hit

Samling och avslutning:
Busshållplats Öringe kl 11.00 (buss 875 från Gullmarsplan).
Färdtjänst uppge adress Ridskolevägen 2 i Tyresö.
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.

Guidningen är gratis.
Ingen anmälan behövs.

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. Vandringen 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 14 maj
kl. 18.00-20.00

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.**

Hitta hit

Samling och avslutning:
Busshållplats Marsvägen kl 18.00

(buss 819, 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.

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 floran 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.

Om guidningen

När: Tisdag 19 maj kl. 11.00-14.00

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.**

Hitta hit

Samling och avslutning:
Busshållplats Tyresö kyrka kl. 11.00 (buss 875 från Gullmarsplan).

Färdtjänst uppge adress Tyresö slott Borggården.

Bil kör du Tyresövägen österut till Tyresö kyrka och slott (handikapparkering 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. Men vi hjälps åt!

Vid frågor och funderingar,

kontakta Martina,
martina.kiibus@tyreso.se
eller Sofia på
sofia.arnsten@studieframjandet.se
08-555 352 67 (även mobil).



Guidningarna genomförs i ett samarbete mellan Tyresö kommun och Studiefrämjandet Stockholms län.

Kan C – vitamin verkligen hjälpa!



på Bo Johansson, läkare och ordförande i Svenska Sällskapet för Ortomolekylär medicin.

När: Tisdag 21 april

Var: ABF-huset Sveavägen 41, Katasalen 1 trappa upp, hiss finns

Tid: Klockan 18:00 – 20:00

Kostnad: Det är gratis entré och öppet för allmänheten

Välkomna!

Temaföreläsning - C-vitamin kan av visa ses som ett universalbottmedel, mot blödande tandkött, tandlossning, sepsis, cancer och mycket mer.

Vad är sant och vad säger forskarna? Vilka doser krävs? Räcker kostomläggning?

Kom till ABF-huset och lyssna

Vi gör en repris till Sidenväveriet

Studiebesök - K.A. Almgren
Sidenväveri är det enda sidenväveriet som finns kvar i norra Europa, unikt med sina originalmaskiner som 140 år gamla fortfarande är i bruk. Som museum är detta Stockholms enda fullt bevarade industriminne och dessutom Skandinaviens äldsta industrimiljö. Det är den sista länken till den industristad Stockholm en gång var. Barnängen, Liljeholmens stearinfabrik, Tobaksmonopolet, bryggerierna, endast fasaderna vittnar om industrins sjudande verksamhet i staden. Kvarteret Västergötland 6, nu pietetsfullt renoverat, var som ett litet brukssamhälle i miniatyr.

När: Onsdag 6 maj

Var: Vi ses på Repslagargatan 15A



klockan 12:30. För att få höra historien om väveriet och även se en liten film klockan 13:00 Efter det promenerar vi ner till kansliet på Fatbursgatan 19 för en gemensam fika med dopp endast 10 kronor.

Inträde: 75 kronor, assistenter fri entré, begränsat antal platser

Anmäl senast 4 maj på telefon **08-720 29 40** eller mejla **stockholm@neuro.se**

Följ med till nyrenoverade Stadsmuseet

Museum - Genom uppbyggda miljöer, bakkbelysta texter, och taktila föremål blir Stockholms historia levande. Stadsmuseets från år 1680 är byggnadsminnesmärket, det innebär att det finns vissa begränsningar vad gäller tillgängligheten i byggnaden.

Under århundradena har byggnaderna huserat en rad olika verksamheter bland annat anatomisk teater och frimurarlokal. Stadsmuseet öppnade sina dörrar för allmänheten 1942.



När: Torsdag 14 maj

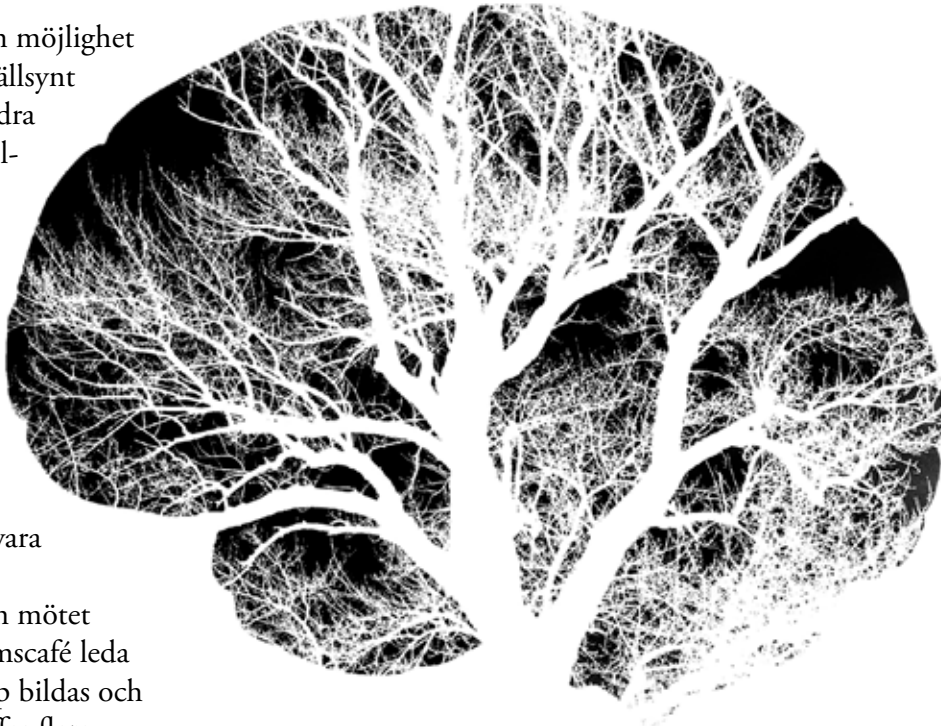
Var: Stadsmuseet, Ryssgården / Slussen. Vi ses vid hissen / trappan som går ner till museet

klockan 13:00 vi avslutar eftermiddagen i caféet med en fika innan hemfärd ca 15:00

Anmäl senast 12 maj på telefon **08-720 29 40** eller mejla **stockholm@neuro.se**

Träff för medlemmar med Sällsynta diagnoser

Medlemscafé - är en möjlighet för dig som har en sällsynt diagnos att träffa andra medlemmar med sällsynt diagnos. Innehållet bestämmes 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. Förhoppningsvis kan mötet vid ett första medlemscafé leda fram till att en grupp bildas och att gruppen kan träffas flera gånger. Det är du som medlem som själva måste engagera dig kansliet står enbart för lokal.



När: Måndag 25 maj

Tid: 14:00 –15:30.

Anmälan telefon **08-720 29 40** eller mejla **stockholm@neuro.se** senast 22 maj.

Träff i Uppsala med Neuro Uppsala



När: Tisdag 9 juni

Var: Vi ses på kansliet Fatbursgatan 19. Klockan 09:30 för att gemensamt ta oss till pendeltåget vid Södra station.

Kostnad: Korv med tillbehör 10 kronor. Ta gärna med egen dryck till korven. Kostnaden för pendeltågsbiljett till och från Uppsala tillkommer

Har du lust att följa med så anmäl dig på telefon till **08-720 29 40** eller mejla **stockholm@neuro.se** senast 29 maj.

Utflykt - Har du lust att följa med och träffa medlemmar i Neuro Uppsala? Vi gör ett besök i Uppsala Domkyrka där Ann-Charlotte Nyqvist kommer, guida runt oss. Det blir korvgrillning i Slottsparken.

Det kommer att finnas sällskapsspel som boccia, plockepinn med stora pinnar mm. Blir man sugen på fika så finns det ett café i parken. Vid dåligt väder kommer vi att vara på Uppsalas kansli.

Sommarpub på Linnéagården i Bromma

Sommarpub - på Linnéagården
Musiken står *Forntiden* för. Alltså Lasse, Kenneth och Kjell. Det kommer att serveras en silltallrik inklusive valfri dryck, kaffe och sommartårta.

Klä dig i det blommigaste klädesplagg du har och vinn ett fint sommarpris. Lotteri i vanlig ordning med fina priser för 10 kronor lotten, lotteripengarna går till tegelstenar för att hjälpa *Nepal Disabled Women Association* (NDWA) att bygga Nepals första rehabcenter för kvinnor med funktionsnedsättning.

När: Onsdag 10 juni.

Tid: Vi ses klockan 16:00 och avslutar kvällen klockan 20:00



Kostnad: 130 kronor

Vart: Linnégården, Linnéavägen, infart vid Spångavägen 84

Anmälan: Tidigast fredag 15 april,

hör av dig till **08-720 29 40** eller mejla **stockholm@neuro.se**

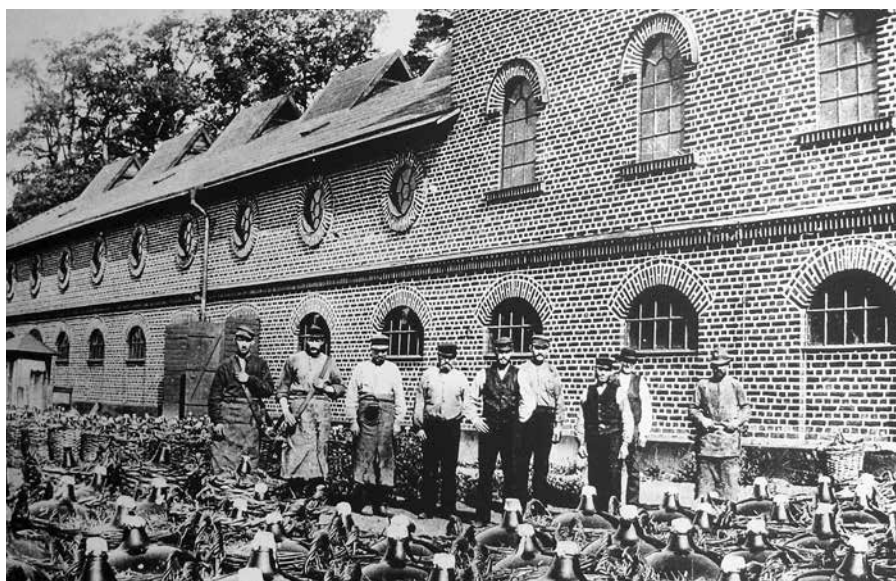
Varmt välkomna!

Promenad till Vinterviken med Alfred Nobel

Utflykt - Vi promenerar ca 2,1 kilometer längs den lilla sjön Trekanten via Blommenbergs skolan, förbi Vintervikens trädgårdsförening fram till Vintervikens café som ligger i den gamla svavelsyrafabriken (se bild). Väl framme äter vi lunch, för att sedan titta på det byggnader som finns kvar från Alfred Nobel och få lite historia om platsen vi befinner oss på. Första delen av vandringen fram till skolan sker på asfalt senare delen är underlaget hårt packad jord. Promenaden är tillgänglig för rullstol.

När: Tisdag 16 juni

Tid: Samling 10:30 vid vändplan på Liljeholmsgränd. T-bane utgång



Liljeholmstorget -Trekanten, följ skyltning Trekanten, hiss finns. Boka färdtjänst, hemfärd från Vinterviksvägen 60 mellan klockan 14:00 – 15:00.

Kostnad: Du betalar för din lunch

Anmälan telefon **08-720 29 40** eller mejla **stockholm@neuro.se** senast 11 juni.

Välkommen till sommarcafé på kansliet i juli!



Sommarcafé - Vad sägs om en kopp kaffe med dopp eller bara en iskall drinka att släcka törsten med? Då får du gärna titta in till Neuro kansliet!

När: Café alla tisdagar i juli, 7/7, 14/7, 21/7, 28/7

Tid: 14:00 – 16:00

Var: kansliet på Fatbursgatan 19

Kostnad: 20 kronor för kaffe, te, läsk och fikabröd, eller kanske en liten glass. Bara läsk eller ramlösa kostar 10 kronor. Ledsagare finns på plats.

Välkomna!

Dagskryssning till Åland 18 Augusti

Resa - Följ med på en dagskryssning till Mariehamn / Åland.

Tillsammans åker vi med Viking Line Grace till Mariehamn där vi byter till fartyget Amorella som tar oss hem till Stockholm igen. Vi har tillgång till en tillgänglig hytt i båda riktningarna. Resan ger möjlighet att äta och dricka gott,

umgås med nya och gamla vänner, njuta av den vackra utsikten och kanske gör ett shoppingfynd i tax-free shopen. Vi kommer att äta en god frukost ombord och till lunch äter vi ett härligt komponerat smörgåsbord.

När: Tisdag 18 augusti



Tid: 07:00 - 19:00

Kostnad: Det ingår frukost och smörgåsbord (inkl. dryck) och kostnaden för det är cirka 500 kr.

Anmäler gör du till kansliet på telefon **08- 720 29 40** eller mejla **stockholm@neuroforbundet.se**
Sista anmälningsdag 29 maj.

Hjälpmedel
Mötesplats
Workshops
Föreläsningar
Uppvisningar
Bilanpassningar

27-28 maj 2020
HJULTORGET
hjälpmedelsmässan

Fritt inträde!
registrera dig på:
hjultorget.nu



facebook.com/hjultorget



hjultorget.nu



Neuro Järfälla-Upplands Bro bjuder in och upp!



Pubafton - med dans i Järfälla. Alla medlemmar i länet är välkomna. Det ingår grilltallrik, valfri dryck och dans, gott humör får man ta med sig och dela med sig av! Det finns ytterligare dryck till försäljning under kvällen.

När: Fredag 24 april

Var: Allmogevägen 8, Järfälla

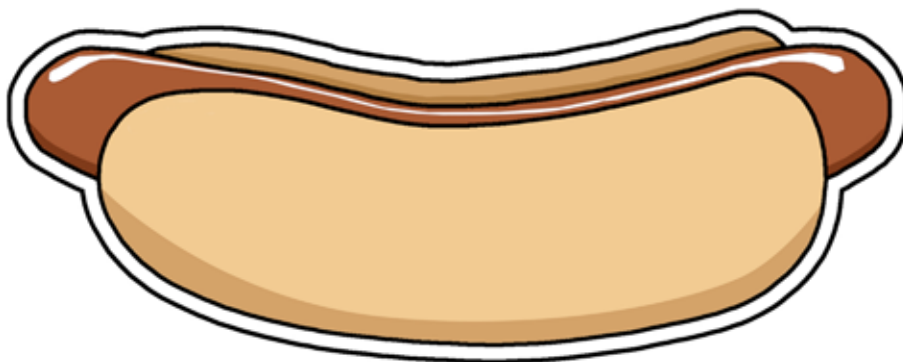
Tid: klockan 18:00 – 22:00

Pris: 200 kronor som betalas kontant på plats, även för assistenter.

Anmälan: Ska göras senast 7 april till Margaretha Odelmark på telefon **073 - 801 39 868**

eller till Lasse Lemon på telefon **070 - 862 41 11.**

Våravslutning med NEURO Haninge-Tyresö



Våravslutning - med korvgrillning.

När: fredag 12 juni

Tid: cirka 13:00

Vart: Samling vid handikapparkeringen vid röda scoutstugan, Rudanvägen

Vi grillar vid Nedre Rudans grillplats.

Kostnad: Föreningen bjuder på korv, bröd och dricka

Kanske en promenad runt sjön på den rullstolsvänliga Maxislingan.

Anmälan senast den 7 juni (så att vi vet hur mycket vi ska köpa in), till Gudrun **070-69 05 712** eller Gunilla **08-712 48 43**

Välkommen önskar styrelsen!

ELOFLEX HOPFÄLLBARA ELRULLSTOLAR

– Nu som Fritt Val i Region Stockholm



MODELL F

MODELL X

MODELL P

GODKÄND
FRITT VAL

MODELL H

- ✓ Låg vikt – 26 kg
- ✓ Hopfällbar på 3 sek.
- ✓ Kompakt & smidig
- ✓ Ta med i egen bil
- ✓ Lång körsträcka
- ✓ Ta med på resan

Bor du i Stockholms län? I så fall kan du nu få en hopfällbar elrullstol från Eloflex via förskrivning.

Från den 1 januari 2020 omfattas nämligen även hopfällbara elrullstolar av Fritt Val i Stockholms län. Det betyder att samtliga fem modeller från Eloflex kan förskrivas med hjälp av en rekvisition.

Fritt val innebär att du får möjlighet att välja det hjälpmedel du själv vill ha efter en så kall-

ad behovsbedömning. Med hjälp av en rekvisition på 31 680 kr köper du din elrullstol i en vanlig hjälpmedelsbutik. Om du väljer en dyrare modell betalar du mellanskillnaden själv. Du köper och äger alltså ditt hjälpmedel.

För att få Fritt Val måste du först träffa en förskrivare (arbetsterapeut eller fysioterapeut)

som utreder ditt behov av hjälpmedel. Om det är första gången du behöver ett hjälpmedel kontaktar du primärvården direkt. Du behöver inte gå via läkare eller ha en remiss.

Har du haft hjälpmedel tidigare pratar du med den specialistmottagning du haft kontakt med.



LÅT INTE SVAGA BEN STOPPA DIG

– fortsatt leva ett aktivt liv med promenader, resor och utflykter med bilen



Med en hopfällbar elrullstol från Eloflex får du som har svårt att gå friheten tillbaka. Ta med den i din egen bil, på utflykten, när du hälsar på släkt och vänner och på flygresan till semesterorten. Pris fr 29 990 kr inkl leverans.

Eloflex är Sveriges populäraste hopfällbara elrullstol. Lätt, kompakt och smidig. En Eloflex är enkel att köra och den fungerar lika bra inne som ute.

Modern teknik ger över 30 km körsträcka på en laddning. Testad och godkänd med högsta kvalitet. Med Eloflex är allt möjligt och livet blir lite enklare.

ELOFLEX

www.eloflex.se
Tel 010 - 18 33 100

Läs mer om våra produkter på www.eloflex.se

Temaföreläsningar våren 2020

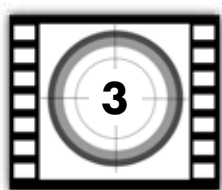
Neuro Stockholms temaföreläsningar i samarbete med ABF Stockholm våren 2020.
ABF-huset Sveavägen 41. Sändersalen kl. 18:00 – 20:00 om ingen annan tid eller lokal anges. Fri entré.



- Tisdag**
21 april **C-vitamin: generella aspekter och vid neurologisk sjukdom**
Bo Jonsson, överläkare i psykiatri och medicine doktor, har skrivit boken
”The vitamin cure for depression (2012).
- Tisdag**
28 april **Hur kan vi höja vår livskvalité när vi lever med smärta eller annan funktionsnedsättning**
Kent Revedal, diagnosstödjare hos Neuro och författare till böckerna ”Leva med långvarig smärta” (2019) och ”Smällen att tvingas återupptäcka livet” (2013).

Biokväll

Fatbursgatan 19, onsdagar kl. 18:00–21:00. Filmen börjar 18.00. Stor bioduk. Ledsagare finns på plats. Vi bjuder på popcorn. Läsk eller ramlösa 10 kr. Anmälan/återbud, helst två dagar i förväg, på telefon **08-720 29 40** eller mejla **stockholm@neuro.se** Välkomna!

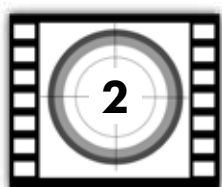


15 april - Captain Marvel, Action/Äventyr/Sci-Fi 2 tim.

Carol Danvers blir en av universums mäktigaste hjältar när Jorden hamnar mitt i ett galaktiskt krig mellan två utomjordiska raser.

Skådespelare: Brie Larson, Gemma Chan, Lee Pace, Djimon Hounsou, Ben Mendelsohn, Samuel L. Jackson, Jude Law.

Regi: Anna Boden, Ryan Fleck.

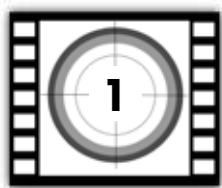


29 april - Shall we Dance? Romantik/komedi 1 tim. 45 min

John Clark har en underbar familj och ett välavlönat jobb. Men han tycker ändå att något fattas. Varje kväll ser han hur en ung kvinna tittar ut genom fönstret till en dansskola. En dag kan John inte låta bli att gå in i dansskolan.

Skådespelare: Richard Gere, Jennifer Lopez, Susan Sarandon.

Regi: Peter Chelsom.



13 maj - Dumbo, Familj/äventyr 2 tim.

Cirkusdirektören Max Medici anställer Holt Farrier en f.d. cirkusstjärna för att ta hand om en nyfödd elefant, vars överdimensionerade öron gör honom till åtlöje på den inte alltför framgångsrika cirkusen.

Skådespelare: Eva Green, Colin Farrell, Michael Keaton, Danny DeVito.

Regi: Tim Burton.

Kalendarium Våren 2020

April

6

Måndag

Pubkväll på puben Södra Hörnan

17:00 – 20:00.

Fatburs Brunnsgata 22.

Vi har bokade bord. Våra trevliga ledsagare Janne eller Micke är på plats.

Ingen anmälan behövs. **Välkomna!**

April

15

Onsdag

Biokväll – Captain Marvel, Action/Äventyr/Sci-Fi, 2 tim.

18:00 – 21:00, filmen börjar 18.00.

Fatbursgatan 19. Stor bioduk. Ledsagare finns på plats.

Anmälan/återbud senast två dagar innan. **Välkomna!**

Se även sidan 17.

April

23

Torsdag

Träff för medlemmar med diagnosen Polyneuropati

15:00 – 16:30.

Fatbursgatan 19.

Ledsagare finns på plats. Anmälan/återbud senast två dagar innan. Kaffe och kaka 20 kr.

Välkomna!

April

23

Torsdag

Anhörigträff Huntingtons sjukdom

18:00 – 20:00.

Fatbursgatan 19.

Anmälan/återbud senast två dagar innan. Kaffe/te, smörgås och kaka 40 kr.

Endast kaffe och kaka 20 kr.

Välkomna!

April

27

Måndag

Träff för medlemmar med diagnosen Ataxi

15:00 – 16:30.

Fatbursgatan 19. Ledsagare finns på plats.

Anmälan/återbud senast två dagar innan. Kaffe och kaka 20 kr.

Välkomna!

April

27

Måndag

Träff för medlemmar med diagnosen MG, Myastenia Gravis

18:00 – 20:00.

Fatbursgatan 19. Ledsagare finns på plats.

Anmälan/återbud senast två dagar innan. Kaffe/te, smörgås och kaka 40 kr.

Endast kaffe och kaka 20 kr.

Välkomna!

April

29

Onsdag

Biokväll - Shall we Dance?, Romantik/komedi, 1 tim. 45 min.

18:00 – 21:00, filmen börjar 18.00.

Fatbursgatan 19. Stor bioduk. Ledsagare finns på plats.

Anmälan/återbud senast två dagar innan.

Välkomna!

Se även sidan 17.

Kalendarium Våren 2020

Maj

4

Måndag

Pubkväll på puben Södra Hörnan

17:00 – 20:00.

Fatburs Brunnsgata 22.

Vi har bokade bord. Våra trevliga ledsagare Janne eller Micke är på plats.

Ingen anmälan behövs. **Välkomna!**

Maj

6

Onsdag

Besök på Sidenväveriet

13:00 – ca 15:00.

Vi gör en repris till Sidenväveriet för att få höra historien om sidenväveriet och även se en liten film. Fika på kansliet efteråt.

Se annons sidan 10.

Maj

6

Onsdag

Wii-spel, Vi spelar Nintendo Wii (tv-spel) tillsammans

18:00 – 21:00.

Fatbursgatan 19.

Ledsagare finns på plats. Anmälan/återbud senast två dagar innan.

Välkomna!

Maj

11

Måndag

Träff för medlemmar med diagnosen ALS, amyotrofisk lateral skleros

14:00 – 16:00.

Fatbursgatan 19.

Ledsagare finns på plats. Anmälan/återbud senast två dagar innan. Kaffe och kaka 20 kr.

Välkomna!

Maj

12

Tisdag

Träff för medlemmar med diagnosen MS, multipel skleros

14:00 – 15:30.

Fatbursgatan 19.

Ledsagare finns på plats. Anmälan/återbud senast två dagar innan. Kaffe och kaka 20 kr.

Välkomna!

Maj

13

Onsdag

Biokväll - Dumbo, Familj/äventyr 2 tim.

18:00 – 21:00, filmen börjar 18.00.

Fatbursgatan 19. Stor bioduk. Ledsagare finns på plats.

Anmälan/återbud senast två dagar innan. **Välkomna!**

Se även sidan 15.

Maj

14

Torsdag

Följ med till nyrenoverade Stadsmuseet

13:00 – ca 15:00.

Ryssgården / Slussen.

Anmälan/återbud senast två dagar innan. **Välkomna!**

Se annons sidan 11.

Kalendarium Våren 2020

Maj

25
Måndag

Träff för medlemmar med Sällsynta diagnoser

14:00 – 15:30.

Fatburgsgatan 19.

Ledsagare finns på plats. Anmälan/återbud senast två dagar innan. Kaffe och kaka 20 kr.

Välkomna!

Se annons sidan 11.

Maj

26
Tisdag

Eloflex besöker kansliet

14:00 – 15:30.

Fatburgsgatan 19.

Ledsagare finns på plats. Anmälan/återbud senast två dagar innan. Kaffe och kaka 20 kr.

Välkomna!

Se annons sidan 16.

Juni

9
Tisdag

Dagsutflykt Neuro Uppsala

09:30 – vi åker fram och tillbaka tillsammans med pendeltåg.

Har ni lust att följa med och träffa medlemmar i Neuro Uppsala?

Se annons sidan 12.

Juni

10
Onsdag

Sommarpub på Linnéagården

16:00 – 20:00.

Linnéagården infart vid Spångavägen 84.

Välkomna!

Se annons sidan 12.

Juni

15
Måndag

Träff för medlemmar med diagnosen Narkolepsi

14:00 – 15:30.

Fatburgsgatan 19.

Ledsagare finns på plats. Anmälan/återbud senast två dagar innan. Kaffe och kaka 20 kr.

Välkomna!

Juni

16
Tisdag

Promenad till Vinterviken med Alfred Nobel

10:30 – ca. 14:00

Vi promenerar längs den lilla sjön Trekanten via Blommenbergs skolan fram till

Wintervikens café där vi äter lunch och får lite historia om platsen vi befinner oss på.

Se annons sidan 13.

Juli

7
Tisdag

Sommarcafé

14:00 – 16:00.

Fatburgsgatan 19.

Ledsagare finns på plats. Kaffe och kaka 20 kr.

Välkomna!

Se annons sidan 13.

Kalendarium Våren 2020

Juli

14

Tisdag

Sommarcafé

14:00 – 16:00.

Fatbursgatan 19.

Ledsagare finns på plats. Kaffe och kaka 20 kr.

Välkomna!

Se annons sidan 13.

Juli

21

Tisdag

Sommarcafé

14:00 – 16:00.

Fatbursgatan 19.

Ledsagare finns på plats. Kaffe och kaka 20 kr.

Välkomna!

Se annons sidan 13.

Juli

28

Tisdag

Sommarcafé

14:00 – 16:00.

Fatbursgatan 19.

Ledsagare finns på plats. Kaffe och kaka 20 kr.

Välkomna!

Se annons sidan 13.

Augusti

18

Tisdag

Dagskryssning till Åland

07:00 – ca.19:00.

Följ med på en dagskryssning till Mariehamn / Åland.

Vi åker med Viking Lines Grace till Mariehamn och Amorella tar oss hem till

Stockholm igen!

Se annons sidan 14.

Kollektiv olycksfallsförsäkring för aktiviteter

Du vet väl om att du, som medlem, omfattas av en kollektiv olycksfallsförsäkring när du deltar i vår verksamhet eller är förtroendevald i Neuroförbundet? Skulle olyckan vara framme, kontakta kansliet, för att få telefonnumret till försäkringsbolaget. Kansliet når du på telefon **08 - 720 29 40** eller via e-post stockholm@neuro.se

Glöm inte att bidra till en bättre färdtjänst!

Ring och anmäl allt som du upplever som problem med färdtjänsten.

Kundnöjdheten i deras undersökningar ligger kring 87 % och det beror på att du/vi som färdtjänstanvändare inte klagar, fast du (ofta) inte får det du har rätt till.

Kundservice har öppet på vardagar mellan klockan 07:00 och 17:00. Telefonnummer är: **08 - 720 80 80**

Eller gå in på deras hemsida och använd deras formulär för synpunkter och klagomål:

www.fardtjansten.sll.se/sv/Om-Fardtjansten1/Kontakta-oss/Lamna-synpunkter/

Handikappanpassad bil Säljes!



Dodge Grand Caravan 2010 (uttagen 2011) 13500 mil. Pris: 110 000:-

Fot/hand reglage, ramp, elmanövrerad förarstol snurrbar 180 grader. Rostfritt avgassystem, bensin/E85, vinter/sommaräck, passagerarstol Turny går ut och ner med fjärrkontroll.

Eva 072-309 60 49

Hitta rätt som ny medlem



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

diagnosstödjare. På Neuroförbundets 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 en massa matnyttig information. Neuro Stockholm och Stockholms län har också en varsin hemsida där hittar du information om vår verksamhet och de aktiviteter vi anordnar. På Facebook och vår sida där hittar du också information om våra evenemang och aktiviteter samt övriga inlägg som rör neuro frågor och funktionsrörelsen i stort. Välkommen att utforska!

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

Träffa vården när och där det passar dig!

Alltid öppet - I appen Alltid öppet kan du själv boka videomöten med vården. 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

Lokalföreningar - Neuro - Stockholms län

Neuro Haninge-Tyresö

Ordf: Margaretha Redelius
c/o Redelius, Skyttens gata 557 4tr,
136 61 Brandbergen
Tel/fax: **08-777 65 59** E-post: redelius24@telia.com

Neuro S:t Botvid

Ordf: PO Jonsson
Kansli: Rådstuguvägen 19 (Fullersta Torg)
141 35 Huddinge,
Tel: **08-746 08 55** E-post: st-botvid@neuro.se

Neuro Järfälla-Upplands Bro

Ordf: Lasse Lemon
c/o Lemon, Allmogevägen 4, 177 57 Järfälla
Tel: **070-862 41 11** E-post: l.lemon@bredband.net

Neuro Stockholm

Ordf: Kerstin Kjellin
Fatbursgatan 19, 118 28 Stockholm
Tel: **08-720 29 40** E-post: stockholm@neuro.se

Neuro Norrort

Ordf: Börje Larsson
c/o Börje Larsson, Industrigatan 14, nb,
153 36 Järna
Tel: **08-551 71 880** E-post: borje.jarna@jarna.st

Neuro Södertälje-Nykvarn (vilande)

F. d. ordf: Ann Bubère
c/o Ann Bubère, Stiftsgatan 18, 619 33 Trosa
Tel: **070-720 49 88**
E-post: sodertalje-nykvarn@neuro.se

Neuro Roslagen

Ordf: Kjell Björn
c/o Kjell Björn, Angarns Rörby 104,
186 91 Vallentuna
Tel: **070-946 00 00** E-post: roslagen@neuro.se

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 skräddarsydda 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

Rehabilitera dig på din egen anläggning!

På Neuroförbundets anläggningar Valjeviken och Humlegården har du möjligheter att under hela året komma på rehabilitering. Vi tar emot patienter från hela Sverige.

Valjeviken erbjuder:

Rehabilitering/träning

– med sjukgymnast, arbetsterapeut och kurator

Rekreation

– i en vacker, rogivande miljö, boende med hotellstandard

Diagnoskurser

– ALS, MS, MG, Parkinson, Stroke, CP, NMD, Ataxi m.fl.

Aktivitetskurser

– testa dina gränser

Modern idrotts- och simhall

– med tillhörande SPA-faciliteter, anpassat, höj- och sänkbar bassäng

Humlegården erbjuder:

Rehabiliteringsprogram, neurologiska diagnoser

– med sjukgymnast, arbetsterapeut och kurator

Dagrehabilitering/träning

– inom Stockholms läns landsting finns möjligheten att välja dagrehabilitering

Puffkurser

– Lär dig mer om din diagnos, träning och rehabilitering

Vi har avtal med Stockholms läns landsting avseende neurologisk rehabilitering!



Telefon: 0456-151 15



Telefon: 08-598 833 00

På valjeviken.se finner du också information om utbildningar och kurser på vår folkhögskola samt vårt utbud i Mättinge, Trosa och Sundbyvik, Örebro.



info@valjeviken.se, www.valjeviken.se / info@humlegarden.a.se, www.humlegarden.a.se