

AFASIFÖRENINGENS AKTIVITETER

Vår / Sommar 2023

Program nr 1



Foto Rebecka Anderson

Afasi-Center i Klarahuset

Besöksadress: Sabbatsbergsvägen 6

Se kartan på programmets baksida

www.afasicenter.se



Kansliet

Besöksadress: Klarahuset, Sabbatsbergsvägen 6

Postadress: Box 45 444, 104 30 Stockholm

Tel. 08-720 44 80

E-post: afasi@afasicenter.se

Hemsida: www.afasicenter.se

Bankgiro: 5068-3713

Swish: 123-620 21 13

Verksamhetschef: Kersti Eriksson
kersti.eriksson@afasicenter.se

Verksamhetsutvecklare: Margareta Forselius
margareta.forselius@afasicenter.se

Logoped: Kerstin Gustafsson
kerstin.gustafsson@afasicenter.se

Administratör och projektledare: Tove Björkheden,
tove.bjorkheden@afasicenter.se

Koordinator HjärnaTillsammans: Rasmus Bergman
rasmus.bergman@hjarnatillsammans.se

Handledare datorträningsrummet: Johan Berghman,
johan.berghman@afasicenter.se

Värdinna: Susanne Laneklint Bäckman

Vice ordförande och ansvarig utgivare: Ejja Rätty

Medlemsavgift

Medlemsavgiften för enskild medlem och stödjande medlem är 280 kr.

Familjemedlemskap kostar 450 kr och gäller för två till fem personer.

Avgiften betalas till Afasiförbundet på utsänd avi efter anmälan på hemsidan eller till oss på Afasi-Center.

Som medlem i föreningen får du:

- Aktivitetsprogrammet 3 gånger/år med möjligheter att delta i stimulerande aktiviteter i föreningens regi.
- Rabatt på SVs studiecirklar för personer med afasi.
- Tidningen Afasi 4 gånger/år från Afasiförbundet i Sverige.



Ni når oss alla på
tel. 08-720 44 80

www.afasicenter.se

På hemsidan hittar du
senaste nytt om
Afasiföreningens aktiviteter,
information om afasi och du
kan beställa material m.m.



Kalendarium vår/sommar 2023

Mars

- 23 "Spelhåla", sid. 7
- 28 COGMED kursstart, sid. 15
- 28 Blodtrycksmätning, sid. 12
- 28 FILM: Hälsoresan, sid. 12
- 30 Påsk-pyssel, sid. 6

April

- 4 Tisdagsträff HjärnaTills, sid. 18
- 5 Påsk-lunch, sid. 6
- 11 Pub-afton, sid. 6
- 12 Anhörigträff, sid. 14
- 13 Besök av Taltjänst, sid. 7
- 18 Årsmöte länsföreningen, sid 5
- 19 Naturguidning Tyresö, sid. 11
- 20 Teknikstöd, sid. 7
- 27 "Spelhåla", sid. 7

Maj

- 2 Tisdagsträff HjärnaTills, sid. 18
- 3 Anhörigträff, sid.14
- 4 Radiohjälpens film/foto, sid 13
- 11 Väntjänst på besök, sid.7
- 22 Naturguidning Tyresö, sid. 11
- 25 Teknikstöd, sid. 7

forts. Maj

- 27 Vernissage & vårkonsert, sid. 8
- 29 Vaxholmsresa, sid. 10

Juni

- 1 Naturguidning Tyresö, sid. 11
- 1 "Spelhåla", sid. 7
- 8 Start Sommarkurser, sid. 13
- 9 Öppet Hus, Eken, sid. 19
- 20 Grillkväll, sid. 9
- 29 Sommarfika sid. 8

Juli

- 6 Sommarfika, sid. 8
- 13 Sommarfika, sid. 8
- 20 Sommarfika, sid. 8
- 27 Sommarfika, sid. 8

Augusti

- 3 Sommarfika, sid. 8
- 9 Ålandskryssning, sid. 11
- 10 Sommarkafé, sid. 8
- 12 Bussresan, sid 4
- 21 Terminsstarter, sid. 16-17
- 24 Surströmming, sid. 9
- 28 Oscars brygga, sid. 11
- 29 Kräftskiva, sid. 9

STÄNGT på Afasiföreningens kansli:

Kristi Himmelsfärdshelgen:

onsdag 17 maj - söndag 21 maj

Påskhelgen

torsdag 6 april - måndag 10 april

Nationaldagen:

måndag 5 - tisdag 6 juni

Semesterstängt:

måndag 3 juli - fredag 28 juli

Vi öppnar igen måndag 31 juli

Bussresa till Småland—Ädelfors folkhögskola

Lördag 12 augusti - Onsdag 16 augusti 2023

Vi reser i speciellt anpassad buss. Vår chaufför Berth har lång erfarenhet av att resa med oss. Vi har 3 personer ur vår egen personal med på resan. Medföljande är välkomna. Alla aktiviteter är anpassade för dig med rullstol.



Preliminärt program:

- Dag 1: Resa via Stavsjö, Norrköping, Kisa till Holsbybrunn
- Dag 2: Skullaryd – Älgsafari. Grillfest hos Berth.
- Dag 3: Kosta, Glasbruk - Hyttsill/middag.
- Dag 4: Växjö stad och domkyrka, guidning. Moheda sylt
- Dag 5: Hemresa via Eksjö, Tranås, Mjölby till Stockholm.



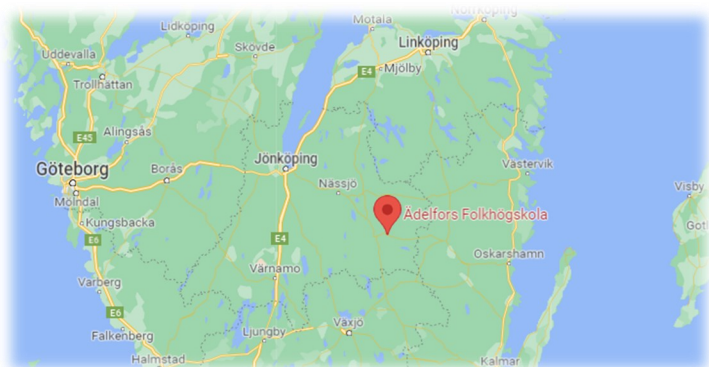
Pris inkl allt: 6 200 kr

Priset är subventionerat.

För att resan ska kunna genomföras behöver vi bli minst 30 personer.

Gör din **intresseanmälan** till Afasiföreningen tel 08-720 44 80.

Bindande anmälan 31 maj.



Lift för rullstolar



Välj din plats i bussen



Guide med teckenspråk



Extra rymlig toalett



Eija Rätty

(Vice) Ordförandens rader!

Nytt program för våren och sommaren!!

Snart är det dags för **årsmöte** på Afasiföreningen (se nedan). Det är då vi summerar all den fantastiska verksamhet, som våra anställda på Afasicentret och volontärer i föreningens olika aktiviteter har genomfört.

Viktigaste frågan på årsmötet är beslutet om vilka verksamheter som ska prioriteras under året och kommande år. Annars är ju vårt utbud för våren och sommaren 2023, väl beskrivet i detta programblad.

Men är det några aktiviteter, roliga, viktiga, som du saknar! Hör genast av dig!!

Så planerar vi in det i programmet framåt.

Vi vill med alla medel förebygga den psykiska ohälsa som personer med afasi och deras anhöriga, drabbas av i alltför stor omfattning.

Diagnosen afasi har de sämsta resultaten.

Så kom igen med härliga nya idéer och vi syns på årsmötet!

Hjärtligt välkomna!

Eija Rätty

(vice ordförande, styrelsen för Afasiföreningen i Stockholms län)



Kom till Årsmöte med länsföreningen!

Här är alla medlemmar välkomna att delta!

Vi redovisar 2022 och planerar framåt.

En ny styrelse ska väljas.

Har du idéer och synpunkter så kan du berätta det för mötet.

Vill du lämna in en motion ska den vara skriftlig och insänd snarast.

Du kan få hjälp att skriva en motion, kontakta kansliet.

KALLELSE

När: Tisdag 18 april

Tid: kl. 17.00-19.00

Var: Afasiföreningen, Sabbatsbergsvägen 6

OBS! Vi bjuder på något gott att äta!

Därför behöver du anmäla att du tänker komma,
senast fredag 14 april.

Anmäl till kansliet tel 08-720 44 80. Beställ färdtjänst för hemresan till kl. 19.10.



Fira Påsk med Afasiföreningen!

Påsk-pyssel

När: Torsdag 30 mars
Tid: kl. 12.30-14.00 **OBS tiden!**
Var: Afasiföreningen, Sabbatsbergsvägen 6
Pris: 40 kr för fika och material.

Beställ färdtjänst för hemresan till kl. 14.10

Nu låter vi fantasin och kreativiteten flöda!
Kom och gör fina prydnader till påsk!



Glad Påsk!

Påsk-lunch

När: Onsdag 5 april
Tid: kl. 13.00-15.00
Var: Afasiföreningen, Sabbatsbergsvägen 6
Pris: 130 kr per person

Beställ färdtjänst för hemresan till kl. 15.10

Kom och fira påsk tillsammans med andra medlemmar i föreningen. Vi serverar en enkel god påsk-lunch och har det trevligt tillsammans.

Anmälan till kansliet senast 28 mars, tel. 08-720 44 80



Pubkväll

När: Tisdag 11 april
Tid: kl. 17.00-19.00
Var: Afasiföreningen, Sabbatsbergsvägen 6

Välkommen till en kväll fylld med musik, trevlig samvaro och möjlighet till en svängom på dansgolvet.

Johan Berghman spelar gitarr!

Drycker och lättare förtäring finns att köpa till självkostnadspris i baren.

Anmälan till kansliet tel. 08-720 44 80.

Beställ färdtjänst för hemresan till kl. 19.10



**JB
LIVE!**



Drop-in-



FIKA



När: Måndag - torsdag

Tid: kl. 10.00 - 15.00

Ta en kopp kaffe och umgås med de andra besökarna.

På tisdagar kl 13-15 finns alltid personal på plats i "Lilla kaféet". Kaffe och fikabröd 25 kr.

Var: Afasiföreningen, Sabbatsbergsvägen 6

Frågor ring tel. 08-720 44 80



Föreläsning med information från **Taltjänst och Väntjänst - bra för dig med afasi!**

Kafé med gäster som informerar om stöd för personer med funktionsnedsättning som du kan få utan kostnad.

Torsdag 13 april kl. 12.30-14.00 Besök av Taltjänst, (Region Stockholm)

Torsdag 11 maj kl. 12.30-14.00 Besök av Frivillig Väntjänst

Få hjälp med tekniken!

Ta med din mobil, surfplatta eller bärbar dator.

Torsdag 16 mars kl. 12.30-14.00

Torsdag 20 april kl. 12.30-14.00

Torsdag 25 maj kl. 12.30-14.00

Om du inte kan komma dessa datum, ring oss så bokar vi en egen tid för dig! Ring tel. 08- 720 44 80.



"Spelhåla" – skojig hjärngympa för alla

Vi sätter oss runt småbord och spelar olika spel tillsammans
t ex Yatzy, Memory, Alfapet, Fia, med mera.

Torsdag 23 mars kl. 12.30-14.00

Torsdag 27 april kl. 12.30-14.00

Torsdag 1 juni kl. 12.30-14.00



Var: Afasiföreningen, Sabbatsbergsvägen 6

Beställ färdtjänst för hemresan till kl. 14.10

 **Afasi**
Afasiföreningen Eken
Stockholms stad



Kulturdag på Afasi-Center

Lördag 27 maj



Vernissage

kl. 12.00-13.00

Sabbatsbergsvägen 6

Kom och se vad cirklarna i Teckna-Måla har arbetat med under vårterminen!

Presentation av konstnärerna och information till dig som funderar på att börja måla.



Vårkonsert

kl. 14.00-15.00

Sabbatsbergskyrkan

Eastmanvägen 26

Deltagarna i studiecirkelarna

Sång och musik, Kom-igen-kören, sjunger vår- och sommarsånger under ledning av Ingrid Florin.



Förtäring:

kl. 13.00-14.00 Korv & bröd

kl. 15.00-15.45 Kaffe & kaka

till självkostnadspris.

Anmälan till: Afasiföreningen tel. 08-720 44 80

OBS! Kyrkan har 2 entréer. Entré utan trappa ligger på baksidan av kyrkan. Adress **Eastmanvägen 26**.

Entrén på framsidan, adress **Sabbatsbergsvägen 6**, har en lång och relativt brant trappa.

Samarrangemang Afasiföreningen i Stockholms län, Gustaf Vasa församling och Studieförbundet Vuxenskolan.



**Studieförbundet
Vuxenskolan**

Svenska kyrkan 
GUSTAF VASA FÖRSAMLING

Sommarfika

När: Torsdagar

Tid: kl. 13.00-15.00

Var: Afasiföreningen,
Sabbatsbergsvägen 6



Öppet Hus - ingen föränmälan!

Vi sitter på terrassen. Vid regn flyttar vi in.

Följande torsdagar kan du komma och fika hos oss:

29/6, 6/7, 13/7, 20/7, 27/7, 3/8, 10/8.



Kaffe, bulle och kaka **25 kr.**

Beställ färdtjänst för
hemresan till kl. 15.10

Grillkväll

När: Tisdag 20 juni
Tid: kl. 17.00-19.00
Var: Afasiföreningen, Sabbatsbergsvägen 6
Pris: 110 kr per person

Vi avslutar vårterminen med en gemensam grillfest på terrassen. Johan tar med gitarren och bjuder på musik till maten.

Dryck finns att köpa till självkostnadspris.

Beställ färdtjänsten för hemresan till kl. 19.10.



**Anmälan till kansliet
tel. 08-720 44 80.**

Begränsat antal platser,
först till kvarn...

Surströmmingsfest

När: Torsdag 24 augusti
Tid: kl. 17.00 - 19.00
Var: Afasiföreningen, Sabbatsbergsvägen 6
Pris: 80 kr per person

En fest för alla som tycker om surströmming.

Om vädret tillåter sitter vi utomhus på terrassen.

Dryck finns att köpa till självkostnadspris.

Beställ färdtjänsten för hemresan till kl.19.10.



**Anmälan till kansliet
tel. 08-720 44 80.**

Begränsat antal platser,
först till kvarn...

Kräftskiva

När: Tisdag 29 augusti
Tid: kl. 17.00-19.00
Var: Afasiföreningen, Sabbatsbergsvägen 6
Pris: 100 kr per person

I priset ingår 6 kräftor, paj, bröd, smör, ost, kaffe och kaka.

Dryck finns att köpa till självkostnadspris.

Beställ färdtjänsten för hemresan till kl. 19.10.



**Anmälan till kansliet
tel. 08-720 44 80.**

Begränsat antal platser,
först till kvarn...

Skärgårdsbåt till Vaxholm

När: Måndag 29 maj

Var: Samling Strömkajen ca kl 9.30.
Vi kommer tillbaka ca kl 16.00.

Vad: Lunch bokas kl 11.30 på restaurang
Winberghs Kök o Bar i hamnen.

Därefter finns tid att promenera i den vackra sommarstaden.
Du kan välja att åka en tidigare båt tillbaka eller
boka din färdtjänst hem direkt från Vaxholm den tid du önskar.

Båtbiljetter

Du som har färdtjänstkort åker gratis på Waxholms-bolagets båtar.
Du får också ta med dig en ledsagare gratis. För övriga gäller
ordinarie pris **97 kr** enkel resa eller pensionärspris **64 kr** enkel resa
Biljetterna köper du på båten. Vi meddelar dig kostnad och ger
detaljerad information i god tid innan.

Anmälan tel. 08-720 44 80 senast 22 maj.



Utflykt till Oscars brygga

som ligger i naturreservatet Tranvik
i Grovsta, Norrtälje.

När: Måndag 28 augusti

Tid: kl. 10.00-15.00.

Pris: 75 kr för lunch & fika

Utflykten bekostas av bidrag från
Stiftelsen Oscar Hirsch Minne.

Det blir en heldag med möjlighet att följa med på
en båttur i Norrtäljes skärgård.

Fiske för de som vill det, båten är anpassad
för rullstolar.

Miljön är unik och har handikappanpassade
byggnader, bryggor, toalett och en
skogsslinga för rullstol på ca 600 m.

Här finns också en paviljong med fikarum,
WC/dusch, pentry och vilorum.

Anmälan tel. 08-720 44 80 senast 31 maj.



Resan: För er som inte behöver
rullstolstaxi kommer vi att ha en
buss som går från Afasiföreningen,
Sabbatsbergsvägen 6.
Samling kl 8.30. Åter ca kl 16.30.

Kryssning till Åland

Grisslehamn i Roslagen - Eckerö på Åland

När: Onsdag 9 augusti

Var: Samling Cityterminalen kl 7.00.
Vi kommer tillbaka dit kl 16.45

Vad: Resa och lunchbuffé, bokad till kl 12.30.

Pris: 460 kr

Personal från Afasiföreningen följer med på resan.
Du får mer detaljerad skriftlig information i god tid innan.

Anmälan tel. 08-720 44 80 senast 31 maj.



Tillgängliga natur-guidningar våren 2023



Lätta, guidade vandringar anpassade för rullstolar i vackra Tyresö.

Onsdag 19 april kl 11-00-13.30

Kolardammarna – Vårblommor och vattenrening

Vandringen är 2 km lång och tar cirka 2,5 timmar med paus.
Ta med egen matsäck.



Måndag 22 maj kl. 11.00-14.00

Tyresö slottspark – försommarblomster i lummig parkmiljö

Vandringen är 3 km lång och tar cirka 3 timmar med paus.
Ta med egen matsäck.



Torsdag 1 juni kl. 11.15-13.15

Barnsjön – skogssjö i sprickdalslandskap

Vandringen är 1 km och tar cirka 2 timmar med paus.
Ta med egen matsäck. **OBS!** Det finns inga toaletter.



Vandringarna är gratis.

OBS! Begränsat antal platser. Anmälan krävs!

Personal från Afasiföreningen kommer att finnas med på guidningarna.

**För anmälan och mer information ring
Afasiföreningen på tel. 08-720 44 80**

Guidningen genomförs i samarbete med Tyresö kommun och Studieförbundet Stockholms läns projekt "Naturen på lika villkor".

Att underlätta kommunikation vid svår/medelsvår afasi!

SCA-kurs för anhöriga

(Supported Conversation for Adults with Aphasia)

Logoped Kerstin Gustafsson håller kurser i samtalsmetoden

Mål: att underlätta kommunikationen vid afasi.

Kursen är **gratis** för medlemmar i Afasiföreningen.

Kursupplägg: Dagtid 2 timmar vid 3 tillfällen, inkl fikapaus.

Kursdag 3 välkomnas personen med afasi tillsammans med sin anhörige för praktisk övning i SCA.

Datum: Fastställs när minst tre par anmält intresse.

Frågor och anmälan till kansliet på tel. 08-720 44 80.



Kerstin Gustafsson
Logoped



Lätt gympa för alla!

Rolig träning för hela kroppen.

Sittandes eller ståendes efter förmåga.

Vi gör enkla rörelser och tränar styrka, rörlighet och kondition.

Avslutar med en stunds avslappning.

När: Onsdagar

Tid: kl. 11.00-12.00

Ledare: Johan Berghman / Maggan Forselius

Var: Afasiföreningen, Sabbatsbergsvägen 6



**Ingen anmälan!
Kom och prova på!**

Hälsovecka 27 - 31 mars

Låt oss inspirera varandra till hälsosammare vanor!

Kom och prova på och lär dig mer om hur

vi kan förbättra vår hälsa! X-tra fint fika hela veckan!

I grupperna pratar vi om hälsa och livsstil.

Tipsar varandra om roliga och lätta aktiviteter.

När: Tisdag 28 mars

kl 13.00 - 15.00 FILM; Hälsoresan

kl 14.30 - 15.30 Drop-in.

Sjuksköterska Marita finns
på plats och mäter ditt blodtryck.

Var: Afasiföreningen, Sabbatsbergsvägen 6



Beställ färdtjänsten för
hemresan till kl.15.10.

Sommarkurser 2023

Konstutställningar

Vi besöker intressanta utställningar i Stockholm.

Vi lunchar/fikar och pratar om vad vi sett.

Medföljande välkomna.

Detaljerad information sänds ut med bekräftelse.

När: Tisdagar 16 maj– 30 maj (3 gånger)

Tid: kl 11.00-14.00

Ledare: Maria Jonsson

Kostnad: 350 kr (medlemspris)

Språklig stimulans

Vi läser och pratar om intressanta ämnen.

Vi fikar och har trevligt tillsammans.

När: Torsdagar 8 juni – 13 juli (6 gånger)

Tid: Grupp 1: kl. 10.00 - 12.15 (svår afasi)

Grupp 2: kl. 13.30 - 15.45 (lätt afasi)

Ledare: Eva Linnér / Christina Berghman

Var: Afasi-Center, Sabbatsbergsvägen 6

Kostnad: 390 kr (medlemspris)

Läs-cirkel med besök på Södermalm

Vi läser lättläst och pratar om Södermalm förr och nu.

Vi fikar och har trevligt tillsammans. Vi planerar för korta stadsvandringar tillsammans.

När: Torsdagar 8 juni – 13 juli (6 gånger)

Tid: kl. 10.00 - 12.15

Ledare: Annika Ingesson

Kostnad: 390 kr (medlemspris)

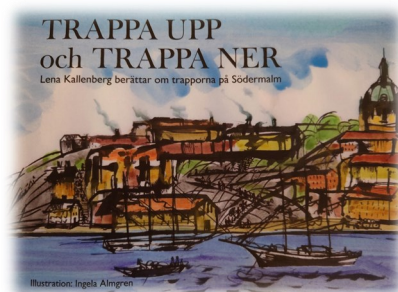
Var: Afasi-Center, Sabbatsbergsvägen 6

Fika till självkostnadspris 25 kr.

Anmälan till Afasiföreningen tel. 08-720 44 80 senast 15 maj.



**Studieförbundet
Vuxenskolan**



Bilder och film från Radiohjälpen

Åke var här och filmade och fotade oss i flera veckor.

Nu får vi äntligen se vad det blev!

Vi bjuder på dryck och snacks.

När: Torsdag 4 maj

Tid: kl. 13.00-14.00

Var: Afasiföreningen, Sabbatsbergsvägen 6



Nybesök

För dig som är intresserad och vill veta mer om Afasiföreningen
finns det möjlighet att komma på nybesök.

Vi bokar in en tid då vi ses. Vi bjuder på fika.
Vi berättar om vår verksamhet och vad man kan göra
här på Afasiföreningen. Vi avslutar med en rundtur i våra lokaler.

Nybesöket tar ca 1 timme och är gratis.

Anhöriga/närstående och personal är välkomna att vara med.



Ring kansliet tel. 08-720 44 80 och boka tid för besöket. Välkomna!

Afasiföreningens logoped

Hos vår logoped, Kerstin Gustafsson, kan du med afasi eller som anhörig få råd och stöd. Det kan gälla t ex rehabilitering, kommunikation vid afasi och/eller demenssjukdom och vilket stöd man har rätt till från kommun och landsting.

Kerstin kan också hjälpa till att finna logopedmottagningar i ert närområde. Hon finns på Afasiföreningen

måndagar och tisdagar kl. 9.00-17.00.

På Hjärna Tillsammans hemsida under rubriken *Faktabank* finns mycket som du som anhörig kan ha nytta av.

Gå in på www.hjarnatillsammans.se



Kerstin Gustafsson
Logoped

**Välkommen att ringa
för samtal eller besök
tel. 08-720 44 80**

Grupp för anhöriga

Eija Rätty vice ordförande och anhörig leder gruppen.
På träffarna delar vi anhöriga med oss av våra erfarenheter
och kunskaper, sorger och glädjeämnen.

Framförallt stöttar vi varandra i vår roll som anhörig.

Det händer också att vi bjuder in gäster, föreläsare och
politiker som informerar om för oss aktuella frågor.

Det är gruppen som bestämmer vad det blir!

Du kan också delta digitalt, kontakta oss i god tid så
ordnar vi länk.

När: Onsdagar kl. 17.00-19.00

Datum: 12 april, 3 maj

Plats: Sabbatsbergsvägen 6 i Stockholm.



Eija Rätty
Vice ordförande och
anhörigkontakt

**Anmälan till kansliet
tel. 08-720 44 80.**

**Varmt
välkommen!**

Arbetsminnesträning med "COGMED QM"

Nu startar vårens kurs i datorprogrammet Cogmed.

En intensiv träning för att förbättra arbetsminnet.

Den innebär träning minst 3 gånger per vecka,

45 minuter i taget. Sammanlagt 25 tillfällen.

Det går även bra att träna hemma.

Startmöte:	Tisdag 28 mars	Introduktion
Mellanmöte:	Tisdag 25 april	Avstämning
Slutmöte:	Tisdag 23 maj	Resultat / avslutning

Tid: kl. 15.00-16.00

Var: Afasiföreningen, Sabbatsbergsvägen 6

Pris: 250 kr (men ingen kostnad för dig som redan tränar i datorrummet.)

Frågor och anmälan på tel. 08-720 44 80



Välkommen till Datorträningsrummet!

Här tränar vi språklig förmåga, till exempel läsa, skriva, prata i olika datorprogram.

Du som kommer första gången får prova ut egna övningar hos vår logoped Kerstin. Det går bra att börja när som helst under terminen.

Priser:

- Träning 1 timme/vecka kostar 300 kr per termin.
- Träning 2 timmar/vecka, eller mer kostar 500 kr per termin.
- 1:a logopedbesöket kostar 200 kr.

Frågor och anmälan på tel. 08-720 44 80



Johan Berghman
Handledare i
datorträningsrummet



Kerstin Gustafsson
Logoped

Bridge är hjärngympa!

Lär dig spela bridge! Under trevlig samvaro blir det hjärngympa och träning på siffor!

När: Fredagar

Tid: kl. 12.00-14.00

Var: Afasiföreningen,
Sabbatsbergsvägen 6

Ledare: Jan Rudenstedt

Pris: Kaffe, bulle och kaka 25 kr.



Studiecirklar och kamratgrupper

Vi har olika grupper igång som träffas samma tid varje vecka. Det går bra att prova på för att hitta rätt grupp som man trivs med. Föreningen samarbetar med Studieförbundet Vuxenskolan om föreläsningar och studiecirklar. Hör av dig så berättar vi mer och tittar på var det finns plats att vara med!



Frågor och anmälan kontakta Maggan Forselius på tel. 08-720 44 80, 076-556 13 90

Kamratgrupper

Kamratgrupperna är studiecirklar som leds av personal eller medlemmar med egen erfarenhet av afasi, eller annan personal. Ingen deltagaravgift.

Plats: Afasiföreningen Sabbatsbergsvägen 6

I mån av plats får nya deltagare prova på en eller ett par gånger.

Språklig stimulans

Du får prata, läsa och skriva efter din förmåga. Vi kan använda Nutidsfrågor, texter, bilder, spel och övningar. Gruppen väljer ämnen man är intresserad av. Du möter andra med afasi och utbyter erfarenheter.

- | | | |
|------------|-----------------|--------------------|
| • Måndagar | kl. 10.30-12.00 | Kenneth Bingström |
| • Tisdagar | kl. 10.00-11.30 | Cinna Bromander |
| • Tisdagar | kl. 10.30-12.00 | Susanne Laneklint |
| • Tisdagar | kl. 13.00-14.30 | Cinna Bromander |
| • Onsdagar | kl. 10.00-11.30 | Cinna Bromander |
| • Onsdagar | kl. 10.00-11.30 | Mathilda Cederlund |
| • Onsdagar | kl. 13.00-14.30 | Cinna Bromander |



Kenneth



Cinna

Läsgrupp

Vi väljer tillsammans en lättläst bok och läser högt för varann. Vi pratar om innehållet och hjälper varandra att förstå.

- | | | |
|------------|-----------------|--------------------|
| • Tisdagar | kl. 10.00-11.30 | Mathilda Cederlund |
|------------|-----------------|--------------------|



Mathilda

Engelska

Träna att prata, läsa och skriva på engelska. Nivågrupperad.

- | | | |
|-------------|-----------------|--------------------|
| • Tisdagar | kl. 13.00-14.30 | Mathilda Cederlund |
| • Torsdagar | kl. 10.00-11.30 | Mathilda Cederlund |
| • Torsdagar | kl. 13.00-14.30 | Mathilda Cederlund |



Johan

Matematik

Du får räkna olika räknesätt och träna på att använda siffror, klockan, datum och årtal. Individuellt anpassat.

- | | | |
|------------|-----------------|--------------------|
| • Onsdagar | kl. 13.00-14.30 | Mathilda Cederlund |
|------------|-----------------|--------------------|



Susanne

Musikgrupp

Kom och sjung välkända låtar och träna både röst och rytmik. Alla deltar efter sin egen förmåga. Musik är glädje och hjärngympa!

- | | | |
|-------------|-----------------|----------------|
| • Torsdagar | kl. 10.30-12.00 | Johan Berghman |
|-------------|-----------------|----------------|



Studiecirklar

Studiecirkarna har ledare som är anställda på Studieförbundet Vuxenskolan. Alla har erfarenhet av att träffa personer med afasi och utbildning i att leda grupper. Deltagaravgift 920 kr för 17 gånger.

I mån av plats får nya deltagare prova på en eller ett par gånger.

Språklig stimulans

Du får prata, läsa och skriva efter din förmåga. Vi använder lättlästa böcker, Nutidsfrågor, texter och bilder. Gruppen väljer ämnen man är intresserad av. Du möter andra med afasi och utbyter erfarenheter.

- Måndagar kl. 13.00-15.15 Mathilda Cederlund
Digitalt
- Måndagar kl. 12.45-15.00 Annika Ingesson
Afasi-Center
- Tisdagar kl. 09.30-11.00 Katarina Strömberg
digitalt
- Tisdagar kl. 13.30-15.00 Katarina Strömberg
digitalt
- Onsdagar kl. 13.15-14.45 Annika Ingesson
Gärdet, Östermalm
- Tisdagar kl. 13.00-15.00 Christina Berghman
Vaxholm (10 gånger)
- Torsdagar kl. 10.00-12.15 Eva Linnér
Tellus, Södermalm
- Torsdagar kl. 12.30-14.45 Christina Berghman
Tellus, Södermalm



Christina



Eva



Annika

Teckna och måla

Du väljer motiv från bilder eller ur fantasin. Ledaren hjälper till med teknik vid behov. Du uttrycker dig med hjälp av färg och form.

- Tisdagar kl. 13.00-15.15 Maria Jonsson
Östermalm
- Fredagar kl. 09.45-12.00 Katarina Strömberg
Afasi-Center
- Fredagar kl. 12.30-14.45 Charlotte Rönnlund
Afasi-Center



Sånggrupp "Kom-igen kören"

Vi sjunger kända och populära sånger tillsammans. Var och en efter förmåga till ackompanjemang på gitarr.

- Onsdagar kl. 12.45-15.00 Ingrid Florin
Afasi-Center



Ingrid

Frågor och anmälan kontakta Maggan Forselius tel. 08-720 44 80, 076-556 13 90

Projektet HjärnaMåBra

En satsning för att motverka psykisk ohälsa och främja hälsan för personer med förvärvad hjärnskada och deras anhöriga. I projektet samarbetar vårdgivare, patientföreningar och personer som drabbats av förvärvad hjärnskada. Afasiföreningen är projektägare. Läs gärna mer på vår hemsida www.hjarnatillsammans.se. Där finns bland annat:



- **Faktabank**

I faktabanken finns information om förvärvad hjärnskada, afasi, hjärntrötthet, rehabilitering, stöd i vardagen med mera. Du kan också få stöd från våra kamratstödjare, möta personer som själv har en hjärnskada, titta på filmer och lyssna på vår podd.

- **Webbutbildningar**

HjärnaTillsammans har utvecklat två webbutbildningar:
”Kommunikationsstöd” och ”Rehabiliterande förhållningssätt”



Tisdagsträffar kl 17.00-19.00

4 april Prova-på Yoga

2 maj Information från Bosse Råd & Stöd

Plats: Afasiföreningen, Sabbatsbergsvägen 6, Vasastan



Afasiföreningen i Södertälje/Nykvarn

Kontakt: Ordförande Carina Bladh tel. 070-966 04 19
Kenneth Bingström, cirkelledare tel. 070-554 35 25



Utflykt till Gillberga Friluftsgård

När: Söndag 14 maj kl. 12.00-15.00

Vi går tipspromenad, spelar kubb och lunchar.

Anmälan till Carina senast 11 maj.



Kamratcirklar

Tillsammans tränar vi språket, läser Nutidsfrågor och pratar.

När: Torsdagar kl. 13.00-15.00

När: Tisdagar kl. 14.00-16.00

Var: Träffpunkt Södertälje

Var: Tankesmedjan i Nykvarn

Ledare: Carina Bladh

Ledare: Kenneth Bingström

Afasiföreningen i Haninge -Tyresö

Kontakt: Ordförande Ingrid Nilsson tel. 070-639 99 59
Kerstin Liedström tel. 072-724 04 20



Vår lunch på Kumla Herrgård

När: Torsdag 4 maj kl. 14.00-15.30

Anmälan senast 28 april till kontaktpersonerna ovan.



Vill du delta i språkträning i Handen eller Tyresö?

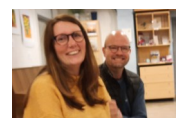
Vi kan starta en grupp så snart vi har minst fem anmälda.

Frågor och anmälningar tel. 08-720 44 80, 076-5561390

Kafé Afasiträffen i Tyresö

När: Fredagar kl 14.00-ca 16.00

Var: Café Himlagott, Kyrkogrand 14, Tyresö



Värdpar: Mathilda och Jörgen

Afasiföreningen Eken - Stockholms stad

Kontakt: Margareta Forselius tel. 076-556 13 90



Träffpunkt för seniorer med afasi i Stockholm

Vi finns på plats och tar emot dig som vill träffa andra med afasi.

Torsdagar kl 12.30-14.00

- 23/3 Kafé - Spelhåla (t.ex. Yatzy, Memory etc, bra hjärngympa!)
- 13/4 Kafé - Besök av Taltjänst (från Region Stockholm)
- 20/4 Kafé - Teknikstöd (ta med din mobil, surfplatta etc)
- 27/4 Kafé - Spelhåla (t.ex. Yatzy, Memory etc, bra hjärngympa!)
- 11/5 Kafé - Besök av Frivillig Väntjänst (ledsagare)
- 25/5 Kafé - Teknikstöd (ta med din mobil, surfplatta etc)
- 1/6 Kafé - Spelhåla (t.ex. Yatzy, Memory etc, bra hjärngympa!)



Picknick i Rålambshovsparken

När: Onsdag 31 maj kl. 16.00-18.00

Vi visar att vi finns med en skylt och hittar en hörna att vara.
Om dåligt väder ses vi på Afasi-Center istället.

Öppet Hus på Afasi-Center

När: Fredag 9 juni kl. 11.00-14.00 (obs; anmälan)

Särskilt inbjudna är alla 65+ som vill veta mer om verksamheten.

Var: Sabbatsbergsvägen 6, Vasastaden



Afasiföreningen i Nordvästra Stockholm

Järfälla, Sollentuna, Upplands Väsby, Upplands-Bro, Vallentuna

Kontakt: Ordförande Sture Andreasson tel. 073-344 24 52

Margareta Forselius tel. 076-556 13 90



Vårlunch på Ulriksdals slottscafé

När: Fredag 2 juni kl. 12.00-14.00

Plats: Samling vid Slottscaféet. Resan dit sker på egen hand.
Anmälan till Margareta eller Sture så bokar vi bord.

Kamratcirkel i Sollentuna

När: Torsdagar kl. 10.00-12.00 t o m 20 april

Plats: Malmvägen 14A, 5tr, Sollentuna

Ledare: Nisse Skarp

Tillsammans tränar vi språket, läser Nutidsfrågor och pratar.

Kafé Afasiträffen i Vallentuna

När: Sista fredagen/månad kl. 15.00-17.00.

Datum: 31 mars, 28 april, 26 maj.

Plats: Träffpunkten, Allévägen 10 i Vallentuna.

Vi träffas och fika och pratar om allt möjligt!



Afasiföreningen i Norrtälje

Ingen verksamhet just nu. Är du intresserad av att träna ditt språk – att läsa, skriva och samtala i en liten grupp? Det finns också möjlighet att delta i en digital grupp. Ring tel. 08-720 44 80.

Så här kommer du till Afasiföreningens lokaler

Besöksadress: Sabbatsbergsvägen 6

T-bana: S:t Eriksplan

Bussar: nr 3, nr 4 och nr 77

Pendeltåg: Odenplan



Afasiföreningen i Stockholms Län

Sabbatsbergsvägen 6,

Box 45 444, 104 30 Stockholm

Telefon: 08-720 44 80

e-post: afasi@afasicenter.se