

# MEDLEMS-NYTT

## INNEHÅLL

- Ledare 2
- Färdtjänst 2
- Årsmöte 3
- Caféträff 4
- Rullstolsdanser 4
- Om barnhemmet 4
- Rapporter 5
- Inbjudan till resa 6
- Kontaktpersoner 6
- Kondoleanser 6
- Inbjudan projekt 6
- Träning 7
- Resurscentrum 7
- Anslagstavlan 8

Tips och idéer om utskicket kan skickas till kansliet.

Foto: Kristin Savela  
Susanne Tågmark

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

054-18 92 54



Foto: Kristin Savela

Vårterminen har redan börjat men fortsätter nu med årsmöte den 22 februari! Önskar du ta del av årsmöteshandlingarna före årsmötet så hör av dig, för vi kommer inte att lägga ut dem på hemsidan som tidigare har sagts! Vi fortsätter sedan med caféträffar och ett antal rullstolsdanser. Vi får bland annat en ny chans att lyssna på Ann-Marie Johansson när hon berättar om hennes och Gunilla Ström Ericssons arbete med barnhemmet på Sri-Lanka. Vidare erbjuds som sagt ett antal rullstolsdanser i samarbete med Kils Parasportförening, där alla är välkomna, så hjälp oss sprida så att alla som vill kan komma!

Våra aktiviteter sker i samarbete med studieförbundet



## Hej på er igen!



God fortsättning på det nya året 2023.

Hoppas att ni har haft en härlig ledighet nu i Jul och Nyårshelgen.

Senaste veckan har det varit fint väder med sol, en del snö och minusgrader.  
Härligt vinterväder.

Så nu drar vi igång Vårterminen. Hoppas vi kan göra en del av förra årets tänkta aktiviteter men som blev inställda.

ÅRSMÖTET äger rum nu 22 februari 2023 kl; 17.30-20.00 på Norra Kyrkogatan 4 i KARLSTAD, Hjärtligt Välkomna!

Det kommer mer information om vad som händer hos NEURO Karlstad med omnejd i detta utskick.

Har ni några önskemål om vad ni vill att vi ska ta upp på våra caféträffar eller på våra medlemsmöten så hjälp oss gärna med olika uppslag.

Skicka gärna in era förslag på vår e-postadress: [karlstad@neuro.se](mailto:karlstad@neuro.se)

Väl mött till vårens aktiviteter!

Med vänliga hälsningar

Gunilla Johansson/ Ordf.

Många av er som åker Färdtjänst har säkert varit med om att resan inte blev som ni hade tänkt er:

- Chauffören har inte gett er den service som ska ges
- Chaufförens klädsel
- Chauffören är stressad, är slarvig när ni behöver hjälp in bilen/bussen

### SYNPUNKTER/SAMRES

Här kommer ett telefonnummer som Ni kan ringa om det är något Ni är missnöjda med er resa. Var inte rädda att ringa och berätta om ni inte är nöjd med resan. De vill att vi ska berätta om det är något som är fel. SAMRES ringer upp leverantören och berättar vad som inte stämmer Och då talar han med chauffören och hör hans version på det hela.

Be ALLTID att få en Återkoppling till dig.

Telefonnumret är: 016-542 56 66

## Årsmöte 2023

Äntligen hoppas vi på att kunna ha ett normalt årsmöte igen! Vi bjuder sålunda på smörgåstårta och kanske blir det även någon form av underhållning!

**Tid: kl. 17.30 - 20.00**  
**Dag: onsdag 22 februari**  
**Plats: Norra Kyrkog. 4, Karlstad**

Anmälan till kansliet på tel. 054-18 92 54 alt e-post karlstad@neuro.se senast 15/2!

### Detta är styrelsens förslag på dagordning:

1. Val av ordförande för mötet.
2. Val av sekreterare för mötet.
3. Val av två personer att jämte mötets ordförande justera dagens protokoll.
4. Val av två rösträknare vid mötet.
5. Upprättande och justering av röstlängd.
6. Godkännande av dagordning.
7. Beslut om huruvida mötet blivit i behörig ordning sammankallat.
8. Verksamhetsberättelse för sistförflutna kalenderår (2022).
9. Ekonomisk årsredovisning för samma tid (2022).
10. Revisionsberättelse och beslut om ansvarsfrihet för styrelsen.
11. Behandling av eventuella motioner.
12. Behandling av förslag till verksamhetsplan (2023).
13. Beslut om budget för det nya verksamhetsåret (2023).
14. Beslut om antalet ledamöter och suppleanter i styrelsen för det nya verksamhetsåret.

Val av:

- a. ordförande för ett år.
  - b. 3 st övriga ledamöter i styrelsen för två år
  - c. suppleanter i styrelsen för ett år
  - d. minst en revisor för ett år
  - e. minst en revisorssuppleant för ett år
  - f. ombud till ombudsmöte i länsförbund
  - g. valberedning för att förbereda valen till nästa årsmöte.
15. Övriga ärenden.

Verksamhetsberättelse, den ekonomiska redovisningen, verksamhetsplan och budget får du på plats eller via e-post när handlingarna är klara.



Bild: ClipArt

## Caféträff

Vi får avvakta med caféträff hos Parasport, så vi tar istället en caféträff på Artisan Bread - hantverksbageriet på Kasernhöjden i Karlstad. Kom med och fika på ett modernt hantverksbageri som erbjuder bröd, konditori och kaffe i en vacker miljö. Vi ses där!

**Dag:** onsdag 1 mars  
**Tid:** kl. 14.00-16.00  
**Plats:** Kasernhöjden 4, Karlstad

Anmälan till kansliet på tel. 054-18 92 54 alt. e-post karlstad@neuro.se senast 27/1!

## Medlemsmöten med Rullstolsdanser

Välkommen att vara med oss under våren och dansa i Fagerås bygdegård! Vår snabbinlagda rullstolsdans tillsammans med Kils Parasportförening och Dans i Fagerås i februari blev mycket populär, så vi tar omtag, så att även ni som inte hann med den gången får en chans. Instruktörer är Lena Käld Palmer i rullstol och stående instruktörer är Michael Danielsson och Anita Halvarsson. Vi i Neuro Karlstad med omnejd bjuder också på lite fika, så att orken inte helt tryter!

Vi vänder oss till såväl stående som rullande eller blivande dansare och vi startar med en uppvärmning och avslutar med en gemensam fika.

Vid frågor kontakta Lena Käld Palmer 070-5614240, lena.kald.palmer@parasport.se

**Dag:** torsdagar 9 mars, 13 april och 5 maj  
**Tid:** kl. 18.00-19.30  
**Plats:** Fagerås bygdegård, Korsnäs v. 7, Kil

**Välkommen och hjälp oss sprida så att alla som vill kan komma!**

## Caféträff om barnhemmet på Sri-Lanka

Ett nytt försök med en träff med Ann-Marie Johnsson, där hon berättar om hennes och Gunilla Ström Ericssons (vår f.d. ordförande) arbete med barnhemmet på Sri-Lanka. Den förra träffen försvann för de flesta i sjukdom, så nu får vi en ny chans!

**Dag:** onsdag 5 april  
**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 senast 3/4!

## Rapporter

### Filmkväll: "Dag för dag" 24 november

Monica i styrelsen införskaffade lite popcorn och läsk och jag skaffade fram filmen. Så satte vi oss ned och tittade på "Dag för dag" - en livsbejakande komedi med mycket humor och en del allvar, som verkade falla "tittarna" i smaken. Filmen som blev Sven Wollters sista film är trots sitt allvarliga ämne - dödshjälp - full av komiska inslag och skådespeleri av klass. Kom gärna med fler förslag på filmer att se tillsammans, gärna på svenska så att ingen är beroende av att se textremsan!

Susanne Tågmark



Bild: ClipArt

### Adventsfika 30 november

Som en del av Neuros julkampanj "Neurotomten" bjöd vi in till en traditionell adventsfika där det bjöds på såväl godsaker som klurigheter. Lussekatterna var inte hembakade i år, men välsmakande liksom införskaffade pepparkakor, snöbollar och skumtomtar, glögg och kaffe. Hjärncellerna fick sedan sitt genom ett quiz med jultema och lite information om Neuro och om möjligheten för att skänka pengar till Neurotomten.

Susanne Tågmark



Foto:  
Susanne Tågmark

### Lucia med HSO 13 december

Tyvärr blev det luciafirande vi var inbjudna till inte av, eller rättare sagt blev vi förmodligen inte inkluderade i Luciornas planer, då de inte hörde av sig på något sätt. Vi får hoppas på att träffa Lucia och hennes tärnor i år.

Susanne Tågmark



Bild: ClipArt

### Julavslutning 16 december

Äntligen kunde vi planera för att äta julmat tillsammans igen, men då det oftast blir lite mycket av den varan bjöd vi stället på landgång, lättöl eller julmust samt kaffe med lite gott. Margareta i styrelsen, som jobbar på Café Iris, hade fixat så att vi fick välsmakande landgångar med jultema därifrån och sedan hade hon själv bakat/tillverkat lite godsaker till kaffet. Nästa år kanske vi tar julmat igen, om ni hellre vill ha det. Önskemål mottages gärna!

Susanne Tågmark



Bild: pixabay.com

### Caféträff 8 februari

Istället för ett besök hos Parasport blev det ett besök på Nöjesfabriken med bowling. Kanske kommer mer om detta senare!

Susanne Tågmark

## Inbjudan till resa med Synskadades Riksförbund 23-26 februari

”Vi har det stora nöjet och möjligheten att erbjuda alla våra medlemmar att åka på rekreativ vistelse på [Almåsa](#) havshotell” och vi får chansen att följa med om det finns platser kvar! Man måste dock vara medlem i Synskadades Riksförbund dvs. en kostnad på 235 kr utöver själva reskostnaden.

**Kostnad för rum inklusive helpension:**

**Dubbelrum 795 kr/dygn, person (hela helgen 2 385 kr/pers)**

**Enkelrum 995 kr/dygn, person (hela helgen 2 985 kr/pers)**

Anmälan görs till Lena Olsson 072-730 12 12 alt. Inger Jansson 073-150 27 26



Bild: ClipArt

## 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.



Bild: ClipArt

## Ge kvinnor med funktionsnedsättning kunskap om ekonomi

Då är det klart att vi har vårt första tillfälle att ge kvinnor med funktionsnedsättning kunskap om ekonomi, ett gemensamt projekt mellan RTP och Neuro! Det blir information från Susanna Lindgren som informerar vilka stöd man kan få från Arbetsförmedlingen, och via länk kommer en representant från MFD (myndigheten för delaktighet) att berätta mer om rapporten ekonomisk jämställdhet för kvinnor med funktionsnedsättning.

**Dag: onsdag 25 mars**

**Tid: kl. 10.30-14.30**

**Plats: Funktionsrätt Värmland, Södra Kyrkogatan 11, Karlstad**

**Utbildningen är kostnadsfri och vi bjuder på lunch. Först till kvarn!**

## Träning

**Egenträning** kan rekommenderas och kan genomföras på de flesta gym i vårt upptagningsområde. Kanske har ni någon idé om hur vi skulle kunna träna lite tillsammans?

### Rehabbadet vt 2023

#### Sundsta badhus v.6-v.19

**Tisdagar** från 7/2 – 9/5 Tid: 14.15 - 15.15

Sportlov V.09 och påsklov v.15

#### CSK Rehabbadet v.06-v.17

**Måndagar** från 6/2 - 24/4 Tider: 17.00 - 18.00, 18.00 - 19.00 och 19.00 - 20.00

**Anmälan** till reumatikernas kansli på telefon 054-217474 började tisdagen 24/01-23 kl. 10.00 - 14.00 och fortsätter på onsdagar kl: 12.00 - 14.30

**Kostnad** för 1 termin 350 kr.

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

**Ridterapi** tränar stabilitet, styrka, koordination och kroppskännedom och vi har under många år kunnat erbjuda våra medlemmar att ta del av denna verksamhet. 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](mailto:karlstad.fysioterapi@gmail.com)** om du vill veta mer om detta eller annan träning. Daliah Longrée anordnar även gruppträning för koordination, balans och styrka. Gruppen utförs inom ramen för landstingets högkostnadsskydd.

Reumatiker  
förbundet

KARLSTAD

## Resurscentrum har öppnat upp igen!

- **Mån 20 februari underhåller Axel Boberg med en musikstund i pianobaren kl. 13.30**
- **Torsdag 23 februari musikunderhållning med trubadur Pedurs Solo kl. 14.00**

<https://karlstad.se/resurscentrum>

eller ring växel 054-540 00 00

Anhörigstöd, Rosenbadsgatan 2, 652 26 Karlstad



KARLSTADS KOMMUN

[Här finns menyn!](#)

## Anslagstavlan

### Medlemsavgift oförändrad nästa år

2023

- 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.

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



Nästa utskick  
beräknas ske i april.  
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.

- 28 (29) februari: Sällsynta da-  
gen/MG-dagen
- 1 mars: Internationella rullstolsda-  
gen
- 11 april: Parkinsondagen

### 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](mailto: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 rikstäckande!



Ring 054-18 92 54  
alt. skicka e-post på  
[karlstad@neuro.se](mailto:karlstad@neuro.se), så lägger vi undan öns-  
kat antal till er! **OBS!** Från och med 1 januari  
2023 blev priset för RC-Appen Singel 300 kr  
och RC-Appen Familj 450 kr (4 appar). RC-  
appen är en app bestående av unika erbu-  
danden i form av köp 2 betala för 1. Detta  
innebär att den som använder erbjudandena  
kan äta för ½ priset. I varje app finner man  
erbjudanden i form av allt från frukostbuffé,  
dagens lunch, a'la carte, fast food, café  
m.m. Appen innehåller även erbjudanden  
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](http://Onlinerabatt.se)

### Skulle du vilja få hembesök?

Nu när covid-19-situationen är lugnare och vi  
är vaccinerade gör vi åter ett försök att erbu-  
da hembesök om du skulle vara intresserad.  
Hör bara av dig till kansliet, så gör vi upp en  
tid! Hälsningar Susanne 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- 752 29 16  
e-post: [karlstad@neuro.se](mailto:karlstad@neuro.se) bg 5559-8213 Swish 123 534 50 95

# NEURO