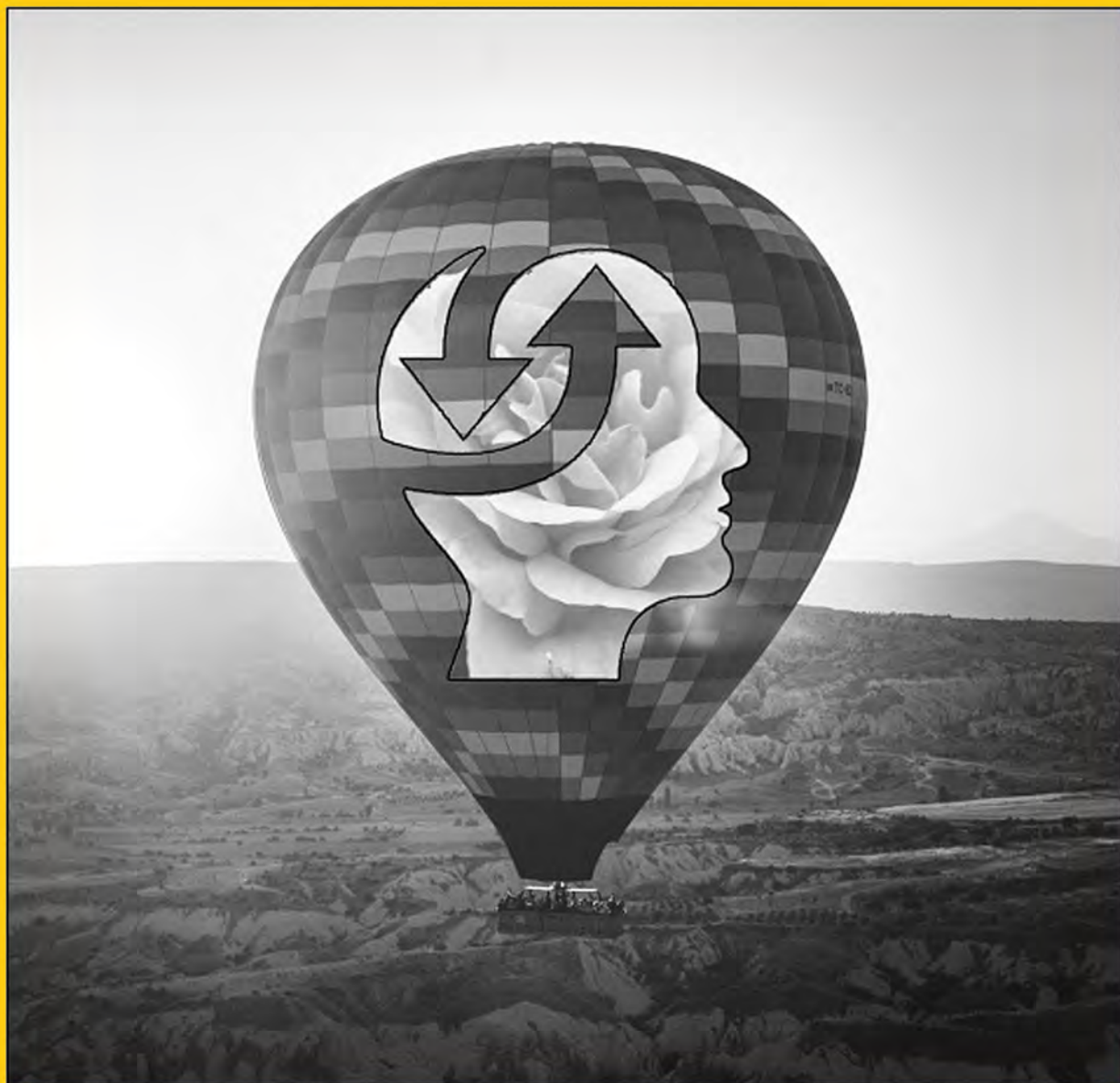


HJÄRNVÄSTEN

nr 1, 2021



Medlemsblad för Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft i

Västra Götaland

HJÄRNKRAFT VÄSTRA GÖTALAND

Postmottagare: Hjärnkraft Göteborg m o
Dalheimers Hus, Slottsskogsgatan 12, 414 53 Göteborg

info@hjarnkraftgoteborg.se

031-24 32 34

Ordförande: Elisabeth Segerdahl

elisabeth.segerdahl@icloud.com

0722-47 44 40

LOKALFÖRENINGAR

Hjärnkraft GÖTEBORG

Dalheimers Hus, Slottsskogsgatan 12, 414 53 Göteborg
Ordförande: Ing-Britt Bengtsson

info@hjarnkraftgoteborg.se

031-24 32 34

ingbritt.bengtsson@yahoo.com

0706-75 25 69

Hjärnkraft FYRBODAL

Kapellvägen 1, 451 44 Uddevalla
Ordförande: Mona Granström

hjarnkraft.fyrbodal@telia.com

0760-23 99 79

Hjärnkraft BORÅS/SJUHÄRAD

Arlagatan 7, 503 5536 Borås
Ordförande: Jan-Olof Dahlin

jan-olof.dahlin@telia.com

0730-20 12 31

Hjärnkraft Alingsås

hjarnkraft.alingsas@gmail.com

Hjärnkraft SKARABORG

c/o Karin Holm, Basketorpsvägen 3, 531 59 Lidköping
Ordförande: Jan-Olof Dahlin

karin.holm.kh@gmail.com

0705-21 74 07

Hjärnkraft JÖNKÖPINGS LÄN f.n. vilande

Ekekull 15, 574 93 Vetlanda
Ordförande: Rolf Forsén

forsen.rolf@gmail.com

0733-64 10 10

Hjärnskadeförbundet HJÄRNKRAFT

Nybohovsgränd 12, 117 63 Stockholm

www.hjarnkraft.nu

info@hjarnkraft.nu

08-447 45 30

Sammanställning av insänt material:
c/o Hjärnkraft Göteborg



Text: Ulrika Bohl

Ansvarig utgivare:

Lars Claesson

Annonser:

Hjärnkraft

info@hjarnkraftgoteborg.se

031-24 32 34

Foton där inget annat anges: Hjärnkraft Västra Götaland



Bild och Layout: Lennart Lundén



Medlemsblad för Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft i Västra Sverige

Informationen produceras av Hjärnkraft Västra Götalands län. Utges med två nummer per år.

Upplaga ca 700 exemplar. Synpunkter och önskemål om ändringar mottages tacksamt.

Ett liv som räddas ska också levas!

ORDFÖRANDE Elisabeth Segerdahl



Äntligen är den långa vintern slut och våren gör sitt antågande. Blommorna har börjat titta fram, fåglarna kvittrar och börjar så smått bygga på sina bon. Dagarna har blivit längre, solen värmer och havet har ändrat färg från grått till blått.

Nu har vi levt med Covid 19 och olika restriktioner i mer än ett år. Vaccination enligt de olika fyra faserna har påbörjats, de flesta äldre är klara och antalet svårt sjuka minskar i den åldersgruppen. Tyvärr upplevs det som att det går lite för sakta, men förhoppningsvis skall alla vara vaccinerade senast i augusti.

Jag deltog i förra veckan i ett möte med representanter från olika Brukarföreningar i Göteborg och insåg att många håller digitala möten med olika aktiviteter. Trots våra datorer och telefoner så saknar vi nog alla att kunna umgås, samlas för någon aktivitet i samma rum eller träffas över en fika.

Även styrelsen har haft svårt att hålla möten. Några av oss har digitalt haft arbets/planeringsmöten och vi planerar för ett digitalt styrelsemöte i maj. Årsmötet planeras att hållas i Vårgårda i slutet av september precis som 2020.

Något vårläger blir det inte i år, men vi planerar för ett läger på Ädelfors folkhögskola i mitten av september. Tyvärr beror ju även det på den rådande pandemin och vilka restriktioner som finns kvar till hösten, så mer information får komma fortlöpande.

Trots allt tycker jag att vi ser fram mot sommaren då vi kan vistas ute och förhoppningsvis även kan delta i några planerade aktiviteter.

Ett liv som räddas skall också levas.

Hälsningar Elisabeth

Kommande aktiviteter:

- | | |
|-----------------|---|
| FyrBoDal | Korvgrillning på Skeppsviken torsdag 20 maj kl 16.00 – 19.00
Räkfrossa fredag 20 augusti kl 17.00 – 20.00 |
| Göteborg | Botaniska Trädgården fredag 10 juni kl 18.00 – 20.00
Strannegården måndag 16 – fredag 20 augusti
Preliminärt – bussresa till Louisiana museum, Danmark, i oktober |
| Borås/Sjuhärad | |
| Västra Götaland | Ädelfors Folkhögskola måndag 16 – torsdag 19 september |



ÅRSMÖTEN

Göteborg 2021

Torsdag den 25 februari höll Hjärnkraft Göteborg sitt Årsmöte. På grund av Covid 19 så var årets möte lite annorlunda. Externa deltagare var inbjudna till digitalt zoom-möte och detta resulterade i att vi blev 14 deltagare sammanlagt. Vår egna styrelse fick välja att delta fysiskt eller digitalt och båda alternativen utnyttjades.

Mötet genomfördes i sedvanlig ordning och med Jo Fridmar som mötesordförande. Punkt efter punkt på dagordningen gick igenom och inga protester framfördes. Verksamhetsberättelsen godkändes därför som den hade förelagts.

Valberedningen lade fram sina förslag vilka också antogs. Det betyder att Jo Fridmar och Ulla Persson lämnar styrelsen. Ny kassör blir Bodil Jönsson och som ny ordförande valdes Ing-Britt Bengtsson.

Blommor överlämnades till avgående ordförande Jo Fridmar och kassör Ulrika Bohl samt till föreningens två anställda herrar. För de fysiskt närvarande avslutades mötet med kaffe och semla.

Ulrika Bohl



Kommande årsmöten:

Borås/Sjuhärad	16 juni kl.18.00
FyrBoDal	5 september kl. 15:00 – 18:00
Skaraborg	datum ännu ej fastställt
Västra Götaland	26 september kl.14.00 i Vårgårda



BORÅS / ALINGSÅS / SJUHÄRAD

Årets första aktivitet vid Kransmossen 28 januari

Då var det dags för årets första aktivitet i Boråssjuhärad's regi. Torsdagen den 28 januari var vi 8 personer som träffades utomhus på Kransmossens Friluftsområde i Borås. Där fanns en grillkåta som man kunde göra upp en eld och grilla om man ville göra det. Jan-Olof hade förberett med ved så det dröjde inte så länge förrän lågorna och glöden fanns där. Alla var överens om att det varit en trevlig stund och så hoppas vi på att vi kan träffas snart igen om än utomhus.

Lars Claesson



Vandring och tipspromenad vid Åsundens Strand 23 februari

Vi var 10 personer samlade vid Åsundens strand inte så långt ifrån där Sten Sture mötte den danska hären på Åsundens is och blev dödligt sårad och hans bondehär gick förlorad och därmed hade Kristian den II:s utländska legosoldater brutit sig in i Västergötland. Vi hade en trevlig samvaro med mycket skratt och galghumor. Ulrik skötte grillarna och eldkorgarna med bravur.

Lars Claesson

I väntan på deltagare!

Lars och Ulrik hade jobbat hela dagen för att Hjärnkraft skulle trivas vid Åsunden (där Sten Sture dy yxmördades av dansken). Tidigt om morgonen begav sig killarna till vårdcentralen respektive kyrkogårdsförvaltningen. Tio kluriga frågor skulle sedan plastas in på Hjärnkrafts kontor och ljus och tändstickor fixas till deltagarna.

De stimulerande tipsfrågorna innehöll kunskap av varierande slag, vilken kung dog av semlor, när infördes Facebook i Sverige, vad hette Ulricehamn tidigare, eller vilket rum bodde Helena Bergström i under filminspelningarna, ja vad hette filmen.

Vid prisutdelning fick vinnarna en skraplott och alla fick ett stearin- ljus med tändstickor.

Tack för en härlig dag

Ingvor Hansson



(Det gäller att hålla igång brasan...)

BORÅS / ALINGSÅS / SJUHÄRAD

Träff i Borås den 10 april

Medlemmarna i Hjärnkraft har behov av att se varandra och att pratas vid med Corona-avstånd. Vid Kypesjön fanns utmärkta möjligheter att träffas Corona-säkert. Medhavd matsäck intogs under gemtliga former. Ordförande Jan-Olof Dahlin gjorde en värmande brasa av medhavd ved (kanske iland-fluten på stranden i Falkenberg).



Vidare informerades det om kommande aktiviteter såsom boule i Ulricehamn, besök i Slottsskogen i Göteborg och utbildningsdagar på Ädelfors folkhögskola i september. Dessutom måste föreningen hinna med ett årsmöte under fint väder för att kunna vara ute vid förhandlingarna. Revisorerna har redan godkänt bokföringen för 2020.

Skraplotter och bingo-lotter har blivit föreningens inkomster i dessa svåra tider. Samhället måste också bli mer akt-samma om våra skadade medlemmar, ja även anhöriga behöver mera stöd.

Åke Ingvar

Vi tre från Göteborg som bilade till Borås för att delta i träffen vid Kypesjön ångrar oss verkligen inte! Solen sken, vinden tog i, men det var en härlig grupp med deltagare som drack kaffe, åt korv, små pajer, eller vad man nu tagit med sig. Och alla pratade med alla. Lotter såldes naturligtvis, både Sverige-lotter och 5-kronors till det lo-kala lotteriet. Far och son Olsson vann mest, Karin som god tvåa.

En liten promenad runt sjön hann vi också med innan träffen avslutades. Till Kypesjön åker vi gärna igen.

Ing-Britt, Karin och Ulrika



BORÅS / ALINGSÅS / SJUHÄRAD

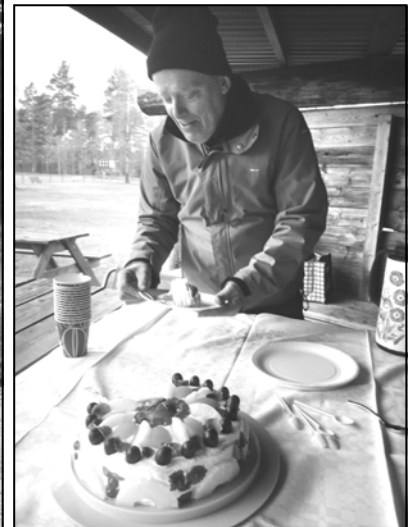
Bouleträff lördagen 8 maj i Timmele

Lördagen 8 maj anordnade Hjärnkraft Borås/Sjuhärad bouleträff. Vi var 6 personer samlade. Denna gång i Timmele vilket var en ny erfarenhet.

Vi hade en trevlig eftermiddag med lite boulespel och sedan bjöd föreningen på tårta vilken hägrade direkt där den stod vid vindskyddet.

De som inte var på plats gick miste om något kan jag lova. Ulrik grillade som vanligt vilket gick bra tills det kom en rejäl regnskur.

Lars Claesson



Våra Facebooksidor slås ihop:
Hjärnkraft Västra Götaland och Hjärnkraft Göteborg
blir



Hjärnkraft V.G: Borås-Fyrbodol-Göteborg-Skaraborg



**Hjärnkraft V.G: Borås
Fyrbodol Göteborg
Skaraborg**

GÖTEBORG

Trädgårdsföreningen 4 december 2020

Första fredagen i december månad är den dag vi i Göteborg brukar bjuda in till julbord i Dalheimers restaurang. I år förhindrade dock pandemin detta! Vad kan vi göra i stället? Jo, ordna utomhusträff i "Trägårn". Det kom inte lika många som till julbordet men en tapper skara blev vi i alla fall. Vi värmdde oss med glögg. Lussekatter och pepparkakor, av säkerhetsskäl serverade i påsar, smakade bra. Sergej fick dock en påse som innehöll plastskedar avsedda för russin och mandel till glöggen, men som tur var fanns det flera lussekatt-påsar så sked-påsen blev utbytt. Sång blev det också, både för Bengt och Evelyn, som hade två respektive tre dagar kvar till sina födelsedagar.



Färdtjänst släppte av Sivert vid fel entré så tyvärr hann han inte fram till oss andra, trots eftersök, men till slut fick han i alla fall glögg och pepparkakor.

Göteborg har i år satsat på ljusinstallationer (konkurrerar med Alingsås?) så man kan följa en kort slinga. Vi gick inte den men såg ändå ljusen över kanalen inne i Trägårn och några av oss passerade Bältespännarparken där vi kollade in två "ljushuvuden" som Lennart fångade med kameran.



Det råkalla vädret gjorde att vår träff blev tidsmässigt något kortare än vi hade tänkt oss, vi frös, men det var ändå väldigt trevligt att kunna träffas och pratats vid en stund. Nu ser vi fram emot Julen och hoppas att det nya året ger oss fler och bättre möjligheter att träffas.

Ulrika Bohl

Villa Belparc den 25 mars

Nästan alla valde att sitta inne i restaurangen för det var lite rått i luften med blåst. Självklart så blev det inga kramar och puss på kinden utan vi respekterade givetvis avstånd och var förnuftiga. Vi placerade ut oss med fyra vid varje bord och pratade, skrattade och åt gott. Vissa valde dagens fisk och andra kaffe med smörgås eller semla. 19 deltagare som hade en trevlig eftermiddag och tyckte det var SÅ kul att ses igen - fysiskt!

8 april kör vi boule vid stora grusplanen - hörnet Margetebergsgatan-Slottsskogsgatan och då bjuder Hjärnkraft på kaffe och fralla/baguette - Välkomna igen!

Lennart Lundén



GÖTEBORG

Bouleträffar i Slottsskogen

8 april

Riktigt kul att se att Sergej och Evelyn redan var på plats när Birgitta, Ove och undertecknad anlände till vårt lilla specialhörn vid Dalens stora grusplan, där dom satt på bänkarna och höll värmen.

Snart anslöt Lennart, Lena, Bodil och Bengt också. Soligt och lite rött i luften så vi körde igång direkt med spelet. Två lag ställdes mot varandra och det blev många skratt och god stämning när vi till slut fick ordning på reglerna. Vinnarlaget vann med hela 13-1... men det var inga sura miner i det förlorande laget utan alla sken upp när vi dukade upp kaffe, dricka och stora goda baguetter, som Birgitta hade handlat. Nästa gång blir 6 maj och då hoppas vi på riktigt vårväder och flera deltagare!

Lennart Lundén

6 maj

Det växlade mellan spelare med silver- och svarta klot, fram och tillbaka, men så kom slutresultatet: 11 – 11! Härligt, alla lika nöjda med spelet. Platsen var den passande hörnan i utkanten av Slottsskogen med grusplan för boulen. Där kunde man sen utnyttja bänkarna för återhämtning samt kaffe och smörgås som smakade bra efter hård kamp. Det var god upplutning och populärt att kunna träffas. Lite småkyligt var det men de flesta av oss hade lyssnat på väderprognos och klätt sig varmt och fuktavstötande eftersom regnet hängde i luften. Och visst var det skönt med en mössa, eller hur Lennart?

Ulrika Bohl



Ny hemsida för Hjärnkraft Göteborg!

Vi använder Förbundets hemsidas sidhuvud som ram med lättillgänglig grundinfo om Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft överst på sidan.

Kolla in: <https://hjarnkraft.se/goteborg/>



Välkommen till Hjärnkraft Göteborg

Hjärnkraft Göteborg är en lokalförening inom Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft. Vi arbetar med opinionsbildning och stöd till personer med förvärvat hjärnskada och deras anhöriga.

*-Vi blir ännu bättre med flera medlemmar!
Vår trogna medlem
Sergej Stocker*



När det här skrivs är HjärnPunkten inne i slutfasen av vårterminen 2021. Sedan drygt ett år är inget såsom det brukar vara, och att jag så smått börjar uppleva det nuvarande tillståndet som påfrestande är en underdrift. Och då är jag ändå lyckligt lottad jämfört med många av HjärnPunktens deltagare, som haft ett begränsat socialt nätverk redan innan covid-19 slog till, och som nu har blivit dubbelt isolerade.

Med detta sagt måste jag ändå få uttrycka min glädje över att vi i det hela taget har haft en verksamhet, och över att så många har tagit del av (och haft utbyte av) de digitala arrangemangen. Hela fyra studiecirkel har hållit igång under våren (plus en mer informell onlinefika under måndagskvällarna). Grupperna det handlar om är Mindfulness, Samtalsgrupp för 40-plusare, Hjärntruppen (Samtalsgrupp för unga) och Yogagruppen.

Ryktet om den digitala satsningen har dessutom spridit sig utanför Göteborg; representanter för andra lokalavdelningar har hört av sig för att ta reda på hur man får fart på online-verksamheten. Det är inte utan att jag känner en viss stolthet, dock är det givetvis inte jag utan våra fantastiska kursledare som gör att deltagarna återkommer vecka efter vecka. De ska ha ett stort tack för sitt arbete!

Yoga är kul!

Särskilt roligt är det att yogan har gått så bra under våren! Detta eftersom gruppen under en period var nedläggningshotad på grund av lågt deltagarantal. Antalet började åter öka när vi initierade ett samarbete med Strokeföreningen och Neuroförbundet, och under den pågående pandemin har cirkeln, under Madelene Strängbergs ledning, varit HjärnPunktens största både när det gäller uppslutning och antal kurstillfällen. Att utöva yoga med personlig vägledning och samtidigt befinna sig hemma framför datorn har kort sagt visat sig vara en uppskattad kombination. Ja, rent av så uppskattad att några deltagare har bett om att få fortsätta online när pandemin är över.

Vi får se vad som händer till hösten ...

Onlinefika – bättre än ingen fika

Många HjärnPunktare – jag inkluderad – har annars saknat träffarna i Aktivitetcenters café på måndagarna. De enkla mötena över en kopp kaffe var för vissa veckans enda sociala träffpunkt, och bortfallet av dessa har vi försökt kompensera med en återkommande måndagsfika framför datorn.

Det har blivit uppskattade, opretentiösa sammankomster med samtal som har växlat mellan stort och smått, som på en vilken som helst fika.

En glädjande aspekt vid arrangemanget är att det också har lockat till sig deltagare som inte har varit på HjärnPunkten tidigare.

Vi fortsätter så länge behov och intresse finns.

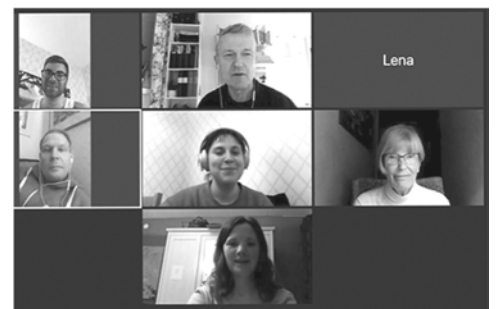
Vi blickar framåt

Återstår att hoppas att vi åtminstone ska lyckas arrangera en (1) studiecirkel med fysiska träffar under 2021:s första del. Cirkeln jag har i åtanke är silversmide, vilken är nästintill omöjlig att arrangera online. Vi har planerat in två helger i juni i ledaren Özay Emerts

verkstad, naturligtvis under förutsättning av att det blir lättnader i restriktionerna.

För övrigt hoppas jag också på att få träffa många HjärnPunktare – deltagare såväl som ledare - på Hjärnkrafts sommaravslutning i Botaniska trädgården den 10 juni. Som Hjärnkraft-medlemmar har ni redan fått information och inbjudan, men jag tar tillfället i akt att påminna om att anmälan måste göras senast den 8 juni. Hör av er till info@hjarnekraftgoteborg.se eller ring till kontoret: 031-24 32 34.

Till er som eventuellt har förhinder den 10 juni vill jag redan nu önska glad sommar! Vi träffas igen till hösten, och då förhoppningsvis under förhållanden som är någotsånär pandemifria!



GÖTEBORG



TRÄFF I TRÄDGÅRDSFÖRENINGEN 4 DEC (2020)



OVE TACKAR AV KASSÖR ULRIKA PÅ ÅRSMÖTET

BELPARC FIKA I SLOTTSSKOGEN 25 MARS (nedan)



BORÅS ALINGSÅS SJUHÄRAD



**MEDLEMSTRÄFF VID KYPESJÖN 10 APRIL
(ovan och nedan)
MEDLEMSTRÄFF VID KRANSMOSSEN 28
JANUARI (till vänster) OCH I ULRICE-
HAMN 23 FEBRUARI (till höger)**



BORÅS ALINGSÅS SJUHÄRAD



STYRELSEMÖTE PÅ TALLUDDEN 3 MAJ (mitten)



BOULETRÄFF I TIMMELE 8 MAJ (ovan)



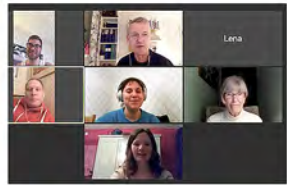
FYRBODAL: RUNE HÄLSAR: JAG OCH MIN KOMPIS RAIMOND (längst ner till vänster) HAR BLIVIT MED BÅT, EKSNIPA PÅ 23 FOT FRÅN 1962 MED MOTOR ALBIN O41 SOM VI HAR GREJAT MED UNDER PANDEMIN - DAGS FÖR SJÖSÄTTNING 19 MAJ!



BENGT HAR LADDAT MED VED



YOGA MED MADELENE, OCH OVE GER INTE UPP!



LINN OCH SERGEJ SKOJAR!



INGVAR SÄGER ADJÖ TILL VINTERN!



BOULE 6 MAJ (nedan)

SOLVEIGS FINA TRILLIUM!



MINNESSIDOR

Barbro Jeppsson vår första ordförande

Barbro var en glad, färgstark och driftig person, trivdes ej att bara vara hemma efter sin pension.

Åkte till föreningen Hjärnkraft i Göteborg för inspiration.

Vad krävs för att starta en förening, förutom passion ?

Jo, mycken energi, tålamod, kunskap och organisation!

HSO i Uddevalla fick frågan, kan vår förening en lokal få hyra ?

Med glädje togs föreningen emot och Barbro började styra.

Inriktning; utbildning, information, kontakter och aktiviteter, bl a besök på neuroavdelning 20 samt flera rehab-enheter.

Cykelhjälms stora betydelse för unga personers hjärnor, belystes av medlemmars egna erfarenheter av " stjärnor ".

Flera sommarläger på Stora Kornö och ett på Ammarnäs, gemenskap, tävlingar, sång, musik och ibland grillfräs.

Utbildningsdagar med olika teman på Bohusläns Museum, och så småningom på Hotell Riverside ett 10 års jubileum.

Vi saknar vår vän och glädjespridare Barbro Jeppsson!

Hjärnkraft FyrBoDal



En eldsjäl inom Hjärnkraft har lämnat oss. Barbro kämpade för de skadade och hade alltid något på gång.

Hennes vision var att medlemmarna skulle känna sig ihågkomna och se positivt på framtiden.

Föreläsningarna på Bohusläns museum hjälpte Hjärnkraft att vara med i diskussioner om ett bättre bemötande från samhället.

Tack Barbro!

Ingvar Hansson, f d ombudsman

Vi minns Barbro som en positiv och engagerad person. Hon spred mycket glädje omkring sig, bl a när hon med sitt dragspel underhöll vid våra träffar i Botaniska Trädgården och vid Luciafest.

Hon har alltid på många olika sätt värnat om och hjälpt personer med funktionshinder. Barbro är saknad.

Hjärnkraft Göteborg



MINNESSIDOR

Niclas Persson

En kämpe har lämnat oss.
Tack för all inspiration till aktiviteter
som du har påverkat genom din
medverkan inom Hjärnkraft:
Stora Kornö lägergård, primitiv utrustning
men mycket mänsklig värme,
Rehabträning i den lilla bassängen i Ädelfors,
Gående i Ädelfors, bl a vid besök till Kosta,
Idre – glädjen när du åkte skicart utför branterna,
Och Rullstolen mitt i pisten.
Tack Niclas!

Ingvar



Rolf Niord

Vår trägne cirkelledare för fågelcirkeln under många år är död.
Han förgyllde en förmiddag varannan vecka då vi fick nya kunskaper om
olika fåglar. Han ledde oss också på exkursioner till Getterön och flera
gångar till Hornborgasjön och Välen. Det blev oförglömliga minnen för oss.
Rolf hade också god berättarförmåga och delgav oss många äventyrliga upp-
levelser från sina egna upplevelser i naturen på jakt efter nya fågelkruss.
Våra tankar går till Rolfs dotter och familjen.

Solveig



Per-Åke Johansson

Vår medlem Per-Åke har avlidit .
Han var aktiv som revisor i Västra Götaland under en tid.
Per-Åke deltog i många av våra aktiviteter framförallt
inom Borås föreningen. Bl a Julkaffe och Ljus i Alingsås.
Tack Per-Åke!

Hjärnkraft Borås7härad



Lite funderingar under Coronan...

Solveig hälsar:

Det har varit en tid som jag haft möjlighet att ta det väldigt lugnt. Så småningom lärde jag mig beställa mat på nätet men inte med hemkörning. I stället tog jag tillfället i akt att göra en utflykt med bilen och hämta maten utanför affären. Det blev höjdpunkter – att se andra människor på avstånd! Har då och då haft besök då vi fikat ute med filter och dunjackor i frosten under vintern. Min trädgård har varit en räddning genom att jag inte ser trädgårdsarbetet som ett arbete utan som avkoppling och glädje. Under vintern har jag varit ute varje dag det inte är frost, med mycket kläder, ofta ser jag ut som en Michelingubbe men jag trivs!

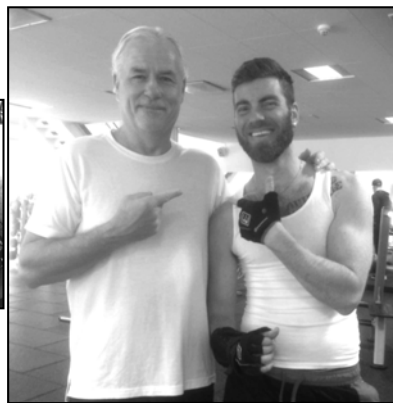
Jag hoppas vi ses på Botaniska, då är jag fullvaccinerad så då vågar jag vara med och träffa alla. Det blir första gången sedan pandemin började och träffarna har jag saknat.



Sergej, Linn och Evelyn hälsar:

Innan Coronan så besökte jag påven, han behövde min hjälp att veta vilken väg han skulle ta.

Jag träffade också min kompis Glenn på gymmet. Jag och Linn har hållit humöret uppe, skojat och ätit gott under pandemin. Vi och Evelyn har även deltagit på HjärnPunktens on-line träffar på måndagar och på BelParc, Boule och Bioträffar med Hjärnkraft. Linn blev plötsligt jättekreativ och tog några roliga bilder!



Bengt i Skepplanda hälsar:

Jag har ägnat en del av tiden till att såga och stapla upp min ved och även läst Åsa-Nisse och kikat på tv!



Ingvar hälsar:

När man är hemma i karantän saknar man det sociala livet i en förening. Mycket sopor blir det och soporna sätter upp handen. Man har rört på sig genom att skotta snö, gräva, blåsa ut köket - kvar blev en gammal spis.



Brev från Ingvar: - Öppna framtiden för Hjärnkraft!

Vi måste modernisera Hjärnkraft - vilka skriver i sin blogg om oss? Blåsa liv i lyckade projekt – Akta Huvudet, Förebyggande verksamhet, Hjälmar i många former. Skaffa sponsorer. Fler annonser i tidningar (se Ulricehamns Tidning). Medlemstrenden måste vändas – ingen kan göra allt – många kan göra lite. Vi måste synas ute i vårdssamhället, bilda kommunföreningar. Funktionshinderföreningarna borde satsa på win – win – win = vinst för din förening = vinst för medlemmarna = vinst för vår gemensamma omvärld.

Berätta om HjärnPunkten!

Ett liv som räddas ska också levas!

Lite goa vitsar:

HUMOR OCH BLANDAT

Olle! Kan du nämna några djur som gillar kastanjer?
 De måste la va kastan-getter!
 Kungen är skadad i foten - han har tappat tronen!

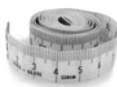


Maila in rätt ord (gråa rutorna) -
 SENAST 10 JUNI - rätt svar belönas
 med en sverigelott!

info@hjarnkraftgoteborg.se

Från Matilda:

Varför kan inte hästar bli skräddare?
 - Dom äter upp fodret!



Hur gör man för att hitta den mest effektiva och
 billiga bantningsmetoden? Använd ett måttband, då blir man
 mätt.



Hur ser man att det är en hund i bilen? - Det är en tax i.

						MAGE		HUND		HÄNDA			
						HÄGNAR		MED		KORTA		STOD EVA	
						MAN IN		HJÄLP		BEN		NÄRA	
						MED		AV					
KAN VARA		TOG TILL		GÖR GRÖT									
TOPPEN		FRU		BILDER						GNED			
FLUOR		VAR		FRÅN ÖST				KORT FÖR					
		LASSIE						MILJÖ-					
								PARTIET					
								RIVANDE					
FRAMDEL		FRÅN		HÄNDER						URAN			
GRAV-		LIMA		ÄVEN						FEMTIO			
VERKTYG				UTAN									
				FINGRAR									
DRACK				FULL-									
MASSOR				STÄNDIGT									
				DRIVS				DEN STYR		DEN RESER			
				ÖVERTYG-				SKÅDE-		EN ARG			
				ANDE?				SPELET		HUND			
DUM-													
SKALLE													
VARIA-		PRATA NÄR											
BEL I		DET SPELAS											
MATTE		WÄGNER											
		MED											
		VINKEN											
UPPRÖRD													
TOPPLATS				SVENSK-		HAR FÖR		ERSÄTT-					
				TYSK		AVSIKT		NING					
				ARTIKEL				ÅSKGUD					
DEL AV										MITT I			
SVERIGE										PLANE-			
										TEN			
KAN		HJÄLPER											
PRICKA		BOXARE											
ANSIKTET													
↳								VIERKE					

Hjärnkraft behöver medlemmar- Medlemmarna behöver Hjärnkraft!

En förening som Hjärnkraft drivs av styrelser och andra frivilligkrafter.
Vem känner du som vill vara med eller vill du själv engagera dig mer?
Föreslå gärna någon till din lokala styrelse, Hjärnkraft Västra Götaland
resp Förbundsstyrelsen.



Medlemsförmåner

Det här får du för medlemsavgiften!

Stöd, råd och vägledning Hjärnkraft har kontaktpersoner på många orter. De kan hjälpa dig med stöd, råd och vägledning. De kan ge tips om rehabilitering och dela med sig av kunskap och erfarenheter. De kan också hjälpa till med kontakter.

Medlemstidningen fyra gånger per år I medlemstidningen kan du läsa de skadades egna berättelser, om aktuell forskning, nytt från våra länsföreningar, intressepolitiska frågor som vi driver och mycket annat.

Informationsmaterial Hjärnkraft har informationsmaterial som du kan få kostnadsfritt. Vi har också flera skrifter och böcker som du kan köpa i vår webbshop.

Konferenser, seminarier, utbildningar, aktiviteter och studiecirklar Runt om i landet har vi utbildningar och seminarier för dig som är hjärnskadad och dina närstående. Professionella föreläsare från vård och omsorg anlitas ofta. Dessa tillfällen brukar vara mycket populära. Kostnadsfria eller subventionerade.

Anhöriggrupper På flera orter finns anhöriggrupper där man träffas och delar erfarenheter. Många säger att det bara är de som varit i samma situation som verkligen kan förstå vad jag känner.

Olycksfallsförsäkring Som medlem i Hjärnkraft omfattas du av förbundets kollektiva olycksfallsförsäkring.

Försäkring När du deltar i våra aktiviteter är du försäkrad via Folksam genom avtal som Funktionsrätt tecknat för sina medlemsförbund.

Hjärnskadekortet används för att beskriva vilka konsekvenser den förvärvade hjärnskadan har för personen och kan underlätta i många vardagssituationer. Formulär för att ansöka om kortet skickas ut i samband med avisering och kan rekvideras via e-post.

Vi arbetar för dig Hjärnkraft arbetar varje dag för att förbättra villkoren och rehabiliteringen för dig som är hjärnskadad. Det gör vi på olika sätt, centralt, regionalt och lokalt, genom att påverka opinionen, uppvakta politiker och beslutsfattare, skriva remissvar och mycket annat.

Medlemsavgiften 340 kr/år för familjer (boende på samma adress) och 220 kr/år för enskild person. Vi har läns- och lokalföreningar på de flesta orter i landet.

Anmäl dig på <https://hjernkraft.se/bli-medlem/>




Hjärnkraft anhörigtelefon

På telefonnummer 08-447 45 38 kommer Wellamo Erikson på förbundskansliet att svara på frågor från och om anhöriga.

Telefontider är måndagar kl. 10 - 12 och onsdagar kl. 12 - 14.

Övriga tider går det bra att lämna ett meddelande på telefonsvararen.

		<p>SVERIGE Porto Betalt</p>
<p>Vid definitiv eftersändning återsänds försändelsen med den nya adressen påskriven.</p>		

Avsändare:

Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft Västra Götaland

c/o Hjärnkraft Göteborg

Dalheimers Hus

Slottsskogsgatan 12, 414 53 Göteborg

Senaste datum för bidrag till nästa nummer: **12 november 2021**



HJÄRNKRAFT

- verkar för effektiv rehabilitering
- arbetar för att minimera konsekvenserna av förvärvade hjärnskador
- arbetar för att öka kunskapen om förvärvade hjärnskador och dess konsekvenser
- stöttar personer med förvärvad hjärnskada och deras närstående
- arbetar förebyggande
- stimulerar forskning och utveckling



Välkommen att bli medlem :

Skadade, närstående eller stödjande:

SEK 220:- per person

SEK 340:- hel familj

Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft,
Stockholm, plusgiro: 1059-5

Lämna följande uppgifter:

Namn, födelseår, adress, telefon.

Skriv:

SK för SKadad

N för Närstående

ST för Stödjande

Du kan även gå in på:

www.hjarnkraft.se - klicka på **bli medlem** och följ instruktionerna.

OBS - I medlemskapet ingår det en olycksfallsförsäkring!

Facebooksida:

Hjärnkraft V.G: Borås-Fyrbodals-Göteborg-Skaraborg

Facebookgrupp:

HjärnPunkten

Hemsida:

<https://hjarnkraft.se/goteborg/>