



STROKE MALMÖ

STROKE-BLADET

I juni går vi in i pandemins femtonde månad. Det har varit femton tunga månader för landet, för alla som förlorat nära och kära och för de de som drabbats av långtidscovid. Även vår förenings verksamhet har drabbats hårt men vi har ändå lyckats hålla igång en hel del samt erbjudit digitala aktiviteter.

Det ser nu ut som om det börjar ljusna. Smittan minskar kraftigt i Skåne och vaccinationerna flyter på i ökad takt. Vi hoppas kunna återgå till normal verksamhet i höst! Till dess flyter golf, promenader och Mindfulness på. Vi kommer bland annat att erbjuda MåBra - dagar i Valjeviken och mycket annat spännande. Mer om det i nästa Nyhetsbrev!

Vidare kommer vi väldigt snart att erbjuda en del spännande filmer på vår Youtubekanal. Det blir först en film med Docent Charlotte Magnusson om delar av ett forskningsprojekt vi är med i, "Uppföljning tolv månader efter stroke". Charlotte kommer att presentera "Strokelotsen" samt prata om vårt samarbete genom åren. Nästa film blir med Professor Isabel Goncalves som presenterar ett annat forskningsprojekt vi är med i som handlar om förbättrade ultraljudsundersökningar för att förutse och hindra stroke. Fler kommer! Länkar läggs ut på hemsidan och på vår Facebooksida.

Hoppas också få se många av er på tipspromenaden 17 juni!
En riktigt skön sommar önskar

Allan Hedlund, Ordförande.

Strokeföreningen Malmö

Nobelvägen 21
214 29 Malmö
Telefon: 0739-43 06 39
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 klockan 18.00

Margaretha kommer skicka information via e-post så skriv till henne för att få reda på när nästa möte blir av.

INFORMATION OCH ANMÄLAN

Margaretha Olsson:
olssonmargaretha51@gmail.com



Anhöriggruppen

Gruppen för dig som har anhörig som haft stroke. Vi brukar träffas ungefär en gång i månaden klockan 18.00 Skriv en rad till Anne-Grethe för att få mer information.

Är du sugen på att arrangera dessa träffar så hör av dig till Anne-Grethe eller Henrietta på kansliet.

INFORMATION OCH ANMÄLAN

Anne-Grethe Holt, 0709-49 16 16
annegretheholt@gmail.com

Promenad och prat - tillsammans i Malmös parker

Vi går i lugn takt under ca 30 minuter och avslutar om möjligt med att sitta på behörigt avstånd till varandra och fika.

Skulle vi bli fler än åtta personer så delar vi på oss och går i flera grupper för säkerhets skull.

Klockan 14.30 varje torsdag framöver så länge vi är några stycken som tycker det är kul och vädret tillåter.

Vi samlas oftast utanför Malmö Stadsbibliotek.

Hör av dig till Marianne för mer exakt information.

INFORMATION, ANMÄLAN BEHÖVS EJ

Marianne Lundberg:
0725-89 09 89

Lättsam Kultur

Utan högre ambitioner eller prestationskrav än att det är trevligt att träffas och ha något att tala om.

Våra teman är tänkta som isbrytare och målet är att ha trevligt och att nappa på alla sidospår som dyker upp.

Möjliga teman till hösten:

Sök och se Betty Boop på SVT Play så börjar vi vårt samtal där.

Olle Adolfssons liv och verk

Povel Ramel

..Har du något på gång så hör av dig!..

Varmt välkomna till hösten!

INFORMATION OCH ANMÄLAN

Henrietta Blomstrand och Eva Albihn;
0739-43 06 39 eller info@strokemalmo.se

Mera LIV

Hjärtligt välkommen till Mera LIVs digitala välmående pass med Hikari och Mindfulness övningar - via den digitala plattformen Zoom. Koppla gärna in dig 5-10 minuter innan utsatt starttid.

Vi kommer även att ha fysiska pass, **utomhus**, äntligen!!

Det blir på tisdagar 11-12 på gräsytan brevid KFUM huset på Betaniaplan 4 mellan 15 juni och 10 augusti.

Måndagar	kl. 18.00-18:30	Digitalt
Tisdagar	kl. 11.00-12.00	Utomhus
Onsdagar	kl. 11.00-12.00	Digitalt
Torsdagar	kl. 11.00-12.00	Digitalt

Läs mer på: meraliv.nu

LÄNK OCH ANMÄLAN

Mejla in din intresseanmälan till: för digitala pass till: info@meraliv.nu

Tisdagspasset utomhus är än så länge öppet för drop in.

Tipspromenad 17 juni

Vi hade hoppats på en stor grillfest och återöppning av verksamheten nu i juni. Tyvärr får vi vänta lite till med det.

Men en tipspromenad blir det! Med fina priser och matiga hamburgare! Det går även att få vegetariska sådana!

Tipspromenaden börjar kl 12 på Bulltofta Rekreationsområde då vi träffas i närheten av cafébyggnaden.

Hamburgarna serveras kl 13.00

Den som har svårt för själva promenaden behöver inte gå den utan kan få frågorna på plats.

Sista anmälningsdag är 15 juni via mail eller telefon.

Maten kostar 50:- och betalas i förväg till Bg eller swisch. Alla nummer hittar ni på framsidan i den blå rutan. Anmäl först, betala sen.

Begränsat antal så först till kvarn gäller. De som redan anmält sig till grillfesten får gärna bekräfta att de kommer på tipspromenaden genom att betala så snart som möjligt.

INFORMATION OCH ANMÄLAN

Kansliet 0739-43 06 39 eller info@strokemalmo.se

Golf

Det finns plats för fler golfsugna deltagare! Här har vi en möjlighet att prova på något nytt, eller gammalt, nu när så mycket annat är inställt. Passa på och gör oss sällskap.

Föreningen håller i Projekt Re:Action som syftar till att stärka deltagarnas motorik, balans och koordination.

Du är varmt välkommen att prova på, även om du aldrig hållt i en golfklubba förut!

Vi träffas varje **måndag kl 10-12 på Hylliekrokens GC i Malmö.**

Som medlem får du dessutom **spela gratis på Oxie GK måndag till fredag om du går ut före kl 12.00**

Golf kan man spela med luft mellan deltagarna och alla kan prova. Inga krav på förkunskaper eller utrustning



INFORMATION OCH ANMÄLAN

Bengt Lindahl 070-311 29 70

Kansliet öppet för telefonsamtal

Ring till Henrietta på kansliet om du vill eller behöver hjälp med något. Det kan vara att betala en räkning via internet, sätta upp en mailadress, hitta närmaste, ja vad du nu behöver, eller om du bara vill tala med någon. Tisdag till torsdag 9-13.

Om ingen svarar så tala in på telefonsvararen.

INFORMATION

Henrietta på kansliet:

info@strokemalmo.se eller 0739-43 06 39

Påminnelser

Med detta brev får vissa av er en påminnelse på att betala medlemsavgiften. Är ni osäkra på om ni har betalt så hör av er till kansliet. Har ni betalt så bara släng lappen.

KANSLIET

Henrietta Blomstrand 0739-43 06 39



**Nästa Stroke-blad
kommer i sommar!**

**Till dess -
var rädda om er!**

**se vår Facebooksida:
Strokeföreningen Malmö**

**eller hemsidan:
strokemalmo.se**

för uppdateringar och förändringar