

NEURO

KONTAKTEN

MEDLEMSTIDNING FÖR NEUROFÖRBUNDET GÖTEBORG

NR 5

SOMMAREN 2022

AKTIVITETER

Vätten runt

STRANNEGÅRDEN

Midsommarfirande

INNEHÅLL

• Kansliet har semesterstängt	2
• Senaste nytt om flytten	2
• Lägenhet på Teneriffa	2
• Minnesord Margaretha Andersson	3
• Reportage Neuropromenaden	3
• Strannegården	4
- Midsommarfirande	
- Reportage Valborgsfirandet	
• Diagnosdagar	4
• Dagar att uppmärksamma	4
• Trivselaktiviteter	5
• Bussresa: Vättern runt	5
• Sol & Bad Lilla Amundön	6
• Aktiviteter till hösten	6
• Presentation av kansliet	7

Omslagsbild: Penséer och smultron
Ann-Christin Östlund

REDAKTIONEN

För att Kontakten skall komma ut till medlemmarna i tid, måste allt material som skall publiceras vara redaktionen tillhanda:

Senast den sista i varje månad

Ansvarig utgivare:

Kent Andersson

Redaktion:

Kansliet

Administratör:

Ann-Christin Östlund

Material till Kontakten skickas till:

Neuroförbundet Göteborg

Kontakten

Gruvgatan 8

421 30 Västra Frölunda

E-post: kontakten.gbg@neuro.se

Annonser:

Helsida 2 200 kr

halvsida 1 400 kr

1/3-sida 1 100 kr

1/4-sida 900 kr

1/8-sida 700 kr

Priserna är samma för färg och svart-vitt

Kansliet har semesterstängt

Från och med 23 juni, kl 12.00
och öppnar igen måndag 8 augusti.

Styrelsen & vi på kansliet
önskar alla våra medlemmar
en riktigt skön sommar!



Behöver du komma i kontakt med eller fråga något om
Strannegården ber vi dig kontakta Katarina direkt på telefon:
031-774 01 83 eller e-post: strannegarden.gbg@neuro.se

Senaste nytt angående kansliets flytt och föreningen

Den 5 maj gick flyttbilen till vårt nya kansli på Gruvgatan 8 och nu är personalen i full gång med att iordningställa den nya föreningslokalen. Vi ser fram emot att få hälsa er välkomna dit till hösten men före dess hoppas vi att redan den 29 maj få träffa er på D&J Strannegården då vi inviger vår nya pool som är klar för säsongen.

Kent Andersson,
ordförande



TIPS FRÅN KANSLIET

Lägenhet på Teneriffa – att låna!

Neuroförbundet Göteborgs medlemmar (i första hand du med MS-diagnos), kan ansöka om att låna den andelslägenhet på hotell Mar y Sol, som Greta Bernhardsson donerade till en av våra stiftelser.

Du kan ansöka om att låna lägenheten under en tvåveckorsperiod år 2023, vecka 6 och 7 eller 8 och 9.

Lägenheten är en "Studio" avsedd för 1-2 personer och du som söker kan ta med dig en person.

Du beställer själv din flygresa och övriga kringtjänster.

Sista ansökningsdag för lån av lägenheten är 1 oktober.

Gå in på hemsidan eller kontakta kansliet för ansökningsblankett och mer info: Tel. 031-711 38 04.

E-post: info.gbg@neuro.se Hemsida: www.neuro.se/goteborg

Välkomna!

Minnesord Margaretha Andersson

Margaretha Andersson, vår tidigare verksamhetschef, har lämnat oss efter en kortare tids sjukdom. Margaretha blev drygt 80 år gammal och avled den 26 april.

Vi är många som genom årens lopp lärt känna Margaretha som ansvarig på föreningskansliet, vän, kollega och en fantastisk förebild för oss som lever med neurologisk diagnos. Margaretha som växte upp i Jämtland fick tidigt i sitt vuxna liv diagnosen Myastenia Gravis (MG). En viktig vändpunkt blev den rehabilitering hon erbjöds på Treklöverhemmet i Ljungskile. Den erfarenheten gjorde att Margarethas hjärtefråga blev rätten till anpassad återkommande rehabilitering för personer med neurologiska diagnoser.

Margaretha anställdes 1988 som verksamhetschef på vårt kansli och gick i pension 2006. Första gången jag träffade Margaretha var för drygt 20 år sedan när jag som nybliven medlem ringde på dörrklockan hos Neuroförbundet Göteborg som då hette NHR. Margaretha såg att jag var vilsen med många frågor om livet. Hon tog hand om mig direkt, hade förmågan att lyssna och inspirera andra till en positiv livssyn. Hon fick mig att förstå att jag kunde bidra som en viktig resurs i föreningen. Det blev en vändpunkt för mig.

När någon avlider lämnar personen ofta ett stort tomrum efter sig. Det gäller i högsta grad Margaretha. Hon var med och startade MG-sektionen inom NHR 1979. Som verksamhetschef var hon spindeln i nätet som lämnade ovärderligt stöd till enskilda medlemmar och med stor entusiasm kämpade för de projekt och aktiviteter som Neuroförbundet har arbetat med under årens lopp. Som pensionär fortsatte hon att vara aktiv med flera förtroendeuppdrag. Hon var bl.a. vice ordförande i Stiftelsen Göteborgs MS-förenings Forsknings- och Byggnadsfond, aktiv styrelseledamot i Muskelfonden, Änggårdsstiftelsen och vår konstförening Konstarten. Våra tankar går till Margarethas familj.



Kent Andersson,
ordförande

REPORTAGE NEUROPROMENADEN

Neuropromenaden den 8 maj i Slottsskogen drog nästan 50 deltagare.

Kunde du inte vara med har du fortfarande chans att promenera ända till den 8 juni.

Gå in på vår hemsida så hittar du mer information.



Midsommarfirande på Strannegården

OBS! Fullsatt men det går bra att sätta upp sig på reservlista om någon avbokar.



Dag & tid: Fredagen 24 juni
kl. 13.00 – 16.00

Dagens aktiviteter: Traditionellt firande med god mat och roliga aktiviteter.

Anmälan: Direkt till Strannegården via e-post: strannegarden.gbg@neuro.se eller på telefon 031-774 01 83. Begränsat antal. **OBS!** Meddela eventuella matallergier.

Avgift: 150 kr för medlem och 200 kr för icke medlem. Förhandsbetala till bg 399-4001 eller med swish till 123 190 21 54 när du fått bekräftelse på att du fått plats. Märk betalningen "midsommar".

Valborgsfirandet



Solen sken. Flaggan var hissad. Gäster i feststämning anlände till lunch med den passande rätten "vårullar"!

Vi lät oss väl smaka och därefter var det dags för tipspromenad. Alla frågor handlade om våren. När elden var tänd samlades vi på rampen och sjöng in våren, ledda av bakgrundsmusik och vår duktige medlem Johan Wiking. Vi sjöng såväl "Vintern rasat ut", som "När lillan kom till jorden" och det var så vackert och gav en riktig känsla att: Nu har våren kommit! På kvällen avnjöts en god middag i matsalen. Några vinkade sedan farväl och några stannade och övernattade. Vi var alla överens om att detta skulle bli en tradition.

Vid tangenterna
Katarina Bäverstrand

OBS!
Enstaka platser kvar i sommar på Strannegården

21/6 Internationella ALS-dagen

Här hittar du kanske någon aktivitet eller information du letar efter.

Facebook grupp "Tillsammans mot ALS", LasseBrukarstöd www.lassekoop.se eller

Hjärnfondens hemsida www.hjarnfonden.se

DAGAR ATT UPPMÄRKSAMMA

SOMMAREN 2022

18/6 Internationella picknickdagen

23/7 Varmkorvens dag

9/8 Rulltårtans dag

ANNONS

Vill du delta i en forskningsstudie?

Vi söker dig som är mellan 18-65 år och lider av hjärntrötthet efter förvärvad hjärnskada (stroke/lindrigare stroke, traumatisk skallskada/ hjärnskakning, hjärn- och hjärnhinneinflammation) eller multipel skleros.

Syftet med kursen är en studie som undersöker om Hjärntrötthetskursen kan lindra symtomen och ge ökad förmåga att hantera livssituationen. I kursen ingår information om hjärntrötthet, sätt att hantera sina besvär samt meditationer.

Kursen ges i grupp vid 6 tillfällen med två veckors mellanrum i lokal i Göteborg. Mellan träffarna övar man på egen hand och gör meditationer och hemövningar som är ca 45 min/dag. Testningar görs före och efter kursen. Gäller även kontrollgruppen. En grupp lottas till Hjärntrötthetskursen och en grupp blir kontrollgrupp som fortsätter att göra som vanligt. Kontrollgruppen erbjuds kursen efteråt om önskemål finns. Forskningsprojektet är godkänt av Etikprövningsmyndigheten.

Vill du delta eller ha mer information om kursen kontakta: Birgitta Johansson, psykolog, specialist i neuropsykologi, docent vid Sahlgrenska Akademien och universitetssjukhus-överspsykolog vid Sahlgrenska Universitetssjukhuset

Telefon 031-342 5021 eller e-post: birgitta.johansson@neuro.gu.se

Borgen

Denna sektion är till för medlemmar boende i och omkring Kungälv

Medlemmarna träffas flera gånger per år och man tar då upp aktuella ämnen och har social gemenskap.

Dag & tid: Onsdagar kl 13.30

Tider för 2022

Vår:

15/6.

Sommaruppehåll!

Höst:

14/9, 19/10, 16/11 och 14/12.

Plats: Equmeniakyrkan,
Utmarksvägen 3, Kungälv.

Lena Larsson tel. 0702-71 50 55
och Lars-Gunnar Andersson
tel. 0705-94 45 72, hälsar nya och
gamla deltagare välkomna.

Är du rullstols- buren och vill börja motionera i grupp!

Rullegruppens filosofi bygger på fysisk träning för ökad självständighet och en aktiv fritid med en god gemenskap.

Träningen riktar sig till dig som använder rullstol, oavsett diagnos, ålder och erfarenhet. All träning sker efter egen förmåga, ork och kraft.

Vi erbjuder regelbundna tränings-
träffar både ute och inne – året
om!

Varje torsdag tränar vi på Kviberg i Pjäshallen kl. 18.00 – 20.30

Vid frågor kontakta oss via e-post:
rullegruppengoteborg@gmail.com

Följ oss gärna via Instagram:
rullegruppengoteborg



Foto: Mikael Hjertqvist



BUSSRESA

Vättern runt 10 - 12 juni

Det finns ett fåtal platser kvar -
tyvärr ej någon rullstolsplats.



Resans preliminära schema:

10 juni

08.00 Avresa från Gruvgatan 8, Göteborg
10.00-11.00 Kaffe hos Rudenstams i Husqvarna
12.00 Ankomst till Omberg och sedan
strandvägen till Vadstena
13.00 Lunch på Klosterhotellet i Vadstena
Promenad i Vadstena
16.00 Avresa mot Karlsborg
17.45 Ankomst Hotell Wettern
19.30 Middag på hotellet

11 juni

Besök på Armémuseet
Lunch alternativt utflyktskorg
Besök i Tiveden, utsiktsplats Vättern
På eftermiddagen glass vid kanalen i Karlsborg
19.00 Middag på hotellet

12 juni

10.00 Avresa från hotellet
10.30-11.00 Rundresa i trästaden Hjo
11.30-13.00 Rundtur hos bisonoxarna i Gate
13.00 Lunch på Bisonfarmen Gate
14.00 Avresa till Göteborg
15.30-16.15 Fikastopp på Boråstorpet. Rastplats
vald till Sveriges vackraste härom
året.
17.30 Ankomst Göteborg

Pris: 3 000 kr medlem. Icke medlem 4 000 kr.
Betalas till föreningens plusgiro 1 21 30-1 när du fått
din plats bekräftad. Märk betalningen "Vättern".

Anmälan: till Madeleine på kansliet,
e-post: madeleine.gbg@neuro.se eller
tel. 031-711 38 04.

Lilla Amundön

Lilla Amundöns bad är för personer med funktionsnedsättning. Badet ligger i Askim i södra Göteborg och här finns både ett friluftsbad och en varmvattenbassäng.

Badet öppnar 1 juni och stänger 31 augusti

På området finns en 25 meters tempererad saltvattenbassäng som är ca 32 grader och ett friluftsbad, båda utrustade med hjälpmedel för att komma ner i vattnet.

För att komma in på badet behöver du en personlig nyckelbricka som du kan köpa efter uppvisande av giltigt intyg ifrån läkare eller sjukgymnast. Du kan även visa upp ditt parkeringstillstånd.

Det finns tillgång till solsängar, plaskbassäng, värdefack, hjälpare från Ågrenska stiftelsen m.m.

I huvudbyggnaden finns omklädningsrum, café/restaurang mm.

För att ta sig till badet kan du till exempel åka buss 82 eller 158 mot Brottkärr. Hållplats Lillövägen.

Mer information finns på www.goteborg.se
Sök på Lilla Amundön.



Foto: David Eng

AKTIVITETER TILL HÖSTEN



Neuroförbundet Göteborg firar att föreningen fyller 70 år den 8/10 med en Jubileumsfest.

Skriv in datumet i din kalender redan nu.
Anmäla dig kan du göra tidigast den 1/8 och då endast via länk på vår hemsida.



Idrottsaktiviteterna startar i september:

- Rullstolsdansen: 5/9
- MS-Gympan: 7/9
- Högsbobadet: 9/9
- NMD-Badet: Info kommer

Andra aktiviteter som är planerade:

- MS-Café: 13/9
- Trivselpromenaderna: 16/8
- Neuroveckan: 26/9 - 29/9
- Jubileumsfesten: 8/10



Mer information kommer i nr 6 av Kontakten och på vår hemsida efter sommaren.

När du tar kontakt med kansliet på Neuroförbundet Göteborg är det oss du möter.

Neuroförbundet Göteborg
Gruvgatan 8
421 30 Västra Frölunda

Telefon: 031-711 38 04
E-post: info.gbg@neuro.se
Hemsida: neuro.se/goteborg

Kansliet har öppet måndag - torsdag mellan kl. 10.00 - 15.00
Stängt för lunch mellan kl. 12.00 - 13.00

Våra telefontider: måndag - torsdag 10.00 - 12.00 och 13.00 - 15.00



Madeleine Kyllerfeldt

Det här arbetar jag med på kansliet: Min uppgift är att planera verksamheten och hålla i personalfrågor, arrangera möten och konferenser, söka bidrag till föreningen, arrangera studiebesök och resor. Jag har även hand om gästbeläggningen på Strannegården och är med och planerar verksamheten där. Jag deltar i föreningens styrelsearbete och sitter med i styrelsen för ett flertal olika stiftelser.

På min fritid brukar jag: Laga mat, sönerna brukar uppskatta en lunchlåda till jobbet då och då. Sport har alltid varit ett stort intresse, framför allt fotboll och ishockey. I övrigt tycker jag om att simma, promenera, läsa och lyssna på musik.



Ann-Christin Östlund

Det här arbetar jag med på kansliet: Jag sätter vår medlemstidning Kontakten och uppdaterar vår hemsida. Fotograferar till tidning och hemsida. Uppdaterar broschyrer och blanketter med mera.

På min fritid brukar jag: Umgås med familj och vänner. Gillar att baka och laga mat. Tycker det är roligt att sticka, virka, måla, fotografera och fixa i trädgården.



Caroline Persson

Det här arbetar jag med på kansliet: Jag arbetar på Råd & Stöd-verksamheten Kompassen. Där hjälper jag medlemmar genom stödsamtal, information kring rättigheter, ansökningar, överklagningar och annat som rör diagnos och livssituation.

På min fritid brukar jag: Umgås med min sambo, vänner och familj. Annars tycker jag om att vara ute och promenera och njuta av naturen, läsa böcker och att fotografera.



Teresé Antonsson

Det här arbetar jag med på kansliet: Jag jobbar med föreningens ekonomi, sköter bokföring, löner, fakturor och liknande. Jag ansvarar även för föreningens idrottsaktiviteter, dess planering, ekonomi och administration. Utöver detta är jag ledare på rullstolsdans.

På min fritid brukar jag: Jag har många olika intressen. Tävlingsdans, Medeltidsveckan, tårtdekoration och så självklart katterna. Jag behöver ha många bollar i luften för att må bra även om kanske inte kroppen alltid håller med om den saken.

POSTTIDNING B

Avsändare: Neuroförbundet Göteborg
Gruvgatan 8
421 30 Västra Frölunda

Kansliet

Adress Gruvgatan 8
421 30 Västra Frölunda
Telefon 031-711 38 04
E-post info.gbg@neuro.se
Hemsida neuro.se/goteborg
Plusgiro 1 21 30-1
Bankgiro 5416-5840
Swish 123 237 30 66
Öppettider Mån-tors, kl. 10-15
Telefontid Mån-tors, kl. 10-12, 13-15

Kanslipersonal

Madeleine Kyllerfeldt
Caroline Persson
Teresé Antonsson
Ann-Christin Östlund

Kompassen

Caroline Persson
E-post kompassen.gbg@neuro.se

Kontakten & Hemsidan

Ann-Christin Östlund
E-post kontakten.gbg@neuro.se

Annonser & material

Kontakta kansliet

Tryckeri At Event Sweden AB

Strannegården

Adress Jojos väg 33
439 31 Onsala
Telefon 031-774 01 83

Neuroförbundet Borgen

Lokalavdelning i Kungälv

Lena Larsson 0702-71 50 55
Lars-Gunnar Andersson 0705-94 45 72

Neuroförbundet Västra Götaland

Adress Kapellevägen 1 A
451 44 Uddevalla
Telefon 0793-37 10 08
E-post va-gotaland@neuro.se



Styrelsen 2022

Ordförande	Kent Andersson	0708-88 03 10
Vice ordförande	Sara Ekström	
Kassör	Michael Ahlberg	0709-66 51 52
Ledamot	Tor Farbrot	
	Lars Blomqvist	0768-52 15 43
	Mattias Lärk	0735-26 56 06
	Margaretha Sahlin	0709-81 54 63

Suppleanter Erik Dahlström
Hedvig Mannius

Adjungerad sekreterare Madeleine Kyllerfeldt

Valberedningen Sara Ekström
Madeleine Kyllerfeldt
Margareta Svensson

Kontaktpersoner för olika diagnoser

(För övriga diagnoser - kontakta kansliet.)

CP	Daniel Lindstrand	
Migrän	Gunnel Mikaelsson	0702-31 77 14
MS	Mattias Gustavsson	
Myositer	Lena Hellman	031-15 26 89
Narkolepsi	Lois Bisjö	0709-26 18 80
NMD	Eva Östholm	
Parkinson	Roar Vik	0734-33 16 66
Polyneuropati (CIDP)	Mikael Fognäs	mikael.fognas@neuro.se
SMA	Lars Blomqvist	0768-52 15 43
Spasmodisk dysfoni	Gunilla Koch	0739-55 45 80

MS, övriga språk

Spanska, Italienska, Engelska samt alla språk från tidigare Jugoslavien

Kontaktperson Desirée Chalmers

Förbundskansliet

Besöksadress Neuroförbundet, Ågatan 12 C, 172 62 Sundbyberg
Postadress Box 4086, 171 04 Solna
Telefon 08-677 70 10
E-post info@neuro.se
Hemsida www.neuro.se

För övriga kontaktuppgifter, kontakta kansliet



För dig som inte redan är medlem i Neuroförbundet

Bli medlem i Neuroförbundet Göteborg och ta del av allt vi har att erbjuda!

Årsavgiften 2022 är 360 kr för medlem med eller utan neurologisk diagnos. För anhörig/närstående till fullbetalande medlem är avgiften 180 kr. Vid frågor kontakta kansliet tel 031-711 38 04 eller e-post: info.gbg@neuro.se

Bli medlem via www.neuro.se. Om du blir medlem i september-december gäller avgiften för nästkommande år.

Stötta gärna

Muskelfonden

Insamlingsstiftelsen Forskningsfonden för Neuromuskulära Sjukdomar, tel 0736-72 08 24
Plusgiro: 90 08 39-2 Swish: 9008392

Stiftelsen Göteborgs MS-förenings Forsknings & Byggnadsfonder

Vill du skänka en gåva till vår lokala MS-forskning
Plusgiro: 1 21 30-1