



Strokeföreningen Södertörn
Handterminalen 2, 136 40 Handen
Telefon: 070-290 20 85 (Claus Trolle)
E-postadress: stroke.sodertorn@telia.com
Plusgiro 12 48 70-7. Org nr 80 24 10-11 42
Hemsida: www.strokesodertorn.se



Strokeföreningen Södertörn

Nyhetsbrev nr 4 november 2019



Aktiviteter

Julfest

Torsdagen 28 november kl.18.00 äter vi julmat.

Tid: 18.00

Plats: Tallhöjdens lunchrestaurang Café Matlådan Runstensvägen 13 Haninge

Pris 200 kr/person – föreningen betalar resten.

Anmälan: senast den 25 november till Claus på telefon 070- 290 20 85

Luciakaffe i Nynäshamn

Torsdagen den 12 december inbjuder vi till Luciakaffe med underhållning.

Tid: kl. 15.00 – 17.00 den 12 december

Plats: Äldrecentrum på Rosengårdens äldreboende i Nynäshamn, en trappa ner, i Glasrummet, Fridhemsvägen 6-8, Nynäshamn.

Anmälan: senast den 10 december till Kerstin Persson på 08 520 171 26 eller 076 896 24 04 eller e-post ingakerstin@hotmail.com

DansSteget för Strokesurvivors fortsätter även VT20. I samverkan med Studieförbundet vuxenskolan i Huddinge. Torsdagar 13.30 - 15.45. På Patron Pehs väg 8 i Huddinge. Alla kan delta. Du dansar på ditt vis. Stående, sittande, liggande eller i huvudet. Forskning styrker att all dans är bra för knopp och kropp. Vi dansar för livet efter stroke.

För mer info och anmälan se Studieförbundet vuxenskolas hemsida. Frågor svarar Anneli T Heikenborn på efter bästa förmåga tel. 072 048 39 45

Optimisterna

Från november 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

Under höst och vår träffas vi varje måndag kl. 10 på Äldrecentrum en trappa ner på Rosengårdens äldreboende i Nynäshamn. Vi tränar på redskapen på Äldrecentrum, pratar, fikar och tar ibland en promenad. Ring Kerstin på tel. 08 520 171 26 för mer information. Observera att vi gör uppehåll under jul- och nyårshelgen.

RGM Ronnie Gardiner Metod

RGM ger rytmisk träning för både kropp och hjärna och erbjuds i Handen i Vuxenskolas lokaler ett antal fredagar under höst och vår under kompetent ledning av Itte. Ring Anders på tel. 070 372 30 84 för mer information och anmälan.

Sånggruppen

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.

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.

Anhöriggruppen i Handen

E-post stroke.sodertorn@telia.com

Anhöriggrupp 1 i Nynäshamn, dagtid

Ring Eina på tel. 08 520 159 91 för mer information.

Anhöriggrupp 2 i Nynäshamn, kvällstid

Ring Ulla på tel. 070 286 12 64 för mer information.

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 Olof Persson olof_p@hotmail.com.

OBS! Ny lokal och nya kontaktuppgifter!!

Vi har inte längre något kontor utan hyr sammanträdeslokal av Vuxenskolan.
Postadress: Vuxenskolan, Strokeföreningen Södertörn, Handenterminalen 2, 136 40 Handen
Telefon: 070- 290 20 85 (Claus Trolle)
E-postadress: stroke.sodertorn@telia.com
Plusgiro 12 48 70-7
Hemsida: www.strokesodertorn.se

Ordföranden har ordet

Verksamhetsåret börjar lida mot sitt slut. Jag vill passa på att tacka medlemmar, medarbetare, ledare och deltagare i Strokeföreningens olika aktiviteter, för era värdefulla insatser. Jag tackar också våra samarbetspartner för gott samarbete under det gångna året.

Till sist önskar jag er alla

En riktigt God Jul

och

Gott Nytt År

Kjell