

MEDLEMSBREV MARS

Hej medlem! Snart är våren här och med den kommer många olika aktiviteter och träffar. Nedan hittar du vad som är på gång just nu i föreningen, jag hoppas det finns något intressant för alla och en var och ser framemot att ses under våren.

Varma hälsningar Sara

PRÖVA PÅ STOLSYOGA 5.3

Välkommen på yoga sittande på stol. Mia Lindroth guidar oss genom avslappning och lugna rörelser som gör kroppen mjukare och piggare. Inga förkunskaper krävs, kom som du är och delta efter egen förmåga. Tisdag 5.3 kl.16.15-17.15. vid HandiCampen. Pris: 5 €/medlem. Anmäl gärna ditt deltagande.



Stolyoga 6.2.2024

INSPIRATIONSFÖRELÄSNING MED JAG ASSISTANS 18.3

Välkommen på inspirationsföreläsning med Cecilia Blanck från JAG assistans måndag 18.3 kl.18.00-19.30 vid HandiCampen .

”Med assistans kan du själv välja hur du vill bo, styra över dina dagliga rutiner och välja vem du vill umgås med. Det är det Independent Living handlar om!”

Cecilia Blanck från Riksföreningen JAG i Sverige vill få oss att våga tro på våra möjligheter och våga ta plats i vår omgivning.

Anmälan till: reception@handicampen.ax eller till Sara **senast 15.3.**

FÖRELÄSNING OM SKÖLDKÖRTELN 21.3

Ove Mattson från ÅHS föreläser om sköldkörtelproblem och hypotyreos på Hotell- och restaurangskolan 21.3 kl.18-19.30. Arrangör: Funktionsrätt Åland

Anmälan till reception@handicampen.ax eller till Sara **senast 15.3**

STROKEFIKA 3.4

Samtalsgrupp för dig som haft stroke och anhöriga. Onsdag 3.4 kl.13.30-15.00 vid Ömsens nya konferensavdelning, våning 5. VD Tomas Lundberg berättar kort om Ömsen och deras verksamhet, sen fikar och samtalar vi i vanlig ordning.

Anmäl dig **senast 27.3.**

VÅRMÖTE 24.4

Välkomna på vårmöte onsdag 24.4 kl.17.30 vid Park Alandia Hotell (Norra Esplanadg. 3, Mariehamn). Vi gästas av Ina Ahlberg och Elin Eriksson från JAG Assistans som är nyetablerade på Åland. De berättar om JAGs verksamhet och grundidé. Därefter hålls stadgeenligt vårmöte och föreningen bjuder slutligen på middag i restaurangen. Anmäl dig **senast 16.4**, meddela eventuella allergier vid anmälan.



Park Alandia konferensrum

FÖRELÄSNING MED CHRISTOPH TREIER 26.4

Välkommen på en inspirerande föreläsning med temat *”STRESSA RÄTT – Dagens samhälle konfronterar oss jämnt med stressiga situationer”*

tillsammans med coachen och mentala tränaren Christoph Treier. Christoph är en eftertraktad föreläsare med uppdrag i hela världen. Han behärskar konsten att motivera, inspirera och föreläser på ett underhållande sätt och med stor inlevelse.

Fredag 26.4 kl.18.00 i auditoriet vid Kyrkby Högstadieskola (Skolvägen 5, Jomala).

Anmäl dig **senast 17.4**.



Christoph Treier

MÅ BRA-DAG FÖR STROKEDRABBADE & ANHÖRIGA 27.4

Välkommen till Lemböte lägergård för en Må bra-dag för dig som haft stroke och dina anhöriga lördag 27.4 ca kl.11-16. Dagen erbjuder strokeföreläsning tillsammans med Christoph Treier, lunch, tipspromenad och må bra-rörelser och avslappning tillsammans med Laura Vauras. Dagen är kostnadsfri, anmäl dig till Sara **senast 18.4**. Dagen förverkligas genom bidrag från SFV och SAMS.

I samarbete med föreningen Vårt Hjärta.



Sara Sundqvist, Verksamhetsledare tis-tors 9-15.00 Tel: 040 156 0200 E-post: info@neurologiska.ax

HandiCampen Skarpansvägen 30, Mariehamn

Hemsida: www.handicampen.ax/forening/neurologiska/

BUSSRESA TILL HJÄLPMEDELSMÄSSAN I KISTA 16.5

Välkommen med till hjälpmedelsbutiken Varsam och hjälpmedelsmässan Hjultorget i Stockholm torsdag 16.5.

Utresa med Eckerö Linjen kl.08.00, frukost ombord. Retur från Grisslehamn kl.20.00. Vi börjar dagen med besök vid hjälpmedelsbutiken Varsam som har ett stort utbud av innovativa produkter och hjälpmedel till bl.a. hemmet, träningen, påklädning, sittstöd osv. Därefter åker vi till Hjultorget som erbjuder mängder av hjälpmedel och tjänster för bl.a. transport, fritid och rehab.

Pris 40€/medlem.

I priset ingår: buss och chaufför, båtbiljetter t/r, frukost ombord samt inträde till mässan.

Sista anmälningsdag 7.5. Har du frågor kring resan tveka inte att kontakta mig. I föreningssamarbete med Ålands Reumaförening



Hjälpmiddelsbutiken Varsam



MUSIKTEATERN KATRINA PÅ ALANDICA 19.7

En storlagen musikalisk teaterupplevelse med stor orkester och kör. En stark och gripande berättelse om en kvinnas levnadsöde i den åländska skärgården. I rollerna bl.a: Erica Back, Leonarde Brändström, Philip Björkqvist, Therese Karlsson.

Pris: 45€/medlem, ledsagare går gratis.

Boka dina biljetter med Sara senast 19.6. Begränsat antal biljetter.

Jack Mattsson – Lars Huldén – Carina Karlsson – Ida Kronholm



ANSÖK OM SEMESTERDAGAR FÖR NÄRSTÅENDEVÅRDARE & VÅRDTAGARE

Folkhälsan ordnar semesterdagar för närståendevårdare och vårdtagare på Spahotell Lojo Spa 13-17.5.2024. Du som vårdar och den du har omsorg om, erbjuds fem dagars semester med god mat, vila, bad och tillfälle att möta andra människor som lever i liknande livssituation. Inkvartering i dubbelrum och program alla dagar. Sista ansökningsdag 7.4. Mer info hittas på hemsidan eller ring Sara.

Mer information och nyheter hittas alltid på föreningens hemsida!