

# Årsberättelse 2023 i bilder



# Villa Pollux - Kansliet



- Bemannat dagligen
  - Thomas Johansson
  - Anette Andersson
- Medlemskontakter
- Hemsida
- Evenemang
  
- Samlingslokal
- 3 dubbelrum



*Emil Bengtsson och Carina Holgersson representerade Neuro Halland.*

## Neuro Halland träffade regionpolitiker

- Regionfullmäktige 1 mars
- Politikerdebatt i Stadsbiblioteket
- Träff i Villa Pollux vid 2 tillfällen



Marknader

# Hjärnan är fantastisk

Tankens kraft

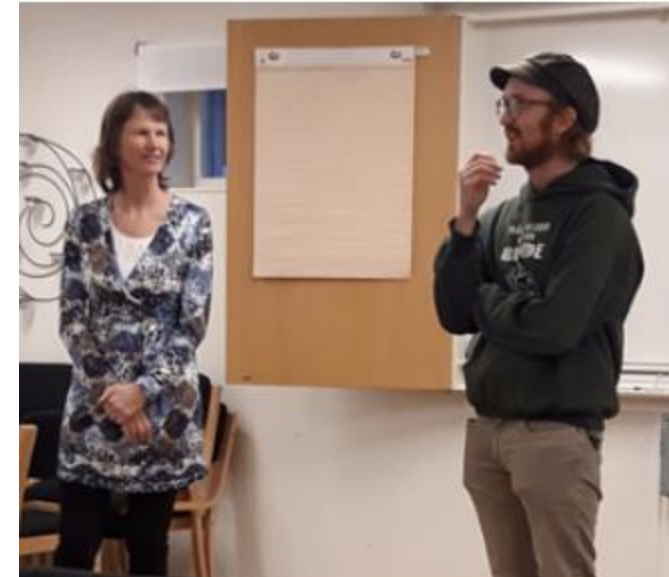


## Magasin

– utskick till alla  
medlemmar i Halland  
och alla Neuroförbund

**Föreläsningar** vid 9  
tillfällen i hela länet

**Lockat många nya  
medlemmar**



*Hjärnan är fantastisk!*

*Hur hjärntrötthet kan hanteras och tränas bort*



**Anhörigträff via Teams: Carina Holgersson om  
hjärntrötthet och vägen tillbaka**

2023-12-0

Torsdagen den 7 december kl. 19-20 finns möjlighet att lyssna digitalt på  
Carina Holgersson (ordförande Neuro Halland) som berättar om sin

13cm

# Valjevikenkurser 2023



*Fläskboll där samtliga fick prova på rullstol.*

5 dagar med 22 deltagare  
3 dygn med 17 deltagare

# Endagsutflykt till Strannegården



*Strannegården, Onsala. Arkivfoto från Neuroförbundet Göteborgs hemsida.*



## Avkoppling på Strannegården

1 juli 2023

Buss från Halmstad

22 deltagare från hela Halland

Heldag med mat och aktiviteter



# Medlemsträffar



**Villa Pollux 8/2** - kvällsträff

**Villa Pollux – Heldag 24/8**

Kungsbacka anordnade buss.

Lunch, Boule, vandring, meditation

**Laxbutiken 21/10**

57 deltagare kom från hela länet med buss och avnjöt en laxlunch med gemenskap och musikquiz

HELA LIVET

# Hjärnan i centrum

Träffa oss och lär dig mera → Om oss

**HALMSTAD ARENA**

Söndagen den 1 oktober 2023  
kl. 11 – 16

TILLSAMMAS

**Gemenskap – Glädje – Gnista**





# Program

## >>> KLARASALEN

Halmstads Stadsbibliotek  
Onsdag 4 oktober kl. 13–19.30

**Föreläsningar med tid för publikfrågor  
Kl. 13–15.30. Välj vad du vill gå på!**

- > Hjärnskakningar är rehabiliteringsbara (Frida Johansson)
- > Att leva med MS (Frans)
- > Ge aldrig upp, alla har rätt till bra kommunikation och träning (My Gustafsson)
- > Från extremt hjärntrött tillbaka till livet (Carina Holgersson)
- > Dans, balans och rörelse till musik (Hugo Tham)

**Kl. 16–17.30**  
Nya behandlingsformer av neurologiska sjukdomar  
Håkan Widner, överläkare neurologi

**Kl. 18–19.30**  
Politikerdebatt med regionpolitiker  
Debattledare Anders Stålhammar

*Fri entré – öppet för alla!*  
Begränsat antal platser

Vill du vara säker på att få plats kan du boka via:  
Neuro Hallands kansli  
mail: halland@neuro.se | tel: 035-10 50 24

**HELA LIVET**  
**Hjärnan i centrum**

Vi är ett antal föreningar inom idrott, hälsa, kultur och funktionshinder som samverkar tillsammans med Region Halland och andra aktörer. Syftet är att synliggöra att vi alla utifrån våra förutsättningar behöver stimulera vår hjärna hela livet.

Det handlar om att få känna **Gemenskap – Glädje – Gnista** och att klara sin livssituation på bästa sätt.

Samarbete är vägen framåt och detta är bara början. Följ oss på vår resa.

**HELA LIVET**  
**Hjärnan i centrum**

**HALMSTAD ARENA**  
Söndag 1 oktober kl. 11–16

**>>> Prova på Inspiration Föreläsningar**

*Fri entré – öppet för alla!*

**KLARASALEN**  
Halmstad Stadsbibliotek  
Onsdag 4 oktober kl. 13–19.30

**Föreläsningar**  
Bl i Håkan Widner, överläkare neurologi

**>>> Politikerdebatt**

**hjärnacentrum.se**

Genomförs med stöd av

**NEURO** **Region Halland** **Halmstad**



## >>> HALMSTAD ARENA

Söndag 1 oktober kl. 11–16

*Fri entré – öppet för alla!*

**Prova på – utifrån dina förutsättningar**  
Kom med och bli inspirerad!

- > Parabordtennis, sofftennis, gåfotboll, rullstols-innebandy med mera
- > Dans, boxning
- > Mindfulness, yoga, kroppskännedom
- > Skapande verksamhet som stimulerar hjärnan
- > Dans, balans och rörelse till musik med Hugo Tham

**Föreläsningar** (30 minuters)

- > Hjärnskakningar är rehabiliteringsbara (Frida Johansson)
- > Från extremt hjärntrött tillbaka till livet (Carina Holgersson)
- > Ge aldrig upp, alla har rätt till bra kommunikation och träning (My Gustafsson)
- > Att leva med MS (Frans)
- > Hjärnans kraft är starkare än du tror. Träning /mindfulness (Lotta Falk/Susanna Svedberg)
- > Bosses fru, anhörig och vårdare... Nu då? (Ingalisa Bengtsson)
- > Livet går vidare – att leva med Parkinson (Christina Darell)

**Gemenskap – Glädje – Gnista**  
Vi visar upp bredden – att det finns något för alla för att stärka sin hjärna och förenkla i sin vardag. Här möter du flera föreningar inom hälsa, kultur och funktionshinder som tillsammans med Region Halland informerar och inspirerar.

*Följ "Hjärnstigen" och lär dig mer om hjärnan. Vinn fina priser!*

**>>> Programmet uppdateras löpande på vår hemsida [hjarmanicentrum.se](http://hjarmanicentrum.se)**

**På gång i höst**  
Alltid fritt inträde – öppet för alla!

**Föreläsningar Villa Pollux Halmstad**  
31/8 kl. 18.30 Att leva med mental trötthet – hur får jag min vardag att fungera?  
7/9 18.30 Rörelse är livsviktigt – kan fysisk aktivitet även påverka hjärnan?  
14/9 kl. 18.30 Tal-, språk- och sväljvärdighet vid neurologisk sjukdom

**"Neuro on Tour"**  
Möt Jenny som cyklar genom Sverige för Neurologisk forskning.  
20/9 kl. 15 Varberg Brunnssparken  
21/9 kl. 14 Halmstad, Stora Torg

**26/9 Musik och hälsa**  
Så får musik oss att må bra, kl. 18.00–19.30  
Halmstads Stadsbibliotek, Halländsscenen

**30/9 Kick-off**  
Halmstad Bordtennisklubb, Söndrums Tennisklubb och Parkinson Halmstad arrangerar Prova på, kl. 14–16.  
Halmstad arena

**2/10–16/10 Hjärnan i centrum**  
Utställning på Halmstads Stadsbibliotek

**3/10 Nationell Anhörigdag i Halmstad**  
Ärets tema är "Ofrivillig ensamhet"  
St. Nicolai församlingsshem, kl. 13–16.30

**6/10 Temadag Högskolan Halmstad**  
"Vem är du – utan en fungerande hjärna?"  
Neuro Halland

**7/10 Neurodagen**  
Villa Pollux Halmstad

**7/10 Föreläsning med Louise Hoffsten**  
Neurodagen  
Komedianten, Varberg

**12/10 En underbar värld!** Lena Maria Vendelius  
Iktvårdsföreningen Halland  
Halmstads Stadsbibliotek, Klarasalen, kl 18-20.30

**28/10 Kunskapsdag**  
Parkinson Halland



<https://hjarmanicentrum.se/>



Halmstad Arena 1/10

Cirka 400 besökare

40-tal föreningar, Region Halland, Neuro Rehab





Prova-på-aktiviteter



## Fart och fläkt i B-hallen



## **KLARASALEN** **Halmstads Stadsbibliotek**

onsdagen 4 oktober kl. 13 – 19:30

kl. 13 Föreläsningar

**kl. 16 Håkan Widner – Överläkare neurologi**

**kl. 18 Politikerdebatt**

## **HÄLSOLABBET** **Högskolan i Halmstad**

fredag 6 oktober kl. 9 – 14

**Temadag "Vem är du – utan en fungerande hjärna?"**

Prova-på och följ "Hjärnstigen"

**Kl. 11-12 Paneldiskussion "Vägen framåt – livet är nu"** (På plats eller  
online)



**Nya behandlingsformer av  
neurologiska sjukdomar,...**

Neuro Halland



**Vinsten med  
sammanhängande...**

Neuro Halland



**Vem är du utan en fungerande  
hjärna? Vägen framåt - Livet ...**

Neuro Halland



# Villa Pollux

Kansliet bemannat

Arkiv omgjort till dubbelrum

Tvättmaskin  
Diskmaskin



Onsdagsträffar

- Boule
- Fika
- Cornhole

