



Oktober

Nyhetsblad för

**NEURO**  
FÖRBUNDET Kaprifol

Årgång 2016, Nummer 4

Julbord söndagen den 27 november 2016

## I det här numret:

Julbord 1  
27 november

Reportage om 2  
Sommarsol

Sommarsol 3  
fortsättning

Reportage  
Musikalen Hair

Reportage om 4  
Medlemsmötet

Seniordagen i  
Stenungsund

Prova på akvarell 5

Vi vill gärna bli fler  
medlemmar

Vår nya hemsida

En resa till Kuba 6

Kommunala råden för  
funktionshinderfrågor 7

Information från  
Neuroförbundet Västra  
Götaland

Smått och gott...

Styrelsen 2016 8  
Kalendariet 2016  
Café-MS 2016



## Julbord

Föreningens traditionella julbord blir även i år på Åh stiftsgård, Ljungskile, söndagen den 27 november 2016 klockan 12.30 - 15.30.

### Klassiskt julbord

Julbordet innehåller allt du kan tänka dig att ett klassiskt julbord ska innehålla, och mer därtill. En fantastisk sillbuffé med Åhs hemgjorda sillar, fisk av alla de slag, korvar, syltor och vilt på det kalla bordet. På det varma bordet hittar vi självskrivna kändisar som Janssons frestelse, köttbullar, prinskorv, honungsglaserade revben, omelett med svampstuvning, lutfisk, kål av olika slag och mycket, mycket mer!

Och vem kan motstå ris á la Maltan och Åhs hemgjorda julgodis på dessertbordet? Förutom det fylls dessertbordet med frukt, kex och ostar, diverse julkakor och andra smarrigheter.

Handikappanpassad buss avgår från  
Henån 11.15  
Varekil 11.25  
Myggenäs 11.40  
Stenungsund 11.50  
Spekeröd 12.10  
Hemfärd 15.30



### Kostnad:

Medlem i Neuroförbundet Kaprifol betalar **100 kr/pers.**

Icke medlem betalar **400 kr/pers.**

Barn upp till 15 år **gratis.**

I priset ingår bussresa tur och retur samt julbord, mineralvatten/lättöl/julmust och kaffe.

(restaurangen har fullständiga rättigheter för den som önskar)

**Avgiften betalar** du in till föreningens **bankgiro 5756-4353** senast den **20 november 2016.**

**Anmälan** till Dag Ekliden: 0304-47392 Mobil: 076-7944756

eller till Thomas Granlind: 0303-67147 Mobil: 073-1375974

**Senast den 15 november 2016**

Passa på att bli medlem 2016 så gäller alla subventionerade aktiviteter för hela 2017 också. Kontakta Anne-Christine

Skreberg: mobil: 070-7543688 eller till

Dag Ekliden: 0304-47392 Mobil: 076-7944756

om ni vill vara med i vår fina förening.

Välkomna önskar Kaprifols styrelse



**Reportage från vistelsen på Sommarsol den 4-7/9 2016**

Skånes landskapsblomma  
Prästrake



Söndag förmiddag och solen skiner, vi åker med en handikappanpassad buss från Henån mot Myggenäs, Stenungsund, Stora-Höga ner till Björkäng för ett ½ timmas fikastopp.



Sen fortsätter vi ner till Sommarsol som vi anländer till kl 16,00 när vi har fått våra rum är det middag kl 17,30 efter vi ätit en mycket god middag var det utforskning av lokaler och omgivningarna utomhus, där var 2 uppvärmda bassänger och inomhus 3 olika bassänger en med lift för rullstolsbundna.



Måndag morgon vaknade vi upp till en klarblå himmel med ett härligt väder. Restaurangen har vegetarisk mat hela dagen på måndagar, det var riktigt gott. Vi hade tillgång till morgonympa och vattengympa på förmiddagen även ett nyrenoverat gym fick vi utnyttja. Det var fria aktiviteter som deltagarna disponerade själva. Några badade, andra promenerade ner till stranden och det fanns Mini Cros-ser (elskoter) att hyra för att åka runt och uppleva omgivningarna, två och trehjuliga cyklar fick vi låna. Två av deltagarna cyklade in till Ängelholm och köpte sig en glass !!! några tog en Taxi till Ängelholm för att besöka staden i det fina vädret.

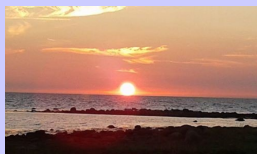




**Fortsättning från vår vistelse på sommarsol**

Tisdagen var det lika härligt väder 23 grader och 17 till 18 grader i havet, och några var det som badade. Det var även avkopplande att sitta i solen och njuta av vädret. På kvällen var det promenad ner till havet för att se solen försvinna i horisonten det var väldigt fint.

Vi som gillade fotboll tittade på Sverige mot Holland på en väldigt stor TV. Onsdag var det hemfärd efter lunch kl 13,00 då var det grått väder och (vi hade i alla fall tur med vädret) färden gick via Björkäng för en enklare fika och sen hemåt. Alla deltagarna var riktigt nöjda med resan och gör gärna om den ett annat år.



Solnedgång i Vejbystrand.  
Foto: Marita Udén

**Reportage från Musikalen Hair**

30 Kaprifolare åkte till Göteborgs Operan för att uppleva Musikalen Hair.

I Roland Bergqvist version av Hair såg vi unga talanger och etablerade musikalartister tillsammans med ett rockband på scen. Hela ensemblen sjunger och dansar sig igenom ett femtiotal musikaliska nummer, rapp dialog och spännande visuella effekter. Det var en vild föreställning som vi fick bevittna, men den var riktigt bra var omdömet från våra deltagare.



Text och foton:  
Dag Ekliden

**Reportage från medlemsmötet 17 september 2016**

Det var ett mycket trevligt möte med sång och musik av musikanten Monica som ryckte in när Närhälsan fick förhinder att komma och informera om deras verksamhet. (Vi är lovade att de kommer till vårt Café-MS någon gång i höst.)

Det var 25 talet medlemmar som hade möjlighet att närvara på medlemsmötet.

Medlemmarna informerades om vad Kaprifol har uträttat under 2016 och vad vi har kvar att göra under resten av året.

Monica underhöll oss med allsång av välkända låtar, vi tackade för en trevlig underhållning och hon avtackades med en fin blomma.

Medlemmarna tillfrågades vad vi skall söka fondmedel för till 2017, där ett av förslagen var att åka på en dagskryssning från Göteborg till Fredrikshamn som det också bestämdes att söka bidrag till. Vår förhoppning är att det ska genomföras i september 2017.

**Seniordagen i Stenungsund fredag den 28 Oktober**

Kom och besök oss på seniordagen i Stenungsund där Kaprifol har ett informationsbord.

Du som är medlem i Kaprifol men som vi inte har träffat än, kom och besök oss för vi vill gärna träffa er och få ett ansikte till namnet.

Temat för seniordagen i år är trygghet där kommunen vill visa upp vilken service de har för människor över 65 år.

Det är också möjligheter att visa upp sitt kunnande när det gäller att uppträda med sång och musik.







VI ÄR  
SÅ BRA  
Hillsammans



**NEURO**  
FÖRBUNDET Kaprifol

## Prova på akvarell

Är du intresserad av att prova på något nytt, eller har du målat tidigare?  
Kom med i vår akvarellgrupp. Vi målar 3 gånger i månaden på torsdagar i Spekeröds Bygdegård mellan kl. 11-14.

Kursen är inte lärorelld. Vi hjälper varandra och målar efter var och ens förutsättning. Vi har väldigt trevligt och måleriet är det helt upp till var och en hur ni vill måla. Vi har vår- och hösttermin som omfattar 12 gånger per termin.

Du får låna papper, penslar och färg för att prova på.

Från januari till maj och augusti till november och du betalar 200 kr per termin.

Våga ta språnget och kom med i vår trevliga målarkurs!

Du anmäler dig till Dag Ekliden, tel. 0304-473 92 eller till Marita Udén, tel. 0303-671 47.



## Vi vill gärna bli fler medlemmar i Kaprifol

Huvudmedlem är den med diagnos och övriga är närstående medlem.  
Som närstående medlem har du samma tillgång att få vara med på allt som vår förening gör:

Julbord, teater, rehabresor, (alla resor är alltid med handikappanpassad buss), målarkurs, medlemsmöten och andra möten.

Allt till kraftigt rabatterade priser. Vårt mysiga Café MS som är första torsdagen i varje månad träffas vi på Café Fregatten Stenungsund för en gemensamhetsstund.

Huvudmedlem betalar 370 kr och 200 kr för närstående som kan vara en släkting, granne, arbetskamrat eller vem som vill vara med i föreningen.



## Besök vår nya hemsida

Nu är vår förening hemsida helt annorlunda, den är enhetlig med övriga föreningars hemsidor. Där finner ni det som vi kommer att göra och det som har varit plus mycket, mycket mer, gå in och botanisera i vad som finns.

Här är du: Hem | Lokalt | Västra Götaland | Kaprifol

NEURO FÖRBUNDET Kaprifol

OM FÖRENINGEN SOM OMFATTAR STENUNGSUND, TJÖRN - ORUST

**NEUROFÖRBUNDET's lokalförening Kaprifol**

Vi är en ideell och fristående organisation som styrs av dig som medlem

Vi arbetar för att förbättra situationen för personer med neurologiska sjukdomar och skapa spelrum för deras ambitioner

Viktiga delar i vårt arbete är att medverka till att bryta isolering och skapa gemenskap.

Ösa medlemmar och deras anhöriga möjlighet att träffa. Våra medlemmar har genom våra aktiviteter möjligheter till resor, utflykter och annan rekreation.

Livskatt, delaktighet och framtidstro för alla!

Hjärtligt välkommen som medlem!

NEURO FÖRBUNDET's lokalförening Kaprifol

Vårt diagnosarbete

Bli medlem

Kaprifol

Våra aktiviteter

Vårt diagnosarbete

Om

Kaprifolen

Nyheter

Kontakt

Bli medlem nu

KLICKA HÄR

[www.neuroforbundet.se/kaprifol](http://www.neuroforbundet.se/kaprifol)

**En resa till Kuba**

En resa till Kuba!

Söndagen den 3 Mars från Spekeröd 03.20. Ankomst Landvetter 04.20. Där träffar vi vår reseledare Anki.

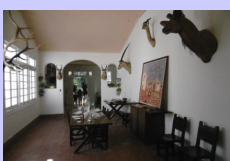
Flyger via Paris till Kuba, landar 20.30 svensk tid – 6 tim. alltså 14.30 lokal tid. Vidare till hotell Comodoro i Havanna.



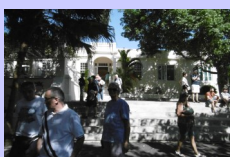
Havanna



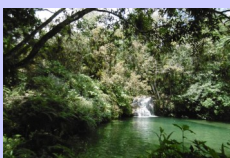
Muralmålningar



Hemingway interiör



Hemingway exteriör



Djungelvandring med dopp



Bambu 10 cm tjock

Text och foto:  
Kay Lithander  
Marie-Anne Lithander



Måndag. Gamla Havanna med fina renoverade hus samt slitna och dåligt underhållna byggnader. Och många gamla Amerikanska bilar. Besöker Frihetstorget som är enormt stort samt ett "rommuseum" nere i Hamnen vid Jesus statyn, blir det middag med cigarr provning och Romprovning.



Havanna

Tisdag. Heldagsutflykt till Provinsen Pinar Del Rio, besök i en Tobaksfabrik och Rombutik. Vi besöker även en Tobaksodlare i den lilla staden Vinales. Utanför stan finns stora Muralmålningar. På en Mogote med förhistoriska Motiv som framställdes på 1960 talet.

Onsdag. Vi åker till den lilla staden San Fransisko de Paula där vi besöker Hemingways stora vita hus i Kolonialstil med 9 ha trädgård. Vidare till fiskebyn Cojimar där Hemingway hade sin båt, som han odödliggjorde i romanen "Den gamle och havet, gav honom nobelpriset i litteratur.

På kvällen blir det nattklubben "Tropikana". Med dans, musik och Akrobatik i två timmar Jätte bra och underhållande.

Torsdag. Avresa mot Sydkusten och staden Trinidad. Med ett stopp i Cienfuegos för lunch på den vackra yachtklubben. Vi åker genom Trinidad och ut mot havet där hotell Ancon med all inclusive ligger. Playa Ancon den Kubanska sydkustens finaste sandstrand.



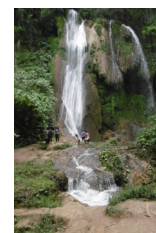
Fredag. Stadsrundtur i Trinidad som är klassat som världsarv av UNESCO och brukar räknas som Amerikas mest välbevarade Spanska kolonial stad. Palats, Herrskapshus och kyrkor står utan undantag kvar precis som de gjord för 120 år sedan då Spanjorerna förlorade sin gamla koloni.

Lördag. Utflykt till Naturparken Guayanana park i Topes de collantes, som var sanatorium för TBC-sjuka och är numera läkarhögskola.

Från skolan åker vi Ryska lastbilar med hårda stolar på flaket. Väl i parken börjar en vandring på 4,2 km.

Vi vandrar genom ceder och pinnjeskog, kaffeplantor och bambu som är tio cm tjock. Vi får se national-fågeln som är blå, röd, vit. Även stor och liten kollibri. Ett jätte fint och högt vattenfall. Vi vandrar vidare. Kommer till en damm med ett litet vattenfall där vi badade. Vid parkens slut låg en liten camping med restaurang. Höns och kycklingar stövar fritt i området. Där intog vi vår lunch, som var kyckling.

Hem till hotellet för att träffa Majsan och ta ett dopp i havet och något gott att dricka.



Djungelvandring Högt vattenfall

Söndag. Vi lämnar Trinidad för att åka mot Varadero. Vi gör ett stopp i Santa Clara för att se Che Guevaras mausoleum.

En enorm byggnad med ett museum om revolutionen.

Vidare mot Varadero väl där vidare ut mot Hicacos halvön som i sin tur leder till den berömda stranden Playa Varadero.

Där är vårt All inklusive hotell. En lång vit sandstrand utan stora vågor.



Måndag, tisdag och onsdag.

Bara slappa och umgås med övriga resenärer. Vi äter gott, badar och även här ser vi gamla Amerikanska bilar som Taxi utanför hotellet.

Detta har varit en upplevelse och händelserik resa samt tre dagar bara slappa och må gott innan vi lämnar Kuba.

Torsdag. Transfer till Havanna för hemresa.

Nu är vår "saga" slut.

Hälsningar från Majsan å Kay!

**Kommunala råden för funktionshinderfrågor****OBS!**

Fullständiga protokoll från KRF-mötena hittar du på vår hemsida: [www.neuroforbundet.se/kaprifol](http://www.neuroforbundet.se/kaprifol)

**KRF i Stenungsund**

KRF mötet 2016-09-20. Björn Wikman lokalresursplanerare pratade om pågående byggnationer.

Ny skola hallerna, Lss boende tveten 3 förslag budget 10 miljoner. Hallerna villaväg nytt Lss boende börjar byggas nästa år. Handläggare Linn Svarset pratade om parkeringstillstånd, det finns 2 st olika kort, ett för föraren ett för passageraren. Man kan bara söka ett kort. Upprustning samtliga badplatser. Nästa möte är 22 nov kl.13-15.

**KRF Tjörn Kommunala handikapprådet för funktionshinderfrågor**

Ordföranden Reidun Lorentzon hälsade alla välkomna. Sven-Inge Karlsson från Tjörns golfklubb föredrog om en idé som går ut på att få handikappade att golfa på olika sätt eller att bara komma ut till deras fina bana, åka runt i en elbil och sedan avsluta med en lunch i restaurangen. Handigolf 2016 är namnet ut till deras fina idé. Efteråt kom Katarina Sandberg och pratade om avgifter angående äldreboende, hemtjänst och pensionärlägenheter som är hennes ansvarsområde. Vi från Kaprifol informerade om våra aktiviteter som vi har under sommaren o hösten.

**KRF Orust Kommunala handikapprådet.**

Kommunala handikapprådet från den 5 september Taltjänst Västra Götalandsregionen gav information om deras verksamhet som vänder sig till olika målgrupper med någon funktionsnedsättning, som behöver hjälp med tal, läs eller skrivstöd. Servicen är avgiftsfri. Taltjänst servar kommunikationen mellan människor och åker även ut på begäran till olika föreningar. Förvaltningsområdeschef Lisbeth Tilly informerade om äldreomsorg och handikappomsorg hur situationen ser ut inom omsorgsverksamheter gällande sommaren 2016. På grund av underskott i ovanstående verksamheter kommer det ske en översyn av biståndsdelen.

**Information från NEURO FÖRBUNDET Västra Götaland****Västra Götalands kansli**

Kansliet har ny öppettid: måndag-torsdag kl. 9-14  
Kanslist är Pamela Stolt  
Adress:  
Kappellevägen 1 A  
45144 Uddevalla  
Telefon: 0522-19366  
E-post:  
[Va-gotland@neuroforbundet.se](mailto:Va-gotland@neuroforbundet.se)

Från styrelsemöte den 1/9-2016  
Den 19-20 november ska Benny Johansson och Pamela Stolt åka på utbildningsdagar för Riksförbundet som ska hållas i Kista.  
Utbildningen ska bl.a. handla

om KomMed och Opinion-utbildning i administration av vår hemsida.

Kansliet har gjort en förfrågan till lokal föreningarna om hur de upplever hur färdtjänsten fungerar. De som svarat har de flesta tyckt att de får "åka runt" innan de kommer fram för att det är fler i bilen, vilket upplevs som jobbigt då man redan är trött och inte orkar med sådant. Färdtjänsten har blivit dyrare, men förtidspensionärer får kanske som mest några kronors höjning på deras pension, så de går då back när de tvingas att betala dessa resor.

Färdtjänstresorna borde ha samma pris som lokaltrafiken, och också gälla samma i alla kommuner. Ett stort problem som rör permobilier är, att om de behövs service så finns det inte möjlighet att få det dygnet runt. Det här medför stora problem för de personer som är beroende av dem, då de kan bli sittande var som helst, t.ex. ute på stan en sen kväll utan kunna ta sig hem.

**Smått och gott...**

Torsdagen den 1 december är det Cafè-MS och då bjuder Kaprifol på kaffe och lussekatt.

Välkomna.



Hej du Kaprifolare, som har något att berätta för oss läsare. Det kan vara om en resa eller något annat som du vill berätta om.

Har du foton till din historia så tar vi tacksamt emot detta. Det kommer vara med som en sida i Kaprifolen.

Hör av dig till Janet på tel: 0303-77 39 21 eller maila till [Janetolars@telia.com](mailto:Janetolars@telia.com)



Nyhetsblad för

**NEURO**

FÖRBUNDET Kaprifol

c/o Thomas Granlund  
Briggen 1

Telefon: 0731-575974

E-post: kaprifol@nhr.se

Hemsida:

[www.neuroforbundet.se/kaprifol](http://www.neuroforbundet.se/kaprifol)

**Bankgiro : 5756-4353**

**NEUROFÖRBUNDET Kaprifols styrelse 2016:**

Thomas Granlund (*ordförande*) 073-1575974

Kay Lithander (*v. ordf.*) 0303-77 81 90

Stig Ericsson (*sekreterare*) 0303-884 94

Dag Ekliden (*kassör*) 0304-473 92

Janet Rutgersson (*ledamot*) 0303-77 39 21

Sven-Arne Nilsson (*suppleant*) 076-8030594

Anne-Christine Skreberg (*suppleant*) 070-754 36 88

**Valberedning:**

Anne-Christine Skreberg (*sammankallande*)

070-754 36 88

Marianne Lithander 0303-77 81 90

**NEURO**  
FÖRBUNDET Kaprifol

[kaprifol@neuroforbundet.se](mailto:kaprifol@neuroforbundet.se)

**Kommande aktiviteter 2016**

**Oktober**

27/10—Seniordagen i  
Stenungsund

**November**

27/11—Julbord

**Cafe-MS 2016**

3 november

1 december

**Café-MS 2017**

12 januari

2 februari

2 mars

6 april

4 maj

1 juni

**Styrelsemöte 2016**

2 november

Nästa utskick till  
medlemmarna beräknas  
komma i januari 2017.



**Café-MS**

Vi välkomnar **alla** med någon  
neurologisk sjukdom. Man behöver  
inte tillhöra någon förening. Ta gärna  
med er en vän. Vi fikar och pratar om  
allting. Detta gör vi första  
torsdagen i månaden kl. 13.00  
på Café Fregatten

**Vi ses!**

Om ni har några frågor kontakta mig,  
Janet,  
telefon: 0303-77 39 21