



April

Nyhetsblad för **NEURO** FÖRBUNDET Kaprifol

Årgång 2015, Nummer 2

## En avgående ordförandes slutord till Kaprifol

### I det här numret:

- Jan Magnussons slutord 2015** 1
- Ett mycket trevligt årsmöte** 2
- Ord från Thomas Granlund** 3
- Åbytravet** 4
- Efterlysning!**
- Familjedag på Buagården 23 maj**
- Reportage från Tartuffe** 5
- Låt oss värva ännu fler**
- En reseberättelse från Mexiko** 6
- Kommunala råden för funktionshinderfrågor** 7
- Information från Neuroförbundet Västra Götaland**
- Smått och gott...**
- Styrelsen 2015** 8
- Kalendarium 2015**
- Café-MS 2015**

Då var det dags för mig att ta farväl av styrelsejobbet...

Det har varit en mycket givande tid att vara ordförande för Kaprifol under fem år, men också tidskrävande och slitsam.

De åren har gett mig nya perspektiv och erfarenheter på att leda en organisation med funktionshindrade medlemmar.

Ledarskapet är inte helt enkelt där, skall ni veta.

Det gäller att "gå försiktigt fram" och akta sig för att ställa för stora krav.

En stor svårighet har varit att flytta fokus från att bara vara en kamratförening, med "kaffe- och bulleaktiviteter", till att också vara en patient- och intresseförening. Nu finns vi i alla fall med i alla funktionshinderråd vi kan och är med i länsförbundet, där vi kan påverka och arbeta med dessa frågor.

Mina övergripande mål, när jag tillträdde, var:

- Alla skall kunna vara med på våra aktiviteter.

o vi har vidgat våra aktiviteter och vi har anpassat dem så att fler kan vara med

- Ekonomin skall inte vara avgörande för deltagande i våra aktiviteter

o vi har arbetat mycket målmedvetet med fondansökningar och på det viset fått en bra finansiering av våra aktiviteter

- Information och öppenhet kring våra verksamheter är superviktiga

o vi har utvecklat vårt medlemsblad KAPRIFOLEN, som får mycket beröm för sin information och vi har en väldigt informativ hemsida

Det har hänt väldigt mycket i föreningen under de senaste fem åren och vi har gjort en hel del för att öka medlemsnyttan.

Kaprifoldagen, alla teaterbesök, rekreationsresorna, akvarellmålningen, medlemsmöten och mycket mer är exempel på detta.

Café-MS har utvecklats positivt och fler medlemmar deltar i våra aktiviteter och är nöjda medlemmar.

Medlemsutvecklingen har varit helt otrolig!

Vi har ökat med över 100 % sedan 2008 och den största ökningen har vi 2014 med 41 nya medlemmar.

Min förhoppning nu är att ni också skall tycka att vi har lyckats göra vår förening till något riktigt bra.

Jag tycker att jag har varit en vägvisare och angett en ny färdriktning.

Nu får nya krafter välja om de vill fortsätta i samma riktning eller om de vill hitta andra vägar, framåt eller bakåt.

Jag vill avsluta med att rikta ett personligt tack till en person, som betytt väldigt mycket för mig och för Kaprifol.

Det är du, Dag Ekliden!

Utan ditt trygga stöd, din kompetens och ditt sunda förnuft, din ordning och reda, din ansvarskänsla och ditt engagemang kring Kaprifol, hade varken jag eller föreningen nått dit vi kommit idag.

Du har varit en klippa för mig att stötta mig på och det vill jag tacka dig för.

Du är värd all uppskattning, du kan få och jag föreslår att vi tackar Dag med en applåd!

Tack för mig och för den tid ni gett mig som ordförande i Kaprifol!

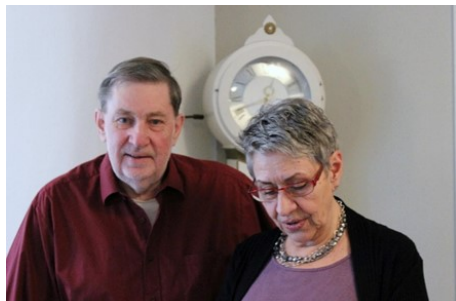
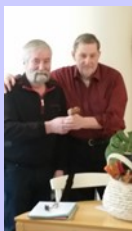
Jan Magnusson



## Kaprifols trevliga årsmöte 21 februari 2015



Vår inbjudna gäst Lisbeth Arrf valdes till mötesordförande vilket hon gjorde med den äran. Proffsigt och bestämt.



Vi var 30 medlemmar som kom till årsmötet på Billströmska Folkhögskolan.

Föreningen tackade avgående ordföranden Jan Magnusson för ett femårigt energiskt engagemang med en rejäl korg med ost, kex och goda viner vilket han uppskattade mycket.



Efter mötet fick vi se en förhandsvisning av filmen 'Det börjar och slutar med sill' som Tjörns hembygdskommitté har gjort. Dan Kristensson har nu producerat en riktig film av detta skådespel. Det handlar om olika livsöden och episoder ur Tjörns historia under främst 18- och 1900-tal. Allt bygger på verkliga händelser och författare till spelet är Kjell Eriksson.

Delar av Billströmska folkhögskolans elever underhöll med sång och musik. Proffsigt och mycket vackert framfört. Som avslutning på dagen bjöds det på en god middag, bestående av en utsökt fisksoppa med tilltugg och dessert.



Några bilder från årsmötet

Foto: Jan Magnusson

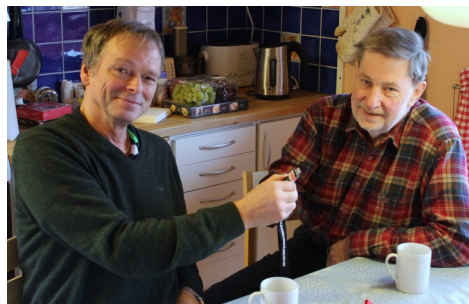


**Ord från Kaprifols nya ordförande Thomas Granlund**

Hej på er alla kaprifolare, jag heter Thomas Granlund och bor i Briggen på torget ihop med min sambo Marita Uden. I april fyller jag 65år och går då i pension. Jag har tre barn i vuxen ålder och fyra barnbarn + ett på gång. Mina intressen är att cykla och har som mål att kunna cykla Tjörn runt. Akvarellmålning är ett annat intresse som utövas i våran förening på torsdagar i Spekeröd. Som ny ordförande har jag mycket att lära men jag hoppas att både medlemmar och styrelsen hjälper o stöttar mig så skall det nog gå bra.



Nu har Jan Magnusson lämnat över USB-minnet med alla dokument och foton till vår nya ordföranden Thomas Granlund.

**Gruppresa till Åbytravet den 11 juni**

**Torsdagen den 11 juni 2015**  
kl. 17—ca 21.45 har vi bokat ett gruppevenemang på Åbytravet.  
Vi måste vara minst 10 deltagare för att det skall bli av!

Vi åker gemensamt i en handikappanpassad buss.  
Den avgår från Henån 14.45  
Varekil 14.55 Myggenäs 15.10  
Stenungsund 15.20 Stora höga 15.30.

I evenemanget ingår entré, program, stallvisning och spelinformation för den som önskar samt buffé och måltidsdryck på restaurangen. I buffén ingår förrätt, varmrätt, kaffe och liten dessert.

**Pris för detta är 300 kr för medlemmar i föreningen.**  
Hjälpare/assistenter följer med gratis.  
Övriga betalar 350 kr.

**Anmäl dig till:**  
Dag Ekliden, tel. 0304-473 92,  
mobil 0767-94 47 56 eller  
Thomas Granlund 0303-671 47  
senast den 29 maj 2015.

**Avgiften betalar du till:**  
Neuroförbundet Kaprifols  
bankgiro 5756-4353.  
senast den 5 juni 2015.



## EFTERLYSNING!



Är du datakunnig och kan tänka dig att hjälpa styrelsen med dokumentation, medlemsblad och hemsida?

Vi vill gärna att du då hör av dig till Anne-Christine Skreberg, tel. 070-754 36 88 eller e-post:

[anne-christineskreberg@hotmail.com](mailto:anne-christineskreberg@hotmail.com)

## Kaprifoldagen Lördag den 23 maj 2015



Lördagen den 23 maj 2015 reser vi gemensamt i en handikappanpassad buss till Buagården på Bokenäset för en heldag tillsammans, både barn och vuxna!

**Avfärd från Stenungs Torg**  
Stenungsund 9,00  
Myggenäs 9,10  
Varekil 9,25 Henån 9,35

Ta nu chansen att lära känna fler medlemmar och att komma ut på landet för en dags avkoppling och rekreation tillsammans med oss i Neuroförbundet Kaprifol!

Låt oss i år fylla en hel buss med både unga och gamla "Kaprifolare"!

Vi har fått hyra Odd Fellows koloniläggning på Bokenäset. Den är handikappanpassad och ger oss möjlighet till aktiviteter både utomhus och inomhus.

På Buagården börjar vi med kaffe/dricka och smörgås vid ankomsten. Därefter bekantar vi oss med anläggningen och fortsätter sedan med tävlingar och en poängpromenad. Och nu väntar en delikat måltid. Sedan blir det eftermiddagsfika, innan avresan till Stenungsund.

Priset är 50 kr för vuxna. Barn under 18 år gratis. I priset ingår busstransport, fika, förtäring och dryck.

**Anmäl dig till :**  
**Kay Lithander,**  
tel. 0303-77 81 90,  
**Janet Rutgersson,**  
tel. 0303-77 39 21 eller  
**Stig Ericsson,**  
tel. 0303- 884 94  
**senast lördag den 10 maj 2015.**

**Avgiften betalar du in till vårt bankgiro 5756-4353 i samband med anmälan.**

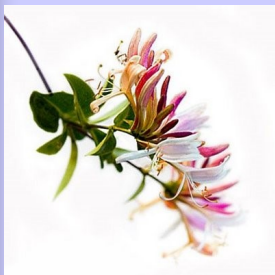


**VÄLKOMNA TILL KAPRIFOLDAGEN!**  
"Föreningens stora familjedag"

Förra året blev en succé med närmare 1200 deltagare! Vi kör i år igen.

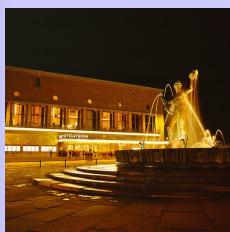
Min dotter [Malin](#) fick sin MS diagnos när hennes son var ett halvår, och hon själv knappt 21 år.

För Malins skull, och för alla andra med MS, bär vi den 27:e maj något orange. För att visa vårt stöd, sprida kunskap och uppmärksamma sjukdomen. Med Hopp om att finna bot ♡  
Väl mött, låt oss hjälpas åt att färga Världen orange för en dag!!



**Bilder från vår resa till teatern Tartuffe**

Härlig teater med många skratt. Det var lite svårt i början då de talar i "vers-form" hela föreställningen.  
Vi var 30 stycken som åkte med en handikappadsanpassad buss till Göteborgs Stadsteater för att se komedin Tartuffe, med Johan Ulveson, Eric Ericson, Carina M Johansson och Tova Magnusson i ensemblen. Det var en trevlig komedi med mycket dialog som var svårt att uppfatta för oss på övre parkett. Till nästa teater skall vi sitta nere på parkett efter önskemål från många av deltagarna.



Text och foton:  
Dag Ekliden och  
Janet Rutgersson



Låt oss fortsätta värva nya medlemmar till vår fina förening!  
Anhörigmedlem betalar 200 kr per år och huvudmedlem 350 kr per år.

Du kan även testa ett Prova-på-medlemskap under tre månader.  
Läs mer på [www.neuroforbundet.se](http://www.neuroforbundet.se)





**En bra resa till MEXIKO 6-21 dec 2014.**

Vi går ombord, planet lyfter från Landvetter. 11.5 timme senare landar vi i Cancun i Mexiko. Transfer 1 timma till Playa Del carmen. Hotellet ligger på stranden, som är nästan vit, inte för varm att trampa på men mjuk som mjöl.

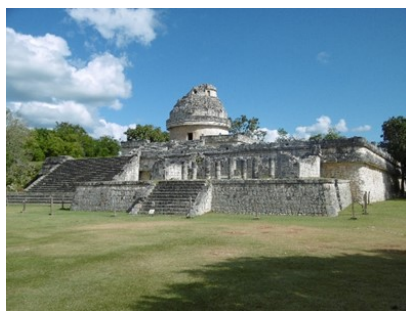
Efter några dagar på hotellet gör vi vår första utflykt. Det blir till Mayastaden CHICHEN ITZA. Maya indianernas historia och kultur i CENTRALAMERIKA varade i flera tusen år och var den mest avancerande och långvariga. De bestod av olika indianfolk som delvis hade en gemensam kultur.

Pyramiden i CHICHEN ITZA beboddes av Maya folket från 600-900 talet.

Ruiner av staden hittades på 1800 talet. I området runt Pyramiden finns flera byggnader som Tempel, Observatorium, Bollplanen. Samt många mindre byggnader utspridda i Djungeln. Längst stigarna mellan byggnaderna fanns dagens Maya folk: korta till växten och mycket svarta i håret, glada och vackert klädda i deras färger och brodyrer som är en fröjd för ögat att bara titta på liksom deras hantverk som vävda mattor, väskor, plädar samt deras träskulpturer.



Ett kort taget då Majsan tittar på Pyramiden och en bild på Observatoriet



Vår nästa utflykt: Simma med Delfiner.

En minibuss hämtar oss och kör till Delphinaris Grand Riviera Maya. Vi möttes av en personal som informerade oss om att vi måste duscha och tvätta oss noga så att solkräm och parfym försvinner för delfinerna är så känsliga. Väl ombytt till badkläder tittar vi på gruppen före oss hur detta går till.

Vi är sex personer i vår grupp från olika länder, bara vi var svenskar. Vi går ner till en av de stora saltvattensbassängerna. Nu följer viktig information av delfintränaren som berättar delfinen framför oss som är en hona med sitt barn som är fyra månader vilken vi inte får röra! Dessa djur är mycket intelligenta.

Vi börjar med att hälsa, först står vi på led och delfinen simmar förbi oss och vi smeker henne på den lina huden. Detta görs flera gånger för detta gillar hon. Sedan gör delfintränaren tecken och barnet försvinner.

Vi har två aktiviteter att välja mellan: Kay väljer "Foot Push" han simmar ca 15m ut i bassängen, när delfinen får tecken på vad som gäller kommer hon och lägger nosen under hans fötter och då måste han snabbt sträcka fötterna och benen för nu puttar hon honom snabbt upp och framåt så vattnet sprutar om honom.

Jag, Majsan valde "Belly Ride", jag står en bit ut i bassängen med vänster arm upp till vattenytan. Då kommer hon framifrån svänger runt bakom ryggen på mig samtidigt som hon vänder buken upp tar jag tag i en fena med vänster hand och en med höger hand. Så bär det iväg så vattnet skvätter till kanten där de andra står.

Text och foto:  
Kay och Majsan Lithander



EN SÅDAN HÄRLIG OCH OTROLIG UPPLEVELSE bär vi med oss länge!

**Kommunala råden för funktionshinderfrågor**

**KRF i Stenungsund**  
Stenungsunds Kommun har ännu inte haft något KRFmöte.

För att ta del av hela sammanträdesprotokoll kan ni gå in på Tjörn och Orust hemsida



**KRF Tjörn hade sitt senaste möte 19 mars och här är några av de frågor som behandlades.**

Socialnämnden budgetförhandling 2016: Det finns önskemål om ytterligare medel på grund av ett utökat behov av brukarna. Har i dagsläget ingen kö till särskilt boende.

Kultur o Fritidsnämnden: Förhandsstudie gjord för planerna på nytt kulturhus



**Från Orust Handikappråd den 9 mars rapporterades: Information om Socialstyrelsens undersökning vad äldre tycker om äldreomsorgen 2014**

En statistik för 2013 o 2014 visar att förtroendet för personalen är högt, men det finns andra delar som kan förbättras. Behovet av lokaler för stöd o omsorg är stort. En seniormässa är planerad till den 1 oktober, och skall planeras ihop med de föreningar som deltagar.

**OBS!**

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



Text: Dag Ekliden

Orangea band  
25 kr

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

Kansliet har ny öppettid:  
måndag-torsdag kl. 9 -14  
Kanslist är Pamela Stolt  
Adress: Edsvägen 3B  
462 35 VÄNERSBORG  
Telefon: 0521-193 66  
E-post: va-gotaland@nhr.se  
Kansliet flyttar från Vänersborg till Uddevalla den 6 maj 2015

**Ombudsmötet** har ändrar tid till **25 april 2015** och hålls i HSO:s lokaler i Uddevalla.

**Rehab-kartläggningen i Västra Götaland**

Utbildningen börjar den 12 februari för de anmälda deltagarna. Det är en bra spridning från vart de kommer i VG-regionen.

**Kurser**

Den 4-6 september är det Akvarellmålarkurs i Löftadalens Folkhögskola som ligger i Åsa.

**Reseregion 7**

Styrelsen i Västra Götaland anordnar tillsammans med Neuroförbundet Halland en bussresa till Kroatien (Umag) den 4-15 oktober 2015, pris 9.200 kr per person i dubbelrum tillägg för enkelrum 1.830 kr per person. Anmälan kommer på mail eller utskick i brev om du ej har mail.

**Smått och gott...**

**Cafè MS den 7 maj** kommer vi att få information från biblioteket om talböcker som kan beställas och utköres till boende i S-sund.

**Hjälp mig samla in pengar till forskningen om MS.**

Jag och de som vill hänga med kommer delta i olika löparlopp och andra roliga tävlingar, jag kommer även

sälja *orangea band* samt förhoppningsvis även t-shirts för att sprida budskapet.

November 2010 fick jag min diagnos, MS. Så länge min kropp orkar vill jag använda den till att samla in pengar till forskningen om MS. Jag kommer använda mig av facebook (FuckMS.se), bloggen (www.fuckms.se) sälja orangea

band och förhoppningsvis även t-shirts samt genomföra olika löparlopp och andra roliga tävlingar för att sprida informationen om insamlingen.

Åza Ramberg

*Banden kan också beställas via Janet Rutgersson.*

## Nyhetsblad för

# NEURO

FÖRBUNDET Kaprifol

c/o Thomas Granlund  
Briggen 1

Telefon: 0303-671 47

E-post: kaprifol@nhr.se

Hemsida:

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

**Bankgiro : 5756-4353**

### **NEUROFÖRBUNDET Kaprifols styrelse 2015:**

Thomas Granlund (*ordförande*) 0303-671 47

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*) 0304-305 94

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 2015

### Cafe-MS

#### Maj

23/5 - Kaprifoldagen

#### Juni

11/6 - Gruppresan till

Åbytravet

#### September

Medlemsmöte

#### Oktober

Teaterresa

#### November

Temadag

#### December

6/12—Julbord

#### **Styrelsemöten 2015**

2 juni

#### **Torsdag 9 april 2015**

Torsdag 7 maj 2015

Torsdag 4 juni 2015

Torsdag 3 september 2015

Torsdag 1 oktober 2015

Torsdag 5 november 2015

Torsdag 3 december 2015



## 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 Brasserie Babord, Fregatten

### **Vi ses!**

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

Nästa utskick till medlemmarna beräknas komma i augusti 2015.