

Medlemsbrev om aktuella aktiviteter och nyheter

Malmö

Hej alla medlemmar!

Sommaren kom och sommaren passerade men visst är även september en del av årets ljusa tid. Vi hoppas ni haft fina dagar och veckor.

Rehabiliteringsvistelsen i Valjeviken ligger runt hörnet och vi håller tummarna att det även i år blir bra samarbete med metrologerna.

Som alltid är det i alla fall en vecka med gemenskap, avkoppling, umgänge i vacker natur, information, roliga aktiviteter och många glada stunder.

Nu kan vi informera er att Niklas på kansliet tar föräldraledighet 50% i september, oktober och november. Han kommer då att arbeta 50% och därför kommer alla i styrelsen bidra med insatser och tid så föreningen kan erbjuda sin normala service. Planen är att verksamheten bedrivs precis som vanligt - gemensamt hjälps vi alltså åt för att nå detta. Se mer på andra sidan av detta blad.

I senaste numret av Aktuell ställde vi en fråga och vi blir glada och tacksamma om ni vill ge återkoppling angående det vi gör. Utöver återkommande resor och aktiviteter, finns det något nytt ni vill se i vårt program?

Föreläsningar, musikafton, teaterbesök – kom gärna med förslag.

NEURO MALMÖ

ÖNSKAR ALLA MEDLEMMAR EN SKÖN OCH UNDERBAR AVSLUTNING PÅ SOMMAREN OCH EN FIN INLEDNING AV HÖSTEN!



MÅLARGRUPPEN



Detta är en aktivitet där vi samarbetar med AFASI-föreningen. Är du intresserad av att delta i gruppen går det bra att anmäla sig till kansliet eller via hemsidan. Nu har gruppen semester men fortsätter till hösten. Uppstartsdagen är den 12 september. Kontaktuppgifter finner ni längst ner på detta blad. Kursen är kostnadsfri.



-VÅRD

Fört tidsbokning kontakta
Små & Stora Fötter på
0706—84 04 66

Ytterligare aktiviteter är naturligtvis på gång, men de är just nu i planeringsstadiet. Så håll koll på utskick eller vår hemsida för kommande aktiviteter. Prova även kalendern.

**HÖSTEN
2023**

Stort **TACK** till alla aktörer, fonder, stiftelser och alla andra som bidrar till att föreningen kan anordna friskvårdsaktiviteter och utflykter för våra medlemmar till subventionerade kostnader.



NEURO DAGEN & NEURO-ON-TOUR

Lördagen den 23 september

Dagen börjar på Scandic Triangeln kl. 12 med Neurodagen. Där blir det en föreläsning följt av information från några Neuro Malmö-medlemmar med diagnosen MS. Omkring kl. 15 går ner till Triangelorget där det kommer att vara en del tal, uppträdanden och mer information. Dessutom kommer Cykel-Jenny att anlända vid kl. 16. Hon kommer norrifrån och har då passerat Helsingborg. Här är det fritt fram och deltaga - hur många och vem som helst. Ni kan läsa mer på hemsidan:

<https://neuro.se/forening/foereningar-a-oe/malmoe/aktiviteter/neurodagen-och-neuro-on-tour-i-malmoe/>

NEURO PROMENADEN

Söndagen

den 3 september

Söndagen den 3 september mellan kl. 12 och 15 träffas de som vill gå gemensamt i Pildammsparken i Malmö. Vi samlas vid korsningen mellan Pildammsvägen och John Ericssons väg och startar promenaden gemensamt kl. 13. Läs mer om hur ni anmäler er till Neuro Malmös lag på hemsidan: <https://neuro.se/forening/foereningar-a-oe/malmoe/aktiviteter/neuropromenaden-2023-i-malmoe/>

HÖSTRESA 16/9



Den 16 september åker vi på årets höstresa. Utflykten går lite överallt i södra Skåne. Bland annat till Ekerödsrasten i Hörby. Leksaksmuseet i Eslöv. Byakrogen i Sjöbo. Följ med om du vill veta mer. Du kan läsa mer på hemsidan där du också kan anmäla dig. Kostnad för medlemmar är 300:-.



SITT-ZUMBA ONLINE

Neuro Malmö fortsätter att erbjuda alla neuromedlemmar i hela Sverige att vara med på Zumba Gold online!

Inför hösten 2023 tänkte vi ändra upplägget för att försöka erbjuda träningen till så många neuromedlemmar som möjligt. Länken till online-aktiviteten finns på hemsidan: neuro.se/malmo
Vi kör på tisdagar kl. 18:30 och torsdagar kl. 09:30 och startar hösten torsdagen den 31 augusti.

Medlemsbrev om aktuella aktiviteter och nyheter

Malmö

ANHÖRIG?

En neurologisk diagnos påverkar inte bara den som fått en diagnos eller sjukdom.



Tillsammans med arrangören Malmö Stad vill vi erbjuda föreningens medlemmar en aktivitet för anhöriga. Nämligen ett anhörigcafé. Under hösten kan anhöriga träffas på **Rundelsgatan 14A mellan kl. 17:30 och 19:30**. Vill du träffa andra anhöriga och ta en fika? Då är du välkommen till vårt anhörigcafé. Anhörigkonsulenter finns på plats, och du kan komma och gå som det passar dig under öppettiden. **Följande datum gäller under hösten: 30/8, 28/9, 1/11 och 6/12.**

Neuro Malmös rekreationsfond

Neuro Malmö har gjort mindre uppdateringar och förtydligande av ansökan till Neuro Malmö egna rekreationsfond. Dock har inga förändringar i ansökningskriterierna själva. Bara förtydliganden. Välkomna med era ansökningar nästa år.

Nätverksträff Polyneuropati

I Skånenätverket Polyneuropati har vi haft regelbundna möten sedan våren 2013. Efter några års uppehåll planerar vi nu nästa fysiska träff i Neuro Malmös föreningslokal. Träffarna är framför allt fokuserade på att träffas fysiskt. Under mötet tänkte vi prata lite allmänt om hur tiden har varit. Vi träffas under sommaren och hösten i Neuro Malmös föreningslokal onsdagarna den 25/6, 19/7, 23/8 och 25/10 mellan kl. 15 och 17. Vissa träffar har redan varit. Håll utkik när kommande träff kommer att hållas.

MEDLEMSKAMPANJEN

Som ett led i den pågående medlemskampanjen kommer en medlem med MS-diagnos att cykla genom landet, Cykel-Jenny. Hon kommer till Malmö den 23 september och detta uppmärksammas extra. Läs mer på andra sidan. Hon startar i Kiruna den 7 augusti och cyklar **VI VILL sedan genom hela landet längs västkusten VI STÄRKER via södra Sverige tillbaka upp till Stockholm VI GÖR** där hon avslutar den 16 oktober.

Ytterligare kansliinformation

Efter semestern kommer Niklas på kansliet att vara 'halvtidsföräldraledig' under september, oktober och november. Han kommer då att jobba halvtid och endast hemifrån. Primärt på förmiddagarna. Men allt gällande telefonen och e-post kommer att fungera som tidigare. Om ni ringer och kommer till telefonsvarare, lämna namn, telefonnummer och ärende, så återkommer vi när vi kan. Eller så anmäler ni er helt enkelt till aktiviteter.

Betalning för aktiviteter & utflykter görs till BG: 273 - 2816 eller swish 123 344 49 57. Glöm inte ange ert namn och aktivitet
 Neuro Malmös kansli och styrelsen önskar alla våra medlemmar en riktig härlig fortsättning på sommaren och inledningen av hösten!
Hoppas vi ses på någon av våra aktiviteter!

Neuro Malmös hemsida

Det är inte bara via detta blad eller våra utskick man hittar våra arrangemang. Vi vill på detta sätt slå ett slag för vår hemsida: neuro.se/malmo

Där hittar ni många fler aktiviteter, nyheter och annat läsvärt. Eller om ni hellre vill hitta aktiviteter via Neuro Malmös aktivitetskalender. Kalender hittar ni också på hemsidan.

På tal om kalender, finns där även en kalender som sammanfattar alla aktiviteter som bedrivs i landets alla lokalföreningar.

Hemsidan är anpassad till att kunna visas i vilken läsare och skärmstorlek ni har. Men det är inte alltid helt optimalt. Ni får ha överseende med utseendet. Vi rekommenderar att ni använder en dator eller platta.

På hemsidan kan ni läsa mycket, mycket mer. Bland annat om aktiviteter och ni kan anmäla er till dem via antingen formulär. Annars går det alltid att anmäla sig via telefon eller e-post.

| Mina Sidor |

Vi vill påminna er om att uppdatera era kontaktuppgifter från hemsidan.

Ullared med övernattnig 2-3/10

Vi arrangerar igen den populära resan till GeKås i Ullared med en övernattnig. Detta gör att ni kan handla i lugn och ro med en övernattnig på hotellet i Ullared. Äta gott på kvällen (detta betalar ni själva). Kostnad för medlemmar resa och boende är 1 000 kr. Läs mer och anmäla er på hemsidan.

Bassäng- träningen



Nu kör snart höstens bassängträning igång.

Vill du anmäla intresse till höstens eller nästa års verksamhet, hör av dig till kansliet och se om det finns plats. OBS! Du måste vara medlem i Neuro Malmö för att kunna ta del av denna aktivitet. Om du är intresserad av plats, hör av dig till kansliet

Rehabilitering på Valjeviken

Ett nytt avtal gällande rehabilitering har nu skrivits mellan Regionen och Valjeviken.

Kontakta din vårdcentral/mottagning/neurolog och meddela dem att du önskar att få en remiss till neurologisk rehabilitering på Valjeviken.

Läs mer på Neuro Malmös nyheter:

<https://neuro.se/forening/foeringar-a-oe/malmo/nyheter/rehabilitering-paa-valjeviken/>