



STROKE MALMÖ

# STROKE-BLADET

## VÅREN ÄR HÄR

Våren är här, får vi nog anse!

Med den följer många spännande aktiviteter. Jag vill främst lyfta fram årsmötet den 24 mars som efterföljs av god mat, underhållning av Linda Lundqvist, spännande föreläsning av kommunalrådet Roko Kursar och som vanligt ett rafflade lotteri. Kom och gör din röst hörd på årsmötet!

I april väntar en hejdundrande vårfest och i maj/juni planerar vi för en bussresa. Mer om detta i kommande nyhetsbrev.höriggruppen och SMIL-gruppen är livaktiga, Projekt Liv pågår för fullt. Golfspelarna och SittZumba-dansarna är mycket aktiva.

Titta i kalendern och känn dig varmt välkommen till något som passar dig!

*Allan Hedlund, Ordförande.*

### **Strokeföreningen i Malmö**

c/o Paraplyet  
Industrigatan 33, 212 28 Malmö  
Telefon: 040-96 24 24  
Telefontid: Tis-tors 9-13  
info@strokemalmo.se  
www.strokemalmo.se  
Facebook: Strokeföreningen Malmö  
Bankgiro: 5027-1154  
Swish: 123 563 83 41

### **Har du en idé?**

En föreläsare vi ska bjuda in?  
En studiecirkel som behövs?  
Ett resmål som verkar lockande?  
Eller kanske du bara vill hjälpa till  
med något praktiskt som att frankera kuvert,  
bemanna ett utställningsbord eller sälja lotter  
på våra möten?

**Hör av dig till styrelsen. Inga idéer är för galna!**

## SMIL

Stroke Mitt I Livet - Då är detta gruppen för dig. Här träffas vi som inte har kommit upp i pensionsålder ännu och delar med oss av livet.

Vi brukar träffas ungefär en gång i månaden **kl 18.00**

Vårens träffar är: **9 mars och 28 april**

### INFORMATION OCH ANMÄLAN

Margaretha Olsson:

olssonmargaretha51@gmail.com



## Anhöriggruppen

Gruppen för dig som har anhörig som haft stroke.

Vi träffas den **17 mars** och sen den **28 april** då vi har ett möte på Park Inn i Västra Hamnen där vi särskilt bjuder in de som är nya i föreningen. Alla gamla godingar är givetvis också välkomna! Hör av er till Gerd för mer info.

### INFORMATION OCH ANMÄLAN

Gerd Andersson 0734-34 43 90

gerd.b. karlsson@gmail.com

(Ja, det ska vara karlsson i adressen!)

## Lättsam Kultur

Utan högre ambitioner eller prestationskrav än att det är trevligt att träffas och ha något att tala om. Klockan 13.00 några onsdagar är alla välkomna!

**15 april - Sommarlust.** Den här gången tipsar vi varandra om skön läsning i hängmattan och så sjunger vi sommarlåtar tillsammans. Ta med texter/låtar om du vill.

### INFORMATION OCH ANMÄLAN

Kansliet: Henrietta Blomstrand;

040-96 24 24, info@strokemalmo.se

## One-Hand-Cooking

Ni som har fått plats på vårens kurs får dra in svängremmen något då vi är tvungna att lägga denna kurs på is tills vidare. Kocken och konstnären **Christin Gaskell-Brown** har måst ta paus och vi har än så länge ingen ersättare till henne.info@strokemalmo.se

## LIV

Vill du finna välbefinnande, sköna rörelser och lugn andning så kom och gör oss sällskap.

Det går bra att bara dyka upp.

Kolla aktuellt schema på hemsidan eller

Facebook: Strokeföreningen Malmö

INFORMATION

Kansliet; Henrietta Blomstrand 040-96 24 24

info@strokemalmo.se

## SittZumba

Terminen fortsätter till den 4 maj med

undantag av den 13 april då det är inställt.

Ta med handduk och vattenflaska till dessa fartfyllda 45 minuter.

Måndagar kl 15.00

Pris: 150:- för resten av terminen

INFORMATION OCH ANMÄLAN

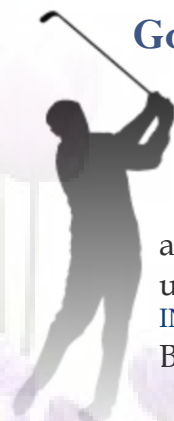
Kansliet

040-96 24 24, info@strokemalmo.se

## Golfen

Golf övar upp koncentration, balans och motorik. Dessutom har vi väldigt trevlig på våra träffar. Ingen anmälan behövs för att delta. det går bra att bara dyka upp med eller utan erfarenhet

INFORMATION OCH ANMÄLAN  
Bengt Lindahl 0703-11 29 70



## Månadsmöte

### INFORMATION OCH ANMÄLAN

För samtliga månadsmöten gäller: Kansliet  
040-96 24 24 /info@strokemalmo.se

Anmäl först, betala sen!

Betalas efter bekräftad anmälan till  
BG 5027-1154 eller på Swisch 123 563 83 41  
Icke medlemmar är välkomna i mån av plats  
och priset står inom parentes.

Om man måste avboka så ska det ske innan  
sista anmälningstiden eftersom föreningen  
i sin tur måste betala till restaurangen. Utan  
avanmälan helt blir det det dyra priset. Vid  
avanmälan efter sista anmälningstidens  
utgång får man betala det sponsrade priset.  
Efter sista anmälningstiden så går det inte att  
anmäla sig.

**24 MARS KL 18.00**

### ÅRSMÖTE PÅ ANNEBERGSGÅRDEN

Ingen anmälan behövs för att bara komma  
till årsmötet. Alla medlemmar är varmt  
välkomna.

**24 MARS MÅNADSMÖTE CA KL 18.30**

Månadsmötet följer direkt efter årsmötet

och man måste anmäla  
sig till månadsmötet.

Linda Lundquist spelar  
och sjunger för oss och  
kommunalrådet Roko  
Kursar (L), ordförande

i Funktions-stödsnämnden berättar om:

"Tankar och visioner om det framtida  
Funktionsstödsarbetet".

Meny: Ugnsbakad lax med Hollandaisesås,  
kaffe och en smarrig efterrätt.

Pris: 135 kr

Anmälan senast: klockan 12.00. den 19 mars.

### INFORMATION OCH ANMÄLAN

info@strokemalmo.se

040-96 24 24

## Kallelse till Årsmötet

Den 24 mars hålls årets viktiga möte för  
Strokeföreningen Mamö.

Kom och gör din röst hörd!

Jag som arbetar på kansliet är oerhört  
beroende av en stark och kreativ styrelse.  
Mycket av arbetet som föreningen gör är  
baserat på ideella krafter och styrelsen är  
våldigt viktig i det arbetet. Inte för att det är  
de som ska göra allt men kanske inspirera till  
mycket.

Varmt välkomna önskar,  
Henrietta Blomstrand och den styrelse som  
sitter idag.

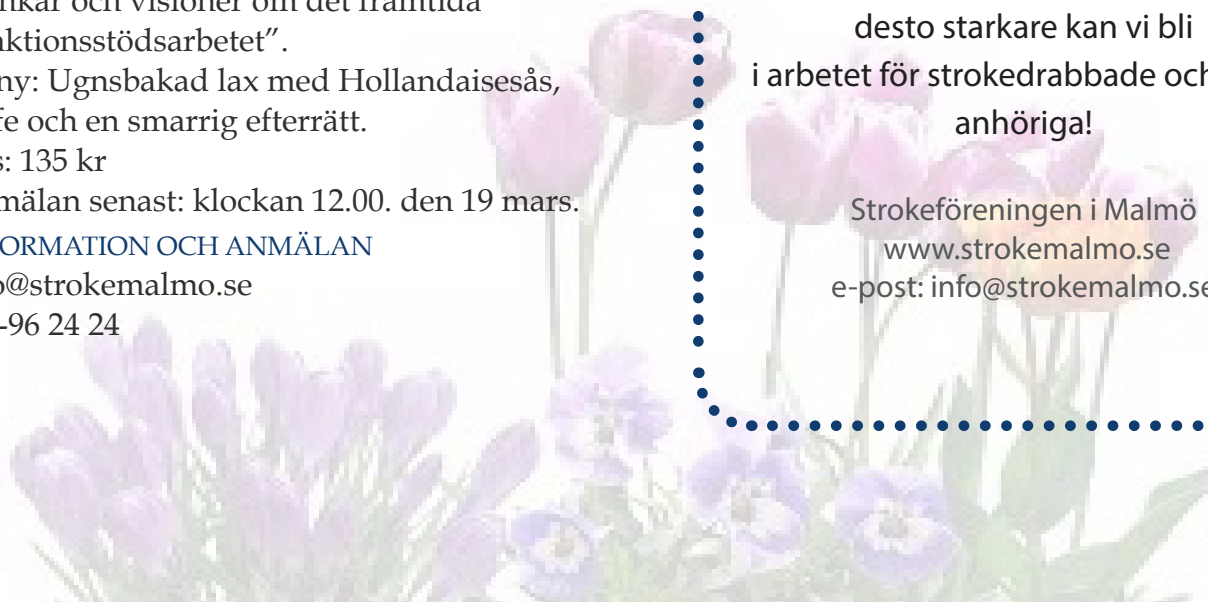
## Ge din vän en chans

...att bli medlem hos oss. Har du en  
vän eller bekant som på något sätt har  
anknytning till stroke, eller bara vill  
stödja oss?

Berätta att vi finns och vad vi gör och står  
för. Låt din vän komma med  
och ta del av vår gemenskap och den  
fina stämning som präglar  
våra träffar och sammankomster!

Ge förbundet en ny medlem. Ju fler vi är  
desto starkare kan vi bli  
i arbetet för stokedrabbade och deras  
anhöriga!

Strokeföreningen i Malmö  
www.strokemalmo.se  
e-post: info@strokemalmo.se





## Strokeföreningen Malmö 2020-03-24 Dagordning Årsmöte

- 1) Årsmötets öppnande
- 2) Fastställande av röstlängd
- 3) Årsmötets behöriga sammankallande
- 4) Val av presidium:
  - a) årsmötesordförande,
  - b) årsmötessekreterare,
- 5) Val av
  - a) två protokolljusterare
  - b) två rösträknare
- 6) Fastställande av dag- och arbetsordning
- 7) Styrelsens verksamhetsberättelse och ekonomiska berättelse (BR, RR)
- 8) Revisorernas berättelse
- 9) Styrelsens ansvarsfrihet
- 10) Förslag från styrelsen
- 11) Behandling av motioner
- 12) Verksamhetsplan
- 13) Fastställande av medlemsavgift
- 14) Fastställande av antalet ledamöter och ersättare i styrelsen
- 15) Val av ordförande på 2 år
- 16) Val av tre ledamöter till årsmötet 2022.
- 17) Val av två ersättare på 1 år:
- 18) Val av två revisorer på 1 år
- 19) Val av minst en revisorsersättare på 1 år.
- 20) Val av ombud och ersättare till länsföreningens årsmöte
- 21) Val av ombud och ersättare till förbunds kongressen /representantskap om länsförening saknas
- 22) Val av minst tre ledamöter till valberedningen på 1 år varav en är sammankallande.
- 23) Årsmötets avslutande

## Kalender våren 2019

9 mars	Måndag	SMIL	Kolla med Margaretha
17 mars	Tisdag	Anhöriggruppen	Kolla med Gerd
24 mars	Tisdag	Årsmöte 18.00/ Månadsmöte efteråt	Annebergsgårdens restaurang Annebergsgatan 15, ingång från sidan
13 april	Måndag	SittZumban inställd	
15 april	Onsdag	Lättsam Kultur	Paraplyet
28 april	Tisdag	SMIL	Kolla med Margaretha
28 april	Tisdag	Anhöriggruppen	Kolla med Gerd

## Återkommande aktiviteter våren 2020

Måndagar	LIV 09.45-10.00	15 minuters andnings- och fokusövningar Malmö, Hylliekrokens Golfcenter
	Golf 10.00 -	Malmö, Hylliekrokens Golfcenter
	LIV 11.30 -12.30	Mindfulness & Hikari-pass Malmö, Kalendegatan 18, 3 vån
	SittZumba 15.00	45 minuters rörelse till musik Paraplyet, Industrigatan 33, Malmö
	LIV 17.00 - 18.00	Mindfulness & Hikari-pass Malmö, Kalendegatan 18, 3 vån
Tisdagar	LIV 10.30 - 11.30	Mindfulness & Hikari-pass Malmö, KFUM, Betaniaplan 4
Onsdagar	LIV 11.00 - 12.00	Mindfulness & Hikari-pass Lund, Annegården, Skansvägen 5
Torsdagar	Golf 10.00 -	Malmö, Oxie GK
	LIV 17.00 - 18.00	Mindfulness & Hikari-pass Malmö, Kalendegatan 18, 3 vån
Fredagar	LIV 10.30 - 11.30	Mindfulness & Hikari-pass Malmö, KFUM, Betaniaplan 4



**Nästa Stroke-blad  
kommer i april!  
Till dess -  
var rädda om er!**

se vår Facebooksida:  
Strokeföreningen Malmö  
eller hemsidan:  
[strokemalmo.se](http://strokemalmo.se)  
för uppdateringar och förändringar