



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 1 januari 2020



Hej alla medlemmar!

Välkomna till ett nytt år med aktiviteter och sammankomster.

Styrelsen

Kallelse till Årsmöte i Stroke Södertörn

Torsdagen den 12 mars 2020

Kl. 18.00 Haninge Kommunhus matsalen

Adress: Rudsjöterrassen 2, 136 40 Handen

Motioner ska vara inne senast den 1 februari 2020

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 förtäring. För att kunna beräkna åtgången ber vi de medlemmar som önskar förtäring att anmäla sig till Claus Trolle på tel. 070-290 20 85 eller e-post claus.trolle@comhem.se senast den 5 mars.



Vi behöver desperat kontaktpersoner i alla kommuner, som kan hålla kontakt med styrelsen och ta emot och lämna information. Hör av dig – du behövs!

Aktiviteter:

Strategier efter Stroke. Informationskväll med personal från Nynäs Rehab.

**Måndagen den 16 mars kl.17.30 i samlingsalen på Rosengården, Fridhemsvägen 8 i Nynäshamn
I samarbete med Nynäshamns kommun.**

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. Vi startar vårsäsongen den 13 januari 2020.

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. Vårsåsongen startar den 14 februari.

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 - Startar den 8 januari 2020

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 - Startar den 17 januari 2020.

E-post stroke.sodertorn@telia.com

Anhöriggrupp 1 i Nynäshamn, dagtid - Startar den 8 januari 2020.

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

Anhöriggrupp 2 i Nynäshamn, kvällstid - Startar den 8 januari 2020.

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

Vad vill ni göra det här



året?

Hör av er till Claus med alla era idéer!! på tel. 070-290 20 85

Vi blir väldigt glada om ni som har en e-postadress meddelar oss. Förutom att vi sparar papper och arbete får ni fortlöpande information om vad som är på gång!



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