



Strokeföreningen Södertörn

Handterminalen 4, 136 40 Handen

Telefon: 08-745 50 25 (telefonsvarare)

E-postadress: stroke.sodertorn@telia.com

Plusgiro 12 48 70-7. Org nr 80 24 10-11 42

www.strokesthmlan.se



Strokeföreningen Södertörn

Nyhetsbrev nr 3 augusti 2018



Bästa medlemmar

När ni läser det här kan vi konstatera att min förhoppning om en varm och skön sommar infriades med råge. Vår traditionsenliga träff på Lövhagen i Nynäshamn den 14 juni hade samlat ett 25-tal glada och trevliga deltagare, som avnjöt en superb räksmörgås med dryck, i ett strålande sommarväder.

Höstlunchen, som ni kommer att läsa mer om i programmet, kommer att gå av stapeln på Tallhöjdens Seniorboende på Runstensvägen 13 i Handen den 13 september.

Om e-utskick av nyhetsbrevet

Nyhetsbrevet kommer i fortsättningen att gå ut som e-post till de medlemmar som uppgett e-postadress. Vi vill minska kostnaderna och spara papper. Övriga medlemmar får fortfarande nyhetsbrevet i brevlådan. Om du vill ändra utskicket kontakta oss på stroke.sodertorn@telia.com eller Kerstin Persson tel. 08-520 171 26.

Om den nya lagen, GDPR

Klipp ur Datainspektionens hemsida (<https://www.datainspektionen.se/lagar--regler/dataskyddsförordningen/>)

”Dataskyddsförordningen (GDPR, The General Data Protection Regulation) gäller i hela EU och har till syfte att skapa en enhetlig och likvärdig nivå för skyddet av personuppgifter så att det fria flödet av uppgifter inom Europa inte hindras. Mycket i dataskyddsförordningen liknar de regler som fanns i personuppgiftslagen. Vill du ha mer information om vad som gäller för vissa grupper och roller eller i olika situationer kan du hitta det under våra Vägledningar.”

Strokeföreningen Södertörn har endast de uppgifter som behövs för att komma i kontakt med de medlemmar som uppgivit en e-postadress, för att kunna nås med infoblad och annan medlemsinformation. När behovet av detta upphör tas uppgifterna bort. Strokeföreningen har utsett en personuppgiftsansvarig, tillika dataansvarig, som kan nås på vår e-postadress: stroke.sodertorn@telia.com

Hemsidan

Vi har ambitionen att hålla vår hemsida uppdaterad ganska frekvent. Ifall någon har önskemål om något som ni vill se på sidan och kan vara av intresse för andra så hör av er till vår epostadress.

Just nu har den uppdaterats med de nya ”[Nationella riktlinjer för vård vid stroke 2018](#)”, ett 40-sidigt dokument från socialstyrelsen som riktar sig till politiker, tjänstemän och verksamhetschefer inom hälso- och sjukvården. Dokumentet är av stort intresse för oss, bland annat för att det handlar en hel del om inriktningen på rehabilitering. Jag tycker att det är ett läsvärt dokument.

Riksförbundets senaste infoblad är också inlagt. Där finns också en hel del intressanta saker att ta del av. STROKE-Riksförbundet bedriver övergripande valfrågor genom vår paraplyorganisation Funktionsrätt Sverige, som har en del länkar som är viktiga frågor för oss.

Hemsidan kan nås via länsföreningens hemsida (<http://www.strokesthmlan.se/>) via länk eller direkt på adressen www.strokesodertorn.se. Ett besök på länsföreningens hemsida är att rekommendera eftersom där finns mycket upplysning, bland annat om aktiviteter i hela länet som alla föreningsmedlemmar kan delta i.

Valberedning

Som ni sedan tidigare vet så blev ingen valberedning vald vid senaste årsmötet. Styrelsen fick i uppgift att hitta en sådan. Jag vädjar till alla medlemmar att försöka få tag på några, helst så att alla medlemskommuner blir representerade med ett par namn.

SMIL

Alla är varmt välkomna till smils familjepicknick på Jakobsbergs gård den 25/8 mellan kl 14.00 och 16.00. Tag gärna med en vän. Stockholms länsförening bjuder på kaffe och tårta. Picknick-mat tar du med själv. Trevlig samvaro och kul lekar utlovas. Inbjudan finns i smil på fb samt på länsföreningens hemsida och i infobladet.

Anmälan: Anmälan 08 549 019 00 eller kansliet@strokesthmlan.se OBS! Anmälan är bindande

Med hopp och önskan om en fortsatt varm och skön sensommar och att vårt höstprogram skall falla många i smaken

Hälsar Kjell



Regelbunden verksamhet

Optimisterna

Under juni, juli och augusti träffas vi vid Rudan i Handen kl. 14.00 varje fredag. Från september träffas vi sista fredagen i månaden kl. 14.00 i kaféet vid Kulturhuset i Handen. Ring Claus på tel. 070-290 20 85 för mer information.

RGM Ronnie Gardiner Metod

Metoden innebär träning av enkla rörelser och koordination till rytmisk musik och har goda effekter på den som fått stroke. Vi startar den **14 september** kl. 13.00 i föreningslokalen på Handenterminalen 4 i Handen och sedan de tre första fredagarna i månaden och med avslutning den 7 december. Ring Anders på tel. 070 372 30 84 för mer information och anmälan.

Sånggrupp. Vår RGM-aktivitet kompletteras nu med en sånggrupp direkt i anslutning till RGM. kl. 13-14 med start den **14 september**. 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.

Aktivisterna

Ring Åsa på tel. 070 355 09 47 för mer information.

Rosenknopparna

Vi startar igen den **20 augusti** med träffar varje måndag vid 10-tiden på äldrecentrum på Rosengårdens äldreboende i Nynäshamn. Med start kl. 10.30 utanför Rosengårdens går vi en rullstolsanpassad runda runt Svandammen i knappt en timme. Vintertid eller vid ruskväder tränar vi på Äldrecentrum på Rosengården. Ring Kerstin på tel. 08 520 171 26 för mer information.

Pratmakarna

Så kallar sig vår talträningsgrupp för afatiker m.fl. i Nynäshamn. De flesta deltagarna har även kontakt med logoped. Gruppen träffas på Äldrecentrum på Rosengården i Nynäshamn varje onsdag förmiddag med start den **5 september**. 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.

Anhöriggruppen i Handen

Startar den **17 augusti**. Ring Marita på tel. 070 130 14 67 för mer information.

Anhöriggrupp 1 i Nynäshamn, dagtid

Startar den **21 augusti**. Ring Eina på tel. 08 520 159 91 för mer information.

Anhöriggrupp 2 i Nynäshamn, kvällstid

Startar den **5 september**. Ring Ulla på tel. 070 286 12 64 för mer information.

Museibesök

Besök olika museer i trevligt sällskap tre gånger under hösten.

Lördagen den 29 september kl. 12.00 Drottningholm slott, Drottningholm

Lördagen den 27 oktober kl. 12.00 Leksaksmuseet, Brantvägen 3, Fisksätra Nacka

Lördagen den 24 november kl. 12.00 Livrustkammaren, Slottet, Slottsbacken 3, Stockholm

Ring Claus på tel. 070 290 20 85 för anmälan och mer information.

Aktuellt

1 september Tyresöfestivalen kl. 12-17 i Stadsparken i Tyresö

Vi kommer att finnas på plats med informationsmaterial. Ella, Kerstin, Anders m.fl. medverkar. Passa på att träffa oss där!

8 september Haningedagen kl. 11-17 på Poseidons torg i Handen

Vi kommer att finnas på plats med informationsmaterial. Krister, Lennart m.fl. medverkar. Passa på att träffa oss där!

13 september Höstlunch kl. 13.00 på Café matlådan på Tallhöjdens seniorboende i Handen Runstensvägen 13

Vi intar gemensam lunch för 50 kr per medlem (föreningen bidrar med resten). Anmälan till Claus senast den 5.9 på tel. 070 290 20 85.