

MEDLEMSBREV JUNI



Sommaren står för dörren och lite trevligheter har vi framför oss innan kansliet håller semesterstängt och laddar upp inför hösten. Den 13 september blir det stor jubileumsfest på Alandica. Du har fått en inbjudan till festen med detta medlemsbrev. Observera att **i år ordnas ingen julfest** utan allt krut läggs på jubileumsfesten, så missa inte den!

GRILLKVÄLL VID LILLA HOLMEN 4.6

Dags för grillkväll onsdag 4 juni kl.18.00 vid Lilla Holmen i Mariehamn. Föreningen bjuder på grillad korv och fika. Vi tar en titt på den nya badrullstolen och rampen vid badstranden. Anmäl dig till Sara **senast måndag 2.6 kl.12**. Meddela eventuella allergier vid anmälan.



Korvgrillning

SOMMARUTFLYKT TILL KOBBA KLINTAR 16.6

Måndag 16.6 med start kl.16.00 & 16.45 ordnas sommarutflykt till Kobba Klintar. Vi samlas vid ÅSS för att gemensamt åka båt till Kobbarna där vi fikar och njuter av fantastiska vyer.

Pris 10€/person för båtresa, kaffe/te och macka. Båtarna är rullstolsanpassade. Anmäl dig **senast torsdag 12.6**. Meddela eventuella allergier. Antalet platser är begränsade så först till kvarn gäller!



Kobba Klintar med rullstol går mycket bra

MUSIKALEN SALLY 17.6

Swingjazzmusikal om Sally Salminen, författare till boken Katrina, om hennes tid före hon skrev den. Den utspelar sig i New York, dit Sally for tillsammans med sin syster Aili år 1930 för att jobba som hembiträden. Tisdag 17.6 kl. 19.00 på Alandica. Pris 25€/medlem, 33€/ej medlem, assistenter gratis. Boka dina biljetter **senast onsdag 4.6**.

KANSLIET HÅLLER SOMMARSTÄNGT 25.6–3.8



SOMMARUTFLYKT TILL FÖGLÖ 24.8

Söndag 24.8 tar vi en tur till Föglö och besöker Seagram för lite mat och trevlig samvaro.

Utresan från Svinö färjfäste kl.10.45, lunch kl.12.00 på Seagram. Retur från Degerby kl.13.55 (ankomst kl. 14.25 till Svinö färjfäste). Pris: 10€/medlem. Anmäl dig **senast 14.8**, minst 10 bokade för att resan skall bli av. Alla deltagare tar sig till/från Svinö på egen hand.

PYSSELKVÄLL 26.8

Vi träffas tisdag 26.8 kl.18-20 på HandiCampen för lite pyssel och trevlig samvaro. Vi skapar bordsdekorationer m.m. inför jubileumsfesten den 13.9. Föreningen står för material och bjuder på fika. Anmälan **senast 25.8**.



Bild från Seagram

ANMÄLAN TILL HÖSTENS TRÄNINGSGRUPPER ÖPPNAR 12.8

Om du vill ha plats i våra träningsgrupper under höst- och vårterminen behöver du anmäla dig. Anmälningen öppnar tisdag 12 augusti kl.09.00. Anmäl dig via telefon eller mejl.

- **Gruppträning vid Rehab City** måndagar kl.14.15-15.15. Start 1 september.

14 gånger, pris 90€. Ledare fysioterapeut Vendela Sjöberg.

- **Gruppträning vid Medimar** torsdagar kl.16-17.00. Start 4 september.

14 gånger, pris 90€. Ledare fysioterapeut Lina Larsson.

- **Vattenträning och ledarledd vattengympa i ÅHS terapibassäng**

fredagar kl.14-15.00 eller 15-16.00. Start 12 september.

14 gånger, pris 90€. Ledare fysioterapeut Anja Bäckblom.



Träningsutrustning

FÖRELÄSNING: MATEN OCH RÖRELSEN SOM SKÄNKER HÄLSA OCH GLÄDJE 10.9

Mai-Lis Hellénus, läkare och professor vid Karolinska Institutet i Stockholm pratar om senaste nytt kring maten, hälsan och hur vi kan bryta stillasittandet. Varje tugga och varje rörelse räknas. Det är aldrig för sent att ändra en vana! Anmälan till: reception@handicampen.ax eller 018-22 360 **senast 8.9**. Arrangör: Funktionsrätt Åland.

KAMRATSTÖDSUTBILDNING

En utbildning i kamratstöd/stödperson ordnas av Funktionsrätt Åland den 23.9 kl.16-20.00. Nu söker vi dig som vill fungera som stöd till någon som t.ex. är nyinsjuknad eller som kan behöva stöd i vad man ska/bör göra vid långvarig sjukdom. Vi kan alla hjälpa varandra. Låter detta intressant? Tag kontakt för mer info och intresseanmälan!

EFTERLYSNING: ÅSIKTER OM EPILEPSIVÅRDEN

Jag har via ÅHS Neuroteam fått i uppdrag att efterlysa synpunkter kring epilepsivården på Åland. Nu söker jag dig som lever med epilepsi eller som är anhörig till någon med epilepsi.

- Hur ser behoven kring din/din anhörigas epilepsivård ut?
- Fungerar vården bra/dåligt?
- Får du den vård du upplever att behövs?
- Känner du att du blir lyssnad på/tagen på allvar?
- Om du har frågor kring din/din anhörigas epilepsi, vet du vart du skall vända dig?
- Är det något som du känner att du saknar eller skulle behöva få mer av?
- Övriga tankar eller idéer...



Efterlysning av svar kring epilepsi

Neuroteamet planerar att se över behovet för epilepsipatienter och det är viktigt med input från de som är mottagare av vården. Jag hoppas att du kan ta dig tid att svara på någon av frågorna, för din och andras skull. Skicka dina svar till mig. Jag sammanfattar alla svar för att garantera anonymitet innan de går vidare till ÅHS.