

# MEDLEMS-NYTT

## INNEHÅLL

• Ledare	2
• Caféträff	3
• Extra kongress	3
• Neurodagen	
- Neuro på CSK	4
- Föreläsning	4
- Caféträff	4
• Medlemsmöte	5
• Caféträff	5
• Inställt	5
• Rapporter	6-7
• Ungdomsgrupp	8
• Kontaktpersoner	8
• Kondoleanser	8
• Resurscentrum	8
• Ridterapi	9
• Träning	9
• HSO-dagen	9
• Anslagstavlan	10

Tips och idéer om utskicket kan skickas till kansliet.

Foto: Jan Alexandersson  
Eva Eiler  
Frida Ingemarsson  
Linda Stöberg  
Susanne Tågmark

Vill du annonsera i Neuro Karlstad med omnejds medlemsblad hör av dig till vårt kansli:

054-18 92 54



Foto: Frida Ingemarsson SVT

Äntligen är höstterminen på gång! Hoppas samtidigt att ni har haft en skön sommar! Vi startar terminen med en caféträff på Café Haga, för att sedan ladda batterierna med aktiviteter kring Neurodagen den 28 september: såväl ett besök på CSK, som en föreläsning om hjälpmedel och en caféträff på visningsmiljön på Resurscentrum. Till medlemsmötet i oktober har vi sedan bjudit in Parasport Värmlands Lena Käld Palmer och Jan Thorin, som kommer och berättar vad de har att erbjuda. November månads caféträff - framåtflyttad liksom oktober månads - blir förhoppningsvis en träff med Funktionsrätt Värmlands fd ordförande Ann-Marie Johansson.

Våra aktiviteter sker i samarbete med studieförbundet



Hej på er igen!



Nu är det dags att börja höstterminen. Det känns inte som höst än, för idag är det varmt och kvalmigt. Men hoppas att ni har haft en bra sommar i alla fall.

Den länsgemensamma aktiviteten gick denna gång till Arvika. Där fick vi välja mellan Rackstadmuséet och Fordonsmuséet och båda var lika uppskattade. Därefter samlades vi vid Stadshotellet för gemensam lunch.

Våravslutningen ägde rum ute i Lillängshamnen på Hammarö. Fin meny med mycket god mat att välja på. Ramp fanns, så vi passade på att testa deras handikappvänliga nyutbyggda terrass. Det fanns även fin handikapptoilet, snygg och fräsch. Lillängshamnen kan rekommenderas.

Det var meningen att vi skulle göra en sensommarresa med buss till Fryksdalen och besöka Sahlströmsgården, njuta av de vackra omgivningarna och luncha. Men tyvärr blev den resan inställd pga. för få anmälningar, så vi får flytta den till ett annat tillfälle.

Vill slutligen uppmana er alla att göra era röster hörda på valdagen den 11 september! Har ni annars något ni funderar över eller har ni några idéer som ni vill att vi ska ha med i vår verksamhet så maila eller ring oss. E-postadress och telefonnummer finns på sista sidan i detta utskick!

Ni är alla välkomna till våra möten/träffar i höst. Hoppas vi kan hjälpas åt och göra vår verksamhet bättre och kan föra vårt budskap vidare till såväl nya och som gamla medlemmar.

Väl mött!

Med vänliga hälsningar

Gunilla Johansson / Ordf.

Vill bara skicka med en hälsning till min kollega Eva, som går i pension i höst:

Tack för alla dagar då du underlättat jobbet här på kansliet på alla sätt!

Det kommer att bli tomt efter dig, men vet ju att vi kan hoppas på att du kommer tillbaka för ”gästspel” i samband med t.ex. utskick.

Som ni förstår kan öppettider och telefontider komma att förändras något då vi istället för två personer blir en, men hur det exakt blir återkommer vi med senare.

Susanne Tågmark

## Aktiviteter

### Caféträff

Vi tar en promenad till Café Haga en bit från oss på kansliet! Vi går tillsammans från Norra Kyrkogatan och till kaféet som ligger nära Hagatorget, där "Elviscaféet" tidigare låg. Glöm inte att meddela det om du tar dig direkt dit, så att vi inte står och väntar på dig!

**Dag:** onsdag 7 september

**Tid:** kl. 14.00 - 16.00

**Plats:** Nygatan 8, Karlstad

Anmälan till kansliet på tel. 054-18 92 54 alt. e-post [karlstad@neuro.se](mailto:karlstad@neuro.se) senast 5/9!



### Extrakongress 5 - 17 september 2022

På denna digitala extrakongress lyfts frågor utifrån, den i våras, gjorda organisationsöversynen, vilket med andra ord kommer att inkludera stadgar och medlemsformer. "Vi kommer tillsammans fatta kloka beslut som stakar ut en ny väg in i framtiden - mot ett Neuro", som det står på Neuros hemsida.

Som lite bakgrund kan sägas att "Neuros organisationsöversyn har pågått under åtta månader och i nära dialog med föreningsliv och medlemmar. Över 75 % av föreningarna och närmare 90 % av länsförbunden har medverkat på en eller flera mötesplatser under översynen." [neuro.se](http://neuro.se)

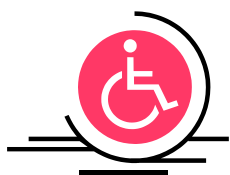
Eventuella förändringar gällande medlemskap och medlemsavgifter kommer i så fall träda i kraft från och med 2024 och de flesta av eventuella förändringar som kommer att röstas fram kommer då att utvärderas till kongressen 2025.

Plenum genomförs digitalt i kongressverktyget under lördagen den 17 september med start klockan 09.00 och vi i lokalföreningen Neuro Karlstad med omnejd har två ordinarie ombud samt två ersättare.

# NEURO

### Röstningsperioden närmar sig och det finns många olika sätt att rösta i valet 2022:

Vid budröstning ska väljaren själv göra i ordning sin röst genom att lägga en valsedel för varje val i ett valkuvert och stänga kuverten. Valkuvertet ska läggas i ett särskilt ytterkuvert. Förutom budet behövs ett vittne som kan intyga att allt gått rätt till. Vittnet ska ha fyllt 18 år. Material för budröstning kan du hämta i alla röstningslokaler eller beställa från Kontaktcenter på telefon 054-540 12 92 (under röstningsperioden 24 augusti–11 september). Gäller Karlstads kommun, men du som bor i annan kommun kan beställa material från din kommun. Om du inte känner någon som kan vara bud eller vittne åt dig, eller om du behöver hjälp med att göra i ordning din röst, kan din kommun ordna att röstmottagare kommer hem till dig. Kontakta Kontaktcenter på 054-540 00 00 (knappval 4). Gäller också Karlstads kommun.



## Årets aktiviteter för Neurodagen planerade!

Då årets Neurorapport handlar om hjälpmedel kommer våra aktiviteter i anslutning till Neurodagen också ha detta tema! Vi avser att ordna såväl en föreläsning, som en café-träff i anslutning till Neurodagen. Vi hoppas också att kunna finnas på CSK en dag i vecka 39. Om smittspridningen ökar kan dock situationen bli annorlunda.

### Neuro på CSK

Nu efter år med pandemi hoppas vi åter kunna stå på Centralsjukhuset i Karlstad och informera om föreningen i anslutning till Neurodagen.

**Dag: torsdag 29 september**  
**Tid: kl. 10.00 - 15.00**  
**Plats: Entrén, Rosenborgsgatan 9, Karlstad**

---

### Föreläsning om hjälpmedel

Vi får besök av Birgitta Bjerre, hjälpmedelskonsulent från Hjälpmedelsservice Region Värmland och Caisa Gran, legitimerad arbetsterapeut från Karlstads kommun, som kommer och berättar om vilka hjälpmedel som finns och om hur du får tillgång till dessa, vilka hjälpmedel kan förskrivas och vilka får du köpa själv, osv.

**Dag: tisdag 4 oktober**  
**Tid: kl. 18.00 - 20.00**  
**Plats: Rosenbadsgatan 2, Karlstad**

Anmälan till kansliet på tel. 054-18 92 54 alt. e-post [karlstad@neuro.se](mailto:karlstad@neuro.se) senast 26/9!

---

### Caféträff Resurscentrum

Ni som är intresserade av visningsmiljöerna på Resurscentrum kan komma med oss på ett studiebesök veckan efter föreläsningen. Vi fikar också tillsammans!

Läs mer [här!](#)

**Dag: onsdag 12 oktober**  
**Tid: kl. 14.00 - 16.00**  
**Plats: Rosenbadsgatan 2, Karlstad**

Anmälan till kansliet på tel. 054-18 92 54 alt. e-post [karlstad@neuro.se](mailto:karlstad@neuro.se) senast 10/10!

## Medlemsmöte

Vi har bjudit in Lena Käld Palmer och Jan Thorin, Parasport Värmland, till oss för att få veta lite mer om dem och vad de har att erbjuda våra medlemmar. Kanske var du med på Prova-på-dagen som arrangerades på Sundsta i våras och blev intresserad.

Läs mer [här!](#)



**Dag:** onsdag 19 oktober  
**Tid:** kl. 17.30 - 19.30  
**Plats:** Norra Kyrkogatan 4, Karlstad

Anmälan till kansliet på tel. 054-18 92 54 alt. e-post [karlstad@neuro.se](mailto:karlstad@neuro.se) senast 17/10!

## Caféträff

Liksom oktober månads caféträff blir även november månads träff framåtflyttad några dagar. Vi hoppas på att få besök av Ann-Marie Johansson (tidigare ordförande i Funktionsrätt Värmland) som berättar om barnhemmet på Sri Lanka, som hon och vår tidigare ordförande Gunilla Ström Ericsson var engagerade i.

**Dag:** onsdag 9 november  
**Tid:** kl. 14.00-16.00  
**Plats:** Norra Kyrkogatan 4, Karlstad

Anmälan till kansliet på tel. 054-18 92 54 alt. e-post [karlstad@neuro.se](mailto:karlstad@neuro.se) senast 7/11!



Som ni ser blev båda våra resor som var planerade i höst inställda, men vi hoppas på att kunna återkomma nästa år! Även så med resor planerade i våras.

Förhoppningsvis har rädslan för covid-19 och nya utbrott av sjukdomen lagt sig något så att intresset för våra medlemsresor blir så stort att vi kan komma iväg.

Att åka iväg med en stor buss med endast ett fåtal resenärer känns inte försvarbart i dessa tider då kostnader för klimat och energi blivit frågor som ständigt är på tapeten.

Hoppas på er förståelse!

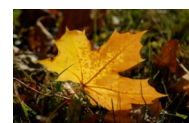




Bild: ClipArt

### Caféträff 4 maj

Vi tog en vårpromenad till Café Norrstrand via Gamla stenbron och provade deras utbud. Några tog t.ex. en av vårens första glassar, då det erbjöds smaklig italiensk glass. Det var, slutligen, trevligt att se några nya ansikten! Ni är hjärtligt välkomna tillbaka!

Susanne Tågmark

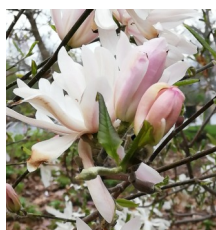


Foto:  
Susanne Tågmark

### Fysisk Neuropromenad 11 maj

Vi tog ännu en vårpromenad, men denna gång på Sandgrundsudden och tittade på de blommande magnoliorna. Vi samlade samtidigt in några kronor till neurologisk forskning, då promenaden var en del av arrangemanget Neuropromenaden. Vi avslutade sedan med en liten fika på Bibliotekscaféet.

Susanne Tågmark



Bild: pixabay.com

### Teckenspråk 18 maj

”Den 14 maj 1981 erkände Sveriges riksdag teckenspråket som dövas första språk. Sverige blev då det första landet i världen att göra det.” [www.svt.se/nyheter](http://www.svt.se/nyheter)

Vi fick besök av Susanna Lindgren och Anna Eriksson från Värmlands dövas länsförening som berättade mer, ”Sanna” på plats hos oss på Norra Kyrkogatan och Anna med digitalt från Säffle. Med en dövtolk på plats hos oss och med en digitalt med från Kristinehamn kunde vi sedan genomföra det intressanta mötet på bästa sätt.

Susanne Tågmark



Foto: Eva Eiler

### Vårresa till Arvika 21 maj

Neuro Värmlands länsförening bjöd även i år in lokalföreningarnas medlemmar till en gemensam aktivitet. Årets resa gick till Arvika och besökarna fick välja mellan ett guidad besök på Rackstadmuséet eller Fordonsmuséet. Museibesöken inleddes kl. 11.00 och varade i ca 2 timmar. Därefter bjöds medlemmarna på lunch, vilken intogs på Scandic Arvika (Stadshotellet). En mycket lyckad tillställning enligt de flesta deltagarna.

Eva Eiler



**Lise Lidbäck, förbundsordförande för Neuro, går från plats 35 till plats 27 på Dagens Medicins lista över personer med mest makt i Vårdsverige. [neuro.se](http://neuro.se)**

## Caféträff Stadsträdgården 1 juni

Vi gick ännu en promenad - den här gången i Stadsträdgården och passade samtidigt på att ta en fika tillsammans, då caféet i parken öppnade precis den 1 juni när vi var där. Lindhés bageri och konditori i Viken hade nämligen en "filial" där under sommaren! Uppslutningen var inte lika stor som vid tidigare träffar i Stadsträdgården av olika orsaker, men vi som var där njöt av grönskan, bakverk och varandras sällskap!

Susanne Tågmark

## Våravslutning Lillängshamnens fiskrökeri 15 juni

I år beslutade vi att ha våravslutningen vid Lillängshamnens fiskrökeri på Hammarö. Vi som anmält oss samlades utanför och beundrade omgivningarna och gick sedan in. Där kunde vi sitta på en mysig terrass med tak och utsikt över Vänern. Här åt vi en mycket god måltid + dessert. En solig och mycket trevlig avslutning blev det.

Eva Eiler



## Parasportförbundets prova-på-dag

Den 21 maj bjöd Parasportförbundet in till en prova-på-dag i Karlstad. Under dagen kunde man testa olika parasporter, träffa utställare och komma i kontakt med olika föreningar. Speciellt för i år var att man på kvällen kunde följa med till Teburu och träffa världsmästaren i parabiljard och själv testa att spela.

Några aktiviteter man kunde få prova på var tennis, dans och karate och bowling. Det fanns även möjlighet att provköra olika eldrivna påhängscyklar till rullstolen eller en zoomability som är ett elektriskt terränggående fyrhjuligt fordon.

Evenemanget var mycket välbesökt och att aktiviteterna var populära kunde man se på de många leende människorna som väntade på sin tur att få testa de olika aktiviteterna.

Linda Stöberg



Foto: Linda Stöberg



## Ungdomsgrupp – planerna ligger på is!

Planerna att starta en ungdomsgrupp ligger för närvarande på is! Känns det ändå intressant - hör av dig på 054-18 92 54 alt. [karlstad@neuro.se](mailto:karlstad@neuro.se) till kansliet, så kan vi förmedla en kontakt med Cecilia Berg. Hon har startat en sluten Facebook-grupp, som nu heter "Neuroförbundets ungdomsgrupp för Karlstad med omnejd" (kan förändras i framtiden). Kanske kan det bli några träffar IRL, dvs i verkliga livet, nu när pandemin har lugnat ner sig?



## Vi efterlyser än en gång kontaktpersoner till föreningen!

Vi behöver, som vi tidigare har poängterat, kontaktpersoner ute i alla kommuner, som ingår i vår lokalförening, personer som har öron och ögon öppna för våra frågor och vi saknar fortfarande en person. Du som finns i Kil hör av dig och kontakta oss, för nu är det bara hos er vi saknar kontaktperson.

**Vill du göra en god gärning? Hör av dig!** Du kan ringa eller mejla: tel. 054-18 92 54 alt. [karlstad@neuro.se](mailto:karlstad@neuro.se).

## Kondoleanser

Ring endera direkt till Neuro Karlstad med omnejd på 054-18 92 54 och betala in valfritt belopp (min 100 kr) på Bg 5559-8213, så sänder vi en minnesadress till den avlidnes bår. Vi tar inga administrationsavgifter, utan beloppet går oavkortat till Neuro Karlstad med omnejds verksamhet.

Du kan också lämna minnesgåvor genom [www.neurogavan.se/gava/minnesgava/](http://www.neurogavan.se/gava/minnesgava/), men då går pengarna till Riksförbundet i Stockholm.



## Resurscentrum öppnar upp mer och mer för aktiviteter

**Restaurangen är fortfarande öppen för lunch varje dag kl. 12.00-13.30**

**Hur det blir med aktiviteter är fortfarande oklart! Kontakta dem om du vill veta mer!**

**Ring växel 054-540 00 00**

**Anhörigstöd, Rosenbadsgatan 2, 652 26 Karlstad**

[Här finns menyn!](#)



## Är du intresserad av ridterapi?

Ridterapi tränar stabilitet, styrka, koordination och kroppskänedom och vi har under många år kunnat erbjuda våra medlemmar att ta del av denna verksamhet. Ridterapi hos ridterapeut Daliah Longrée på lördagarna ligger dock nere - kontakta Daliah och hör när det börjar! Tycker ni att vi ska söka pengar för att subventionera ridterapi?

Du kan kontakta Daliah genom att **ringa eller SMS:a till 076-5766484 eller skicka e-post till karlstad.fysioterapi@gmail.com** om du vill vara med på detta eller annan träning. Daliah Longrée anordnar även gruppträning för koordination, balans och styrka. Gruppen utförs inom ramen för landstingets högkostnadsskydd.



Daliah Longrée

Foto:

Jan Alexandersson

## Träning

Egenträning på f.d. Livskraft tisdag f.m. och fredag f.m. företrädesvis. På tisdagar är det även gruppträning för seniorer, dvs. för alla som tycker det är lämplig träning (varierade pass). Livskraft ingår numera i gymkedjan [Nordic Wellness](#) tel. 010-1555322.

### Rehabbadet ht 2022

**Sundsta badhus** v. 37-49 (stängt v. 44):

Tisdagar från 13/9 - 6/12 Tid: 14.15 - 15.15

Onsdagar från 14/9 - 7/12 Tid: 18.00 - 18.45 (platser kvar!)

**CSK Rehabbadet** v. 38-49 (Inga platser kvar!)

Måndagar från 19/9 - 5/12 Tid: 17.00 - 18.00 Tid: 18.00 - 19.00 Tid: 19.00 - 20.00

**Anmälan** till kansliet på telefon 054-217474 onsdagar kl: 12.00 - 14.30

**Kostnad** för 1 termin är 300 kr.

Betalas efter anmälan, som endast sker via telefon. Bankgiro eller Swish



NORDICWELLNESS  
SINCE 2007

Reumatiker  
förbundet

KARLSTAD

## HSO-dagen 17 juni

I strålande sol (naturligtvis!) samlades olika föreningar på Stora torget i Karlstad, för att träffa politiker och "vanligt folk". Från vår lokalförening kom Gunilla Johansson, Linda Stöberg och undertecknad.

Det var en mycket intressant och givande dag. Många givande samtal, med folk som kom till vårt bord. Vi som satt där gjorde reklam för Neuroförbundet och vår lokalförening. Vi berättade om vad man får för sin medlemsavgift: "billigare än en krona dagen" - hittade jag på. Så vi fick 2 nya medlemmar för det - hoppas jag! Sedan kom det politiker som Niklas Wikström, Liberalerna, Karlstad då blev det prat om tillgängligheten och rehabilitering, två ämnen som ligger mig varmt om hjärtat. Sedan kom Sophie Janulf och Marie Höggvist, Centern, Sunne.

Samma samtalsämnen där. Linda Stöberg lockade dem att åka rullstol med henne, på torget. De gick med på en tur, de gick också med på att jag skriver om dem här och publicerar deras foto: På bilden är Marie Höggvist, Centern, Sunne, Gunilla Johansson, ordf., Linda Stöberg, ledamot i styrelsen och Sophie Janulf Centern, Sunne.

Ja det var en mycket givande och intressant dag.

Höll i pennan och fotograferade gjorde jag, Ann Augustsson



Foto: Ann Augustsson

## Anslagstavlan

### Medlemsavgift

2022

- Huvudmedlem 360:-
  - med eller utan neurologisk sjukdom/skada
  - får tidningen "Reflex" - alt. kan betalas med autogiro 30:-/mån
- Närstående medlem 180:-
  - får inte tidningen "Reflex"
  - man behöver inte bo i samma hushåll för att anses som närstående MEN man måste ha en huvudmedlem som man knyter sitt medlemskap till

# NEURO

### KANSLIET

är bemannat\*  
mån. - fre. med tel.  
tid mån & fre. kl.  
10-12, tis. kl. 13-16  
samt ons. & tors.  
kl. 10-12 och kl. 13-  
15. Du kan dock  
ringa hela dagarna.  
När ingen är inne  
kan du lämna ett  
meddelande på  
telefonsvararen.  
Du kan också ringa  
till HSO Karlstad på  
tel. 054-18 66 00.

\* Vi arbetar hem-  
ifrån fredagar, men  
du kan ringa som  
vanligt!



Nästa utskick  
beräknas ske i  
november.  
Hör av dig till vårt  
kansli om du vill få  
något infört!

### Stöd din favoritförening - PRENUMERERA på Bingolotto!



Teckna prenumeration på  
brons, silver eller guldbingo. Ring Folk-  
spel på tel. 0771-440 440 el. gå in på  
[bingolotto.se](http://bingolotto.se)

### Aktuella internationella årsdagar för neurologiska diagnoser o.dyl.

- Narkolepsidagen 22 sept
- Ataxidagen 25 sept
- Neurodagen 28 sept
- CP-dagen 6 okt
- Afasidagen 10 okt

### Medlems-nytt per e-post?

Vill du få utskicket via datorn? Portokostna-  
den ökar och vi tänker på miljön, men natur-  
ligtvis kommer ni fortfarande att kunna få  
Medlems-nytt via vanlig post om det är ett  
alternativ som passar er bättre. Ni som där-  
emot vill ha utskicket per e-post behöver  
bara skicka in er e-postadress till karlstad@  
neuro.se, så ordnar vi det.

En aktuell e-postadress behövs också för att  
kunna ta del av de nyhetsbrev som Riks  
skickar ut, liksom andra utskick från oss i  
lokalföreningen.

### RC-Appen - nu helt rikstäckande!

Ring 054-18 92 54  
alt. skicka e-post på  
karlstad@neuro.se,



så lägger vi undan önskat antal till er!

RC-appen är en app bestående av unika er-  
bjudanden i form av köp 2 betala för 1. Det-  
ta innebär att den som använder erbjudan-  
dena kan äta för ½ priset. I varje app finner  
man erbjudanden i form av allt från frukost-  
buffé, dagens lunch, a'la carte, fast food,  
café m.m. Appen innehåller även erbjudan-  
den för shopping, aktiviteter, tjänster m.m.  
från flertalet av de mest kända företagen  
och butikskedjorna med upp till 50% rabatt.  
Köp sedan en aktiveringskod av din förening.  
Varje köpt kod går att aktivera på fyra tele-  
foner samtidigt! Alla appanvändare får ock-  
så tillgång till alla erbjudanden i hela Sveri-  
ge. Dessutom erbjuder RC-appen 1000-tals  
rabatter från Onlinerabatt.se

### Skulle du vilja få hembesök av oss?

Nu när covid-19-situationen är lugnare och vi  
är vaccinerade gör vi åter ett försök att erbjuda  
hembesök om du skulle vara intresserad.  
Hör bara av dig till kansliet, så gör vi upp en  
tid!

Hälsningar Susanne och Eva på kansliet.

Gå in och se vad som sker  
på vår Facebook-sida och  
gilla gärna sidan!



Neuroförbundet Karlstad med omnejd, N:a Kyrkog. 4, 652 24 KARLSTAD  
tel.: 054-18 92 54 mobil: 073- 847 76 82  
e-post: karlstad@neuro.se bg 5559-8213 Swish 123 534 50 95

# NEURO