



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 1 januari, februari 2019



Kallelse till Årsmöte

Tisdagen den 12 mars 2019

Kl. 18.00 Handterminalen 4, Handen

Motioner ska vara inne senast den 10 februari (förlängt datum).

Handlingar till årsmötet kommer att finnas tillgängliga på föreningens hemsida <http://www.strokesodertorn.se/> senast den 25 februari. Handlingarna kommer även att finnas tillgängliga i möteslokalen vid årsmötet.

Efter förhandlingarna bjuder föreningen på smörgåstårta. För att kunna beräkna åtgången ber vi de medlemmar som önskar äta smörgåstårta att anmäla sig till Claus Trolle på tel. 070-290 20 85, 08-5490 1739 eller e-post claus.trolle@comhem.se senast den 5 mars.

Informationskväll om afasi

Torsdagen den 21 mars kl. 17.30-19.30 i samlingsalen på Rosengården, Fridhemsvägen 8 i Nynäshamn
I samarbete med Nynäshamns kommun.

Programmet är ännu inte helt klart, men logoped är bokad. Vi hoppas få med någon biståndshandläggare och kanske även någon från vårt Riksförbund. Den nya broschyren om Afasi från Riksförbundet kommer att finnas för utdelning. Kvällen riktar sig till dig som haft stroke, dina anhöriga och allmänheten.

Nya broschyrer

Riksförbundet har kommit ut med två nya broschyrer:

Afasi – att inte kunna kommunicera

Hjärntrötthet – när den mentala energin tar slut

Båda tar upp angelägna ämnen för dig som haft en stroke, men de är även utmärkta att dela ut till människor i din omgivning. Alla förstår inte vad dessa osynliga funktionsnedsättningar innebär. Vi har broschyrerna i lager om du vill ha någon av dem.

RGM Ronnie Gardiner Metod

RGM ger rytmisk träning för både kropp och hjärna och har visats sig ha goda effekter. Missa inte den här möjligheten!

Under våren erbjuds 10 tillfällen på fredagar kl. 13 i föreningslokalen, Handenterminalen 4. Vi startar den 8 februari och håller på fram till den 10 maj och som vanligt under kompetent ledning av Itte. Ring Anders på tel. 070 372 30 84 för mer information och anmälan.

Sånggruppen

Förutom att det är roligt att sjunga är det även nyttigt! Du tränar röst, andning, minne och många andra funktioner, i synnerhet om du har problem med talet.

Itte leder även sånggruppen som träffas efter RGM, men man behöver inte vara med i båda grupperna. Ring Anders på tel. 070 372 30 84 för mer information och anmälan.

Optimisterna

Under vintern träffas vi sista fredagen i månaden kl. 14.00 i kaféet vid Kulturhuset i Handen. Ring Claus tel. 070-290 20 85 för mer information.

Rosenknopparna

Vi träffas varje måndag kl. 10 på Äldrecentrum en trappa ner på Rosengårdens äldreboende i Nynäshamn. Vi tränar på redskapen på Äldrecentrum, pratar och fikar. Ibland går vi en promenad med start kl. 10.30. Ring Kerstin på tel. 08 520 171 26 för mer information.

Pratmakarna

Talträningsgruppen för den som har talsvårigheter är verksam i Nynäshamn. För mer information ring Eina på tel. 08 520 159 91 eller Ulla 070 286 12 64.

Aktivisterna

Ring Lisa på tel. 070 536 77 35 för mer information.

Anhöriggrupperna har alla startat sin verksamhet.

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