



**Strokeföreningen Södertörn**  
Handterminalen 4, 136 40 Handen  
Telefon: 08-745 50 25 (telefonsvarare)  
E-postadress: [stroke.sodertorn@telia.com](mailto:stroke.sodertorn@telia.com)  
Plusgiro 12 48 70-7. Org nr 80 24 10-11 42  
<http://www.strokesodertorn.se/>



## Strokeföreningen Södertörn

### Nyhetsbrev nr 2 april 2018

Bästa medlemmar

När ni läser det här har vi hunnit en bit in på våren med några dagars sol och värme bakom oss och har förhoppningsvis en varm och skön sommar framför oss. Själv ser jag med längtan fram mot att träffa många av er på Lövhagen i Nynäshamn den 14 juni.

Strokeföreningen Södertörn avhöll sitt årsmöte tisdag kväll den 13 mars i lokalen på Handterminalen 4. Efter årsmötet, som leddes av Rune Adolfsson, följde ett trevligt samkväm. Styrelsen utökades med två personer från Huddinge, Helena Tjärnström och Anneli Torsfelt Heikenborn, vilket är ett led i vår strävan att ha representation i styrelsen från alla medlemskommuner. Med Helena och Anneli i styrelsen hoppas vi på mer aktiviteter i den kommunen. Ny ersättare i styrelsen är Lennart Björk från Haninge. Fullständig förteckning över styrelsen med kontaktuppgifter finns på annan plats i Nyhetsbrevet och på vår hemsida. Från Tyresö har vi just nu ingen ledamot i styrelsen. Vi har dessvärre inte heller någon valberedning så därför efterlyser vi några intresserade till detta, helst någon från respektive kommun.

Av vårterminens aktiviteter, som också framgår på annan plats i Nyhetsbrevet, vill jag särskilt framhålla Strokedagen den 8 maj. Som ni ser planerar vi att vara representerade i alla våra medlemskommuner. För att kunna genomföra detta behöver vi ytterligare några personer som ställer upp och hjälper till. Du som har möjlighet att göra det, vänligen kontakta mig eller sekreteraren, Kerstin Persson.

Ifall någon har synpunkter och förslag på verksamheter så hör av er till någon i styrelsen så skall vi försöka att anordna den. Jag vill som vanligt påminna om att ni kan besöka andra Strokeföreningars aktiviteter.

*Kjell Larsson*

**Den nya styrelsen 2018** ser ut som nedan. Har du frågor eller något att framföra är du alltid välkommen att ta kontakt med någon av oss.

Ordförande	Kjell Larsson	<a href="mailto:uniconsulting69@gmail.com">uniconsulting69@gmail.com</a> <a href="mailto:kjell.sodertorn@gmail.com">kjell.sodertorn@gmail.com</a>	08-500 45374 0709-721034
Vice ordf.:	Claus Trolle	<a href="mailto:claus.trolle@comhem.se">claus.trolle@comhem.se</a>	08-549 017 39 070-2902 085
Kassör:	Ella Carlsson	<a href="mailto:ella.carlsson@telia.com">ella.carlsson@telia.com</a>	08-777 0661 076-8034 740
Sekreterare:	Kerstin Persson	<a href="mailto:ingakerstin@hotmail.com">ingakerstin@hotmail.com</a>	08-5201 71 26 076-8962 404
Ledamot:	Krister Borg		08-777 52 17 073-820 52 17
Ledamot:	Olof Persson	<a href="mailto:olof_p@hotmail.com">olof_p@hotmail.com</a>	08-5201 71 26 070-8454 109
Ledamot:	Helena Tjärnström		073-7736906
Ledamot:	Anneli Torsfeldt Heikenborn	<a href="mailto:anneli.t.heikenborn@gmail.com">anneli.t.heikenborn@gmail.com</a>	0720-483945
Ersättare	Lennart Björk	<a href="mailto:lennart.bjork@fro.se">lennart.bjork@fro.se</a>	08-551 703 42 070-572 47 62

**Pratmakarna** kallar sig talträningsgruppen för afatiker m.fl. i Nynäshamn. Gruppen har funnits i flera år men blir nu officiellt en självhjälpgrupp. De flesta deltagarna har även kontakt med logoped. Gruppen träffas på Äldrecentrum på Rosengården i Nynäshamn varje onsdag förmiddag. Gruppledare växelvis varannan vecka är Ulla tel. 070 286 12 64 och Eina tel. 08 520 159 91. Ring dem om du vill ha mer information.

**Sånggrupp.** Vår RGM-aktivitet kompletteras nu med en sånggrupp direkt i anslutning till RGM. Återstående gånger för RGM den här våren är fredagarna den 4 maj och 18 maj kl. 13-14. Efter gemensam kaffepaus fortsätter vi 14.30 ca en timme för den som vill med vår sånggrupp, där vi sjunger vanliga enkla visor, som passar för alla. Både RGM och sångaktiviteterna leds av allas vår härliga Inger (Itte) Nygren. Det går självklart också bra att enbart vara med i sånggruppen. För vidare info och anmälan ring Anders på 070-372 30 84.

**Strokedagen 8 maj 2018.** Årets tema är prevention, dvs förebyggande och vi kommer att gå ut med information till både strokedrabbade och allmänheten. Programmet ser ut så här:  
Haninge kl. 11-14 i Haninge centrum

Huddinge kl. 10-15 på Karolinska Huddinge i samarbete med sjukhuset.

Nynäshamn kl. 11-14 på Sjötelegrafan i Nynäshamn.

Tyresö kl. 11-14 i Tyresö centrum. Här behöver vi fler medhjälpare!

Vi uppmanar alla medlemmar att komma med en stund på respektive platser. Det här är ett viktigt tillfälle att visa upp föreningen och värva nya medlemmar!

**Sommarfesten på Lövhagen** äger som vanligt rum på Lövhagens kaffeservering i Nynäshamn **torsdagen den 14 juni kl. 14-16.** Räksmörgås och kaffe serveras för en avgift på 70 kr/person och föreningen står för resten. **Anmälan** lämnas senast onsdagen den **6 juni** till Kerstin och Olof Persson tel. 08-52017126 eller 0708- 454109 eller på e-post [ingakerstin@hotmail.com](mailto:ingakerstin@hotmail.com) Adress till Lövhagen är Hamnviksvägen 80, 14951 Nynäshamn och deras hemsida finns på <http://www.lovhagen.se>

**SMIL, Stroke Mitt i Livet** är Strokeförbundets verksamhet för dig som har drabbats av stroke mitt i livet, i arbetsför ålder. En stroke är ett trauma som ofta ger förändrade livsförutsättningar för alla oavsett ålder. Att drabbas "mitt i livet" när man kanske har små barn och en yrkeskarriär kan vara extra utmanande. Genom SMIL träffar du andra som är eller har varit i liknande situation som du.

SMIL- verksamheten drivs i nuläget i länsföreningens regi. De aktiviteter som erbjuds aviseras på Länsföreningens hemsida på [www.strokesthmlan.se](http://www.strokesthmlan.se) under fliken SMIL.

Om det finns intresse finns det möjlighet att starta upp en smilgrupp även i vår lokalförening. Vill du veta mera är du varmt välkommen att kontakta SMIL:s representant i styrelsen Anneli Torsfeldt Heikenborn [anneli.t.heikenborn@gmail.com](mailto:anneli.t.heikenborn@gmail.com). Tel. 0720-493945.

**Föreningens hemsida** är nu åter aktiv. Ni hittar den på <http://www.strokesodertorn.se/> Här kommer att finnas aktuell information om föreningens aktiviteter. Saknar ni någon uppgift, som ni vill lägga till eller vill ni kommentera sidan mejlar ni till [olof\\_p@hotmail.com](mailto:olof_p@hotmail.com).

**Museibesök för vetgiriga** i trevligt sällskap. Den 28 april Livrustkammaren kl. 12.00. Slottet. 26 maj Nobelmuseet kl.12.00. Gamla Stan. Anmälan till Claus på tel. 070-290 20 85, 08-5490 1

**Optimisterna**, promenadgruppen i Handen. Ring Claus på tel. 070-290 20 85 eller 08-5490 1739 för mer information.

**Rosenknopparna**, promenad- och motionsgruppen i Nynäshamn träffas måndagar ca kl. 10 på Äldrecentrum på Rosengården för valfri träning med redskap. Därefter tar vi en promenad runt Svandammen kl. 10.30 Ring Kerstin på 08 520 171 26 för mer information.

**Glad vår!**



