

Afasiföreningens aktiviteter

Hösten 2024

Program 3



Afasicenter i Klarahuset

Besöksadress:

Sabbatsbergsvägen 6, Stockholm

www.afasicenter.se



Afasicenter Stockholm

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

Org.nr: 802009-2691



Kansliets personal



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



Kamratcirkelledare och
informatör:
Mathilda Cederlund



Kamratcirkelledare och
informatör:
Cinna Bromander



AFASIFÖRENINGEN
I STOCKHOLMS LÄN



Bli volontär?

I verksamheten är vi glada för hjälp från ideella **volontärer** som bidrar med mycket värdefulla insatser.

Vill du också vara med? Kontakta oss så berättar vi mer om vad det kan innebära!



Ansvarig utgivare: Ordförande Eija Rätty.

Nästa program kommer i brevlådan i december.

Studiecirklar och föreläsningar anordnas i samverkan med Studieförbundet Vuxenskolan Stockholm.



Vårt ansikte utåt - vi påverkar samhället!

Afasiföreningen i Stockholms läns styrelse



Eija Rätty
ordförande



Maria Fälth
vice ordförande



Lena Henricson
kassör



Lena Ringstedt
hedersordförande



Fredrik Sandman
ledamot



Susanne Laneklint Bäckman
ledamot



Sture Andreasson
ledamot

Information och påverkan

Genom vår medverkan i olika grupper inom Region Stockholm vill vi påverka utvecklingen av ett universellt utformat samhälle. Idag har vi representanter, främst från vår styrelse, i grupper som pratar om vårdkedjan, utveckling av vård, kollektivtrafik och färdtjänst, kultur och digitalisering.

Utbildning och forskning

Vi finns också med i forskningsgrupper och i olika nätverksgrupper som bland annat talar om och studerar erfarenhetsbaserad kunskap, digital utveckling och behovet av logopedier och strokesjuksköterskor i primärvården i hela Region Stockholm.

Men vi informerar och utbildar även dem som i sitt arbete möter någon med afasi, fattar beslut gällande någon med afasi eller fattar beslut i samhället som påverkar villkoren för personer med afasi, eller deras anhöriga.

Vi arbetar för att göra afasin mindre och livet större!

Vill du vara med och bidra? Tillsammans blir vi starkare!

Afasiföreningens Kalendarium

SEPTEMBER

- 5 RGM start, sida 18
- 18 Anhörigträff, sida 12
- 24 Sopplunch, sida 6

OKTOBER

- 3 Spela med Levla upp, sida 9
- 8 CogMed start, sida 9
- 10 Afasidagen, sida 8
- 12 Föreläsningar, sida 8
- 16 Anhörigträff, sida 12
- 22 Pubkväll, sida 7

NOVEMBER

- 12 Sopplunch, sida 6
- 13 Anhörigträff, sida 12
- 14 Spela med Levla upp, sida 9
- 26 Taltjänst informerar, sida 6

DECEMBER

- 4 Anhörigträff, sida 12
- 13 Grupperna avslutas
- 14 Sjung in julen, sida 11
- 18 Jullunch, sida 11
- 19 Jullunch, sida 11

Bli medlem!

Alla som vill kan bli medlemmar och stödja föreningens arbete. Man kan då delta i vår föreningsverksamhet eller aktivt medverka i vårt intressepolitiska arbete för ett bättre samhälle för personer med afasi.

Medlemsavgiften för enskild medlem är 280 kr.

Familjemedlemskap kostar 450 kr och gäller för två till fem personer på samma adress. Gör din anmälan via formuläret på förbundets hemsida www.afasi.se eller kontakta kansliet tel. 08-720 44 80 så hjälper vi dig. Avgiften betalas direkt med swish eller via utsänd avi från Afasiförbundet i Sverige.

Som medlem i föreningen får du:

- Möjlighet att påverka i samhället, få kunskap om afasi och träffa andra i liknande situation.
Afasicenter har öppet mån - tors kl 9-16 ca 40 veckor per år.
- Aktivitetsprogrammet 3 -4 gånger per år som informerar om stimulerande aktiviteter i föreningens regi.
- Rabatt på SVs studiecirkel för personer med afasi.
- Tidningen Afasi 4 gånger per år från Afasiförbundet i Sverige.
- Försäkring via Funktionsrätt Sverige vid aktiviteter i föreningens regi.

Varmt välkommen!



Ordföranden och verksamhetschefen har ordet!



AFASIFÖRENINGEN | STOCKHOLMS LÄN
50 år 1974
2024



Här kommer Jubileumsårets program för hösten!

Vilken fest vi hade i juni! Tack alla som kom och gjorde föreningens 50-års firande till en riktigt höjdpunkt!

Nedan ses några bilder ur vimlet. Vi fick höra glimtar ur föreningens historia, äta god mat och tårta och inte minst ses och återses!

Nu ligger hösten framför oss med många aktiviteter på Afasicenter. Kika i programmet och anmäl dig till det du vill prova på.

Det pågår också ett stort arbete med att påverka beslutsfattare och bidragsgivare så vi kan fortsätta att ha verksamhet och förbättra

villkoren för personer med afasi.

Det finns stora möjligheter att vara med och påverka, bara vi har personer som kan ta sig tid och tycker att det finns saker att åtgärda!

Ju fler medlemmar vi blir, desto starkare röst kan vi använda oss av. Du som är anhörig kan göra stor skillnad. Kom och prata med oss så hjälps vi åt att hitta det du kan bidra med i jobbet för ett mer afasivänligt samhälle.

Det är också alltid välkommet med fler volontärer på Afasicenter! Hör av dig till oss!

Ingen kan göra allt, men alla kan göra något!



Tisdagsfika



Välkommen att titta in,
varje vecka serveras fika!

När: Tisdagar

Tid: 13.00-15.00

Kaffe och fikabröd 30 kr.

Det finns alltid volontär/personal på plats.

Tillgång till lättlästa böcker och tidningar,
brädspel och pussel i Lilla Kaférummet.

Beställ Färdtjänst för hemresan till kl 14.50.



Några tisdagar har vi program och du behöver anmäla att du vill komma:

Träffa Taltjänst!

Taltjänst är en del av Region Stockholm. De stöder dig som har svårt att kommunicera. Du kan använda Taltjänst om du har svårt att tala, förstå när andra talar, läsa och skriva. Det krävs ingen remiss för att få stöd av Taltjänst. Det kostar inget att använda sig av deras tjänster. Du får träffa deras personal och kan ställa frågor!



När: Tisdag 26 november

Tid: kl. 13.15-14.30

Soppluncher

Dagens soppa tillagas i Afasiföreningens kök.

Vi dukar upp i stora salen och äter och umgås!

Kostnad: 80 kr för soppa, smörgås och kaffe & kaka.

När: Tisdag 24 september

Tisdag 12 november

Tid: kl. 13.00-14.30

Var: Afasiföreningen, Sabbatsbergsvägen 6

Anmälan till kansliet tel. 08-720 44 80.

Beställ Färdtjänst för hemresan till kl 14.30.



Kortspel är hjärngympa - kom med och lär dig!

Under trevlig samvaro blir det hjärngympa med träning på siffror och strategier!

Exempelvis Hollywood, Bridge mm

Tid: Tisdagar kl. 13.00-15.00

Var: Afasiföreningen
Sabbatsbergsvägen 6

Ledare: Janne & Moritz

Frågor och anmälan på tel. 08-720 44 80

Beställ Färdtjänst för hemresan till kl. 15.10



Kaffe, bulle och kaka 30 kr.

Köp ett Fikakort

Kommer du ofta och fikar hos oss?
Köp ett fikakort, så slipper du ha kontanter eller swisha varje gång!

Betala med swish eller kontanter.
Du kan också få en faktura.

Fikakort 350 kr
= kaffe med bröd
12 tillfällen

Kaffekort 100 kr
= bara kaffe + påtår
10 tillfällen



Pubkväll

När: Tisdag 22 oktober

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.

Alla medlemmar är välkomna, även anhöriga!

Drycker och en liten matbit finns att köpa till självkostnadspris.

Anmälan till kansliet tel. 08-720 44 80.

Beställ färdtjänst för hemresan till kl. 19.10



Håkan Olsson, gitarrist och sångare underhåller!



Afasidagen 2024

Nordiska Afasidagen den 10 oktober uppmärksammar vad afasi är samt hur det är att leva med afasi.



Post-stroke checklistan

När: Torsdag 10 oktober

Tid: kl 13.45 - 15.00 **Malin Bauer**

Malin Bauer, Doktorand, leg. logoped, MSc, Institutionen för folkhälso- och vårdvetenskap vid Uppsala universitet

Vi får en återkoppling på hur arbetet med bildstödet till Post-stroke checklistan gått och hur personer med afasi bidragit i det arbetet.



Föreläsninglördag: Psykisk ohälsa vid afasi

När: Lördag 12 oktober

Tid: kl 13.00 - 14.00 **Camilla Olsson**

kl 14.00 - 14.15 Fikapaus; kaffe o smörgås

kl 14.15 - 15.00 **Kerstin Gustafsson**

Camilla Olsson, Med dr, leg logoped, Institutionen för folkhälso- och vårdvetenskap | Logopedi, Uppsala universitet.

Camilla ger en övergripande bakgrund kring vad vi vet om psykiskt mående och afasi, samt berättar om de studier hon bedriver.

Kerstin Gustafsson, leg. logoped Danderyds sjukhus.

Kerstin berättar bland annat om ett examensarbete med rubriken *Behandling vid psykisk ohälsa hos personer med afasi: en studie om tillgänglighet*

Plats: Afasiföreningen, Sabbatsbergsvägen 6

Beställ färdtjänst för hemresan till kl. 15.10.

Anmäl dig senast 7 oktober till kansliet tel. 08-720 44 80.

Föreläsningarna är öppna för allmänheten, så sprid gärna informationen!



Studieförbundet
Vuxenskolan

Sista tillfället att träna med oss:

Arbetsminnesträning med "COGMED QM"

En intensiv träning på dator eller surfplatta. Man tränar minst 3 gånger per vecka, ca 45 minuter i taget. Sammanlagt 25 tillfällen. Träningen sker hemma, men vi träffas några gånger under träningsperioden. Coach: Logoped Kerstin Gustafsson.

Startmöte: Tisdag 8 oktober

Mellanmöte: Tisdag 12 november

Slutmöte: Tisdag 10 december

Tid: kl. 15.00-16.00

Var: Afasiföreningen, Sabbatsbergsvägen 6

Pris: 250 kr **Frågor och anmälan på tel. 08-720 44 80**



Levla upp - datorspel för dig med afasi!

I höstas startade Afasiförbundets nya Arvsfondsprojekt Levla upp.

Projektet ska utveckla ett digitalt spel för personer med afasi

som vill språkträna på ett roligt sätt. Det är personer med afasi som bestämmer vilka övningar som ska ingå, vad spelet ska handla om, hur det ska se ut och hur det ska fungera. Träffa projektledare Ester och spelutvecklaren och tyck till!

När: Torsdag 3 oktober

Torsdag 14 november

Tid: kl. 14.00-15.00

Var: Afasiföreningen, Sabbatsbergsvägen

Frågor och anmälan på tel. 08-720 44 80



Hjälp - hur gör man?

Få hjälp med den digitala tekniken.

Ta med din mobiltelefon, surfplatta eller bärbara dator.

Vi svarar på frågor och hjälper dig efter bästa förmåga.

Ring oss på 08-7204480 och boka en tid.



Lokalföreningarna i Stockholms län

Afasiföreningen i Nordvästra Stockholm

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

Aktiviteter: Kamratcirkel i Språklig stimulans.

Start 12 september, Malmv. 14 A, Sollentuna

Kafé Afasi kl 15.00 på fredagarna 13/9, 11/10, 8/11 och 6/12 på Träffpunkten, Allévägen 10, Vallentuna.

Jullunch fredag 13 december kl 14.00.

Träffpunkten, Malmvägen 12 A, Sollentuna.

Anmälan till Sture.



Afasiföreningen Eken - Stockholms stad

Kontakt: Ordförande Maria Thomasson tel. 070-6818564

Aktiviteter: RGM och Teknikstöd på Afasicenter, se sid 18 & 10.

Tisdagsfika kl 13.00-15,00 på Afasicenter, se sid 6

Öppet Hus: Välkommen måndag 11 november kl 14.30 - 16.30.



Afasiföreningen i Haninge - Tyresö

Kontakt: Ordförande Jörgen Oostdijk, tel. 076-863 68 38

Aktiviteter: Café Himlagott, varje fredag kl 14-16, Bollmora kyrka

Kafévärdar Jörgen o Mathilda tel. 070-022 96 20

Aktiviteter: Tyresöfestivalen i Stadsparken 7 september kl 11-16.

Anhörigdagen i Tyresö centrum 4 oktober kl 12-14.

Höstlunch på Kumla Herrgård 4 november kl 13.30.

Anmälan till Anna Strandberg 070-288 12 58.



Afasiföreningen i Södertälje - Nykvarn

Kontakt: Ordförande Carina Bladh tel. 070-966 04 19

Cirkelledare Kenneth Bingström tel. 070-554 35 25

Aktiviteter: Hjärnruset i Nykvarn lördag 7 september

<https://hjarnruset.com/>

Kamratcirkel med Carina, torsdagar kl 13 -15.

Allaktivitetshuset, Barrtorpsv. 1 A, Saltskog

Kamratcirkel med Kenneth , tisdagar kl 14 -16.

Frivilligcentralen, Gammeltorpsv. 3D, Nykvarn



Jullunch på Afasicenter

Jultallrik, lotterier, sång, musik och trevlig samvaro står på programmet.

Alla medlemmar är välkomna, också anhöriga!

När: Tisdag 17 december

Onsdag 18 december

Tid: 12.00 - 14.45

Pris: 220 kr/person

Anmälan krävs, begränsat antal platser! tel: 08-720 44 80

Beställ färdtjänst för hemresan till kl. 14.50



Sjung in julen!

Tillsammans sjunger vi de kända lucia-och julsångerna. Kom-igen-kören och KvinnTon på Afasicenter leder sången till ackompanjemang.

Försäljning av korv och fika.

Ta med hela familjen och vännerna!

När: Lördag 14 december

Tid: 13.00 -13.45 Konsert i kyrkan
14.00 - 15.00 Varmkorv och fika

Anmälan senast 11 december.

Var: Sabbatsbergskyrkan och Afasicenter



Kyrkan har 2 entréer:

Handikappentré finns på baksidan av den gula kyrkan.

Färdtjänstadressen dit är: **Eastmanvägen 26.**

Entrén som du ser från Afasiföreningens lokaler har en lång trappa ner till **Sabbatsbergsvägen 6.**

Beställ Färdtjänst för hemresan till senast kl 15.10.

I samarbete med

Svenska kyrkan 
GUSTAF VASA FÖRSAMLING

 **Studieförbundet
Vuxenskolan**

Anhörigträffar

Eija Rätty, ordförande och anhörig, tar emot. Fika 30 kr.
På träffarna delar vi med oss av våra erfarenheter, kunskaper,
sorger och glädjeämnen. Framförallt stöttar vi varandra
i vår roll som anhörig. Anmäl dig på 08-720 44 80.

När: tisdag 17/9, onsdagar 16/10, 13/11, och 4/12. Tid: kl. 17.00-19.00.



Afasiföreningens logoped

Hos vår logoped, Kerstin Gustafsson, kan du med afasi eller
som anhörig få råd och stöd kring rehabilitering och
kommunikation. Kerstin finns på Afasiföreningen
måndagar och tisdagar kl. 9.00-16.00.

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



Kurser för personal inom vård och omsorg

För att förbättra bemötande av och öka den kommunikativa tillgängligheten för
personer med afasi, erbjuder föreningen regelbundet följande utbildningar:

SCA (Supported Conversation for adults with Aphasia) 2 dagar.

Om afasi och att underlätta och stödja samtal vid kommunikationssvårigheter.
Föreläsningar, praktiska övningar, filmer och samtal med några av föreningens
medlemmar med afasi. Kursen ges två gånger per år.

Kursavgift 3.200 kr eller 3.000 kr för fler personer från samma arbetsplats.

Talking Mats (Samtalsmatta) 2 dagar med intervall, hemuppgift.

Kursen vänder sig till dig som arbetar inom skola, vård och omsorg med personer
som har språkliga och/eller kognitiva begränsningar. Den ger verktyg för att
hjälpa personer att uttrycka sina åsikter och vara delaktiga i beslut.

Kursavgift 3.700 kr

Kurs för anhöriga

KPT (KommunikationsPartnerTräning) 3 tillfällen à 2 tim.

Syftet är att öka förståelsen för afasi och de språkbarriärer som afasi medför,
underlätta kommunikationen vid medelsvår till svår afasi och öka möjligheterna
till bättre förståelse i vardagens samtal.

Kostnadsfri för medlemmar.



HjärnaTillsammans hemsida och kostnadsfria webb-utbildningar



- HjärnaTillsammans är ett nätverk som jobbar för att stötta personer med förvärvad hjärnskada och deras anhöriga. Inom nätverket samarbetar vårdgivare, patientföreningar, kommuner, personer med egen förvärvad hjärnskada och anhöriga.
- Nätverket driver projektet HjärnaMåBra som arbetar för att främja fysisk och psykisk hälsa hos personer med förvärvad hjärnskada och deras anhöriga. Projektet finansieras av Allmänna Arvsfonden och Afasiföreningen i Stockholms län är projektägare.
- Projektet HjärnaMåBra är nu inne på sitt sista projektår och nu ligger stort fokus på spridning och implementering. Vi vill under detta år sprida så mycket kunskap och information som vi kan om HjärnaMåBra och HjärnaTillsammans. **Vi kommer gärna ut och informerar. Hör av dig till oss!**
- Gå gärna in på vår hemsida www.hjarnatillsammans.se Här hittar du tips på aktiviteter för personer med förvärvad hjärnskada och deras anhöriga, massor med information, inspirerande reportage, ljudklipp och filmer.

Våra utbildningar



Projektet har utvecklat kostnadsfria digitala utbildningar som vänder sig till dig som möter personer med förvärvad hjärnskada i vardagen eller i arbetet. Det kan handla om anhöriga, personal inom vård och omsorg, eller andra intresserade.

Kommunikationsstöd - här får du lära dig om kommunikationssvårigheter som kan uppstå efter exempelvis en stroke eller en olycka. Målet med utbildningen är att få ökad kunskap om olika kommunikationssvårigheter, samt tips, verktyg och strategier som kan underlätta i kommunikationen.

Rehabiliterande förhållningssätt - här får du lära dig om dolda funktionsnedsättningar efter en förvärvad hjärnskada och hur du kan medverka till att personen med hjärnskadan får en ökad kontroll och delaktighet i sin vardag.

Fler utbildningar kommer under 2024. Besök vår hemsida och lärplattform:

www.hjarnatillsammans.se

www.hjarnatillsammans.se/larplattform

Kontakta oss: info@hjarnatillsammans.se



**ALLMÄNNA
ARVSFONDEN**

Afasicenter i Klarahuset

Öppet måndag - torsdag kl 9.00 - 16.00.

Adress: Sabbatsbergsvägen 6, Stockholm

Att komma till Afasicenter

På Afasicenter träffar du andra med erfarenhet av förvärvad hjärnskada och afasi. Här finns kamratstöd, inspiration och mycket skratt. Men också tid för att prata om det som är jobbigt i tillvaron.

Du är varmt välkommen till föreningen där vår vision är:



Att medverka till att göra livet större och afasin mindre!

Att delta: Kom och umgås, träffa andra i samma situation, prata med personal och ta en fika. Här hittar du gemenskap i sociala aktiviteter, utflykter, grupper, datorträning och mycket annat.

Bli medlem: Som medlem får du delta i all verksamhet på Afasicenter. Du bestämmer själv vilka aktiviteter som passar för dig. Anhöriga och andra som vill delta i det intressepolitiska arbetet eller stödja föreningen i ex. sociala aktiviteter är också välkomna som medlemmar.

Anhörig: Anhöriga är välkomna på besök och till sociala aktiviteter och anhörigträffar. Personalen på kansliet finns tillgängliga för frågor och samtal. Boka tid för längre samtal.

Färdtjänst: De som har färdtjänst får boka sina resor själva. Blir det problem vid hemresan **hjälper vi alltid till.**

Nybesök - för dig som vill veta mer om Afasicenter

Ett första besök i lugn och ro, gärna i sällskap med anhörig eller logoped.

Vi bjuder på fika och berättar om föreningens verksamhet.

Vi gör en rundtur i lokalerna och hälsar på i några grupper.

Nybesöket tar ca 1 timme och är gratis.

Välkomna att ringa kansliet tel. 08-720 44 80 och boka tid för besöket.



Måndagar

Löpande start för nya deltagare i mån av plats.

Varje vecka på Afasicenter

10.30 - 12.00	Språklig stimulans Ledare: Kenneth Bingström	kamratgrupp
12.45 - 15.00	Språklig stimulans Ledare: Annika Ingeson	terminsavgift
13.00 - 15.15	Språklig stimulans/ Digitalt Ledare: Mathilda Cederlund	terminsavgift

Språklig träning med dator eller surfplatta

Att träna hemma med eget, anpassat språkträningsprogram är enligt forskningen ett effektivt sätt att öva t ex läs- och skrivförmåga vid afasi. Träning bör ske flera gånger i veckan.

Hos Afasiföreningens logoped kan du få hjälp att prova ut språkövningar i programmen Lexia eller Dialog Therapy.

Dialog Therapy innehåller också talövningar.

Du kan boka **tid för utprovnigen måndagar eller tisdagar**.

Du som behöver extra stöd för att klara datorövningarna, kan boka tid i vår datorsal, en timme på måndag förmiddagar.

Priser:

- 1:a logopedbesöket kostar 200 kr. Därefter gratis uppdateringar vid behov.
- Träning 1 timme/vecka på Afasicenter kostar 300 kr per termin.

Frågor och anmälan på tel. 08-720 44 80



Kerstin Gustafsson
Logoped

På måndagar håller vi kurser för personalgrupper, tar emot studiebesök från skolor och håller informationsmöten. Samverkansmöten med biståndshandläggare och anhörigkonsulenter hålls varje termin. Vi håller också kurser på andra platser i länet efter önskemål.

Tisdagar

Löpande start för nya deltagare i mån av plats.

Varje vecka på Afasicenter

10.30 - 12.00	Läsgrupp lättläst skönlitteratur Ledare: Mathilda Cederlund	kamratgrupp
10.30 - 12.00	Språklig stimulans Ledare: Cinna Bromander	kamratgrupp
10.30 - 12.00	Språklig stimulans Ledare: Annika Ingeson	kamratgrupp
13.00 - 14.30	Språklig stimulans / Digitalt Ledare: Cinna Bromander	kamratgrupp
13.00 - 14.30	Engelska (lätt nivå) Ledare: Mathilda Cederlund	kamratgrupp

11.00 - 15.00	Individuell datorträning Boka utprovning och tid, se sid 15.	terminsavgift 300 kr
13.00 - 15.00	Tisdagsfika Drop-in	fika 30 kr

Gruppverksamhet på andra platser:

9.30 - 11.00	Språklig stimulans / Digitalt Ledare: Katarina Ina Strömberg	terminsavgift
12.30 - 14.00	Språklig stimulans / Digitalt Ledare: Katarina Ina Strömberg	terminsavgift
12.45 - 15.00	Måla och Teckna / Gärdet Ledare: Maria Jonsson	terminsavgift
14.00 - 16.00	Tankesmedjan / Nykvarn Ledare: Kenneth Bingström	kamratgrupp

Onsdagar

Löpande start för nya deltagare i mån av plats.

Varje vecka på Afasicenter

10.00 - 11.30	Språklig stimulans Ledare: Cinna Bromander	kamratgrupp
10.00 - 11.30	Språklig stimulans /yngre Ledare: Mathilda Cederlund	kamratgrupp
11.00 - 12.00	Lätt gympa/yoga Ledare: Maggan Forselius	drop-in
12.45 - 15.00	Sång och musik - "Kören" Ledare: Linnéa Wetterbrandt	terminsavgift
13.00 - 14.30	Språklig stimulans Ledare: Cinna Bromander	kamratgrupp
13.00 - 14.30	Matematik Ledare: Mathilda Cederlund	kamratgrupp

Vad är Lätt gympa/yoga? Kom och prova på!

Enkel träning för hela kroppen. Sittande och/eller stående efter förmåga.

Vi gör olika rörelser och tränar styrka, rörlighet och balans.

Avslutningsvis en stunds avslappning till musik. **Onsdagar kl. 11.00-12.00.**



Gruppverksamhet på andra platser:

13.00 - 14.30	Språklig stimulans / Södermalm Ledare: Annika Ingeson	terminsavgift
13.00 - 15.30	Språklig stimulans / Vaxholm Ledare: Christina Berghman	kamratgrupp jämn veckor, 100 kr

Torsdagar

Löpande start för nya deltagare i mån av plats.

Varje vecka på Afasicenter

10.00 - 11.30	Engelska (medelsvår nivå) Ledare: Mathilda Cederlund	kamratcirkel
13.00 - 14.30	Engelska (avancerad nivå) Ledare: Mathilda Cederlund	kamratcirkel

RGM - en rehabiliteringsmetod till musik

RGM - Ronnie Gardiners metod, för personer med förvärvad hjärnskada.

Metoden grundades av jazztrummisen Ronnie Gardiner.

Hjärnan stimuleras genom färger, symboler, ord, rörelser och rytm och du tränar balanssinne, minne, motorik, koncentrations- och rörelseförmåga.

Tid: Torsdagar kl. 12.30 - 13.30

Start 5 september, 7 ggr

Fika kl 13.30 - 14.00 för 30 kr.

Beställ Färdtjänst till kl 14.10

Ledare: Itte Nygren, musikterapeut



Gruppverksamhet på andra platser:

10.00 - 12.15	Språklig stimulans / Södermalm Ledare: Eva Linnér	terminsavgift
12.30 - 14.45	Språklig stimulans / Södermalm Ledare: Christina Morfeldt	terminsavgift
10.00 - 12.15	Språklig stimulans / Södertälje Ledare: Carina Bladh	kamratcirkel
10.00 - 12.15	Språklig stimulans / Sollentuna Ledare: Nisse Skarp	kamratcirkel start 12 september, 10 ggr

Fredagar

Löpande start för nya deltagare i mån av plats.

Afasicenter har ingen gruppverksamhet på fredagar. Kansliet är stängt.

Gruppverksamhet på andra platser:

9.45 - 12.00	Måla och Teckna / Gärdet Ledare: Achillea Dahl	terminsavgift
12.30 - 14.45	Måla och Teckna / Gärdet Ledare: Achillea Dahl	terminsavgift

Studiecirklar och kamratgrupper

Kamratgrupper utan kostnad

- Studiecirklar som leds av en medlem med egen erfarenhet av afasi eller av någon personal.
- Träffarna är 1,5 timme.
- Ingen deltagaravgift.
- En viktig del är att utbyta erfarenheter med andra med afasi. Du får prova först för att se att du trivs i gruppen.

Studiecirklar med terminsavgift

- Har cirkelledare anställda av Studieförbundet Vuxenskolan. De har erfarenhet av att träffa personer med afasi och utbildning i att leda grupper.
- Träffarna är oftast 2 timmar och 15 minuter.
- Du får prova ett par gånger innan du betalar deltagaravgiften.
Prisexempel: ca 1.000 kr för 16 gånger.

Vad är Språklig stimulans?

En studiecirkel med 4-7 deltagare som träffas med en cirkelledare samma tid varje vecka.

Du möter andra med afasi och utbyter erfarenheter. Man fikar tillsammans och du får prata, läsa och skriva efter din förmåga.

Gruppen väljer ämnen som intresserar.

Ofta används frågesporten Nutidsfrågor,

kortare texter, lättlästa böcker, bilder, spel och olika övningar.

De flesta grupperna övar högläsning där ledaren stöttar efter behov.

Du får gärna prova på ett par gånger för att hitta rätt grupp för dig.

Träffas, prata, skratta och trivas!!

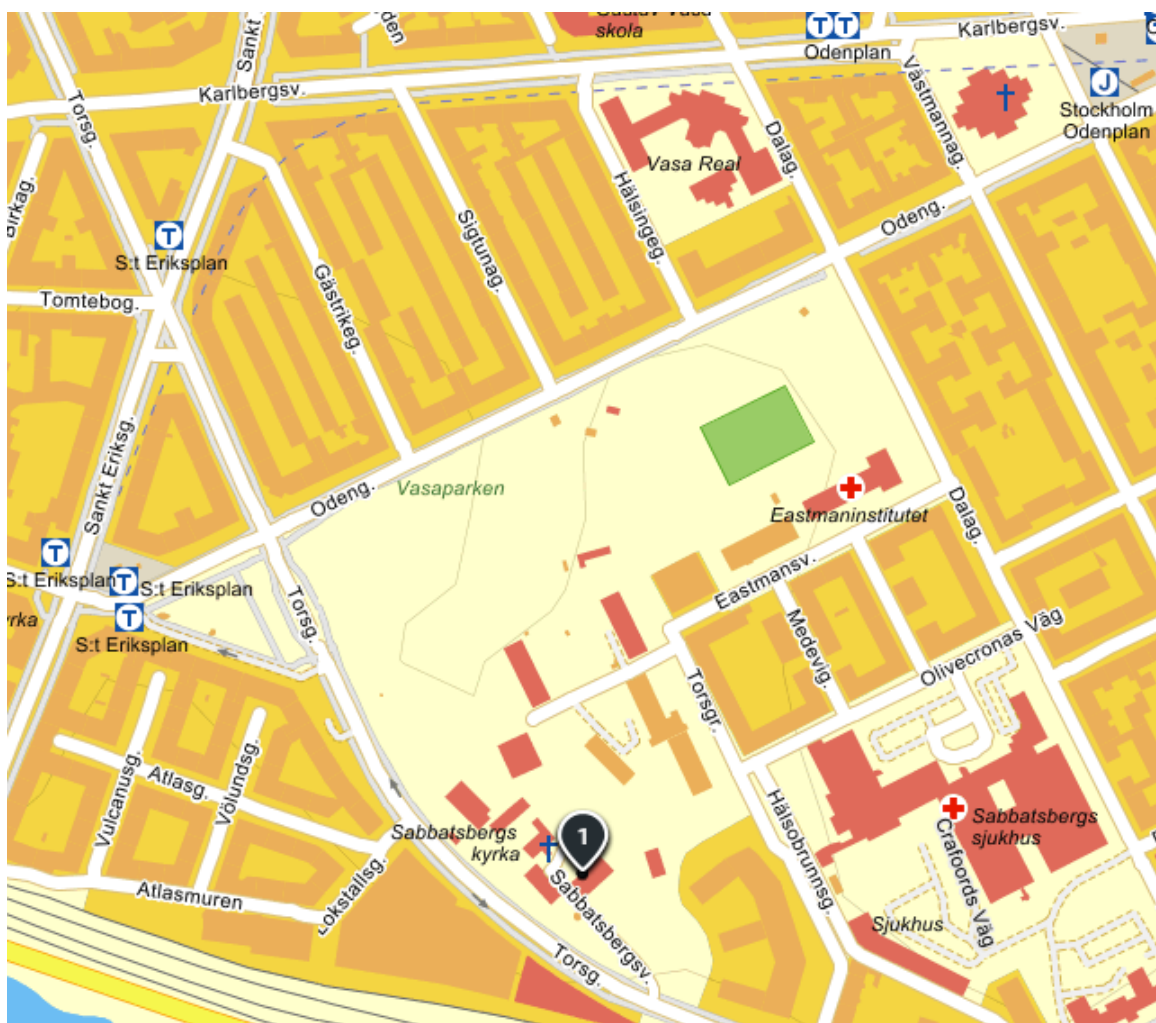
Så här kommer du till Afasiföreningens lokaler

Besöksadress: Sabbatsbergsvägen 6

T-bana: S:t Eriksplan, Odenplan

Bussar: nr 3, nr 4 och nr 77

Pendeltåg: Odenplan, T-centralen



Afasiföreningen i Stockholms Län

Box 45 444, 104 30 Stockholm

Telefon: 08-720 44 80

e-post: afasi@afasicenter.se

www.afasicenter.se