

## Lokalföreningen Stockholm

### Kräftskiva i samarbete med Strokeföreningen i Stockholms län Lokal Svärdet, Rosenlundsgatan 44

Vi njuter av kräftor, finns även skalade kräftstjärtar, skalade räkor, paj, bröd och ost, kaffe och kaka, 1 glas vin eller öl ingår. Därefter dricka till självkostndspris.

**Start:** onsdag 25 september

**Plats:** Lokal Svärdet, Rosenlundsgatan 44

**Tid:** 18.00 – 21.00

**Pris:** 250 kr

Anmälan: till kansliet senast måndag 16 september.

Tel. 08 549 019 00, kansliet@strokesthmlan.se

OBS! Anmälan är bindande



### Femkamp på Gröna Lund onsdag 18 september

I priset ingår 5-kamp, två valfria åk, en mat och dryckeskupong värde 65 kr  
Vi träffas kl. 13.00 vid huvudentrén sedan börjar kampen.

**Pris:** 260 kr för 5-kampen, gratis entré för pensionärer, annars 120 kr till.

Max 10 personer

**Adress:** Gröna Lund, Lilla Allmänna Gränd 9, 115 21 Stockholm

**Anmälan:** till kansliet senast måndag 9 september.

Tel. 08 549 019 00, kansliet@strokesthmlan.se

**OBS! Anmälan är bindande**



### Fotografisk muséet torsdag 17 oktober

Vi träffas vid huvudentrén kl.14.00.

Vi vandrar runt på muséet och efter vandringen fikar de som vill.

**Pris:** 130 kr. Vi jobbar på att få reducerat pris!

**Adress:** Fotografiska, Stadsgårdshamnen 22, 116 45 Stockholm

**Anmälan:** till kansliet senast torsdag 10 oktober

Tel. 08 549 019 00, kansliet@strokesthmlan.se

**OBS! Anmälan är bindande**



### Prins Bertils Boulehall

Strokeföreningen i Stockholms län har en bana bokad, varje tisdag mellan 12.00–14.00.

Du är välkommen att spela Boule.

**Plats:** Rosenlundsvägen 38, Djurgården

**Pris:** 50 kr per gång eller 250 kr/termin. Betalas direkt till Boulehallen.

Vi söker fler som vill spela boule, det finns plats.

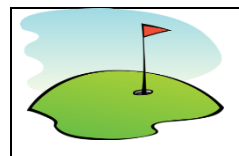


### Golf handigolf

Har du haft en stroke? Vill du träffa andra och träna/spela golf?

Alla är varmt välkomna, nybörjare eller erfarna, till oss på Hässelby GK.

Träning tillsammans med vår erfarna handigolfare Janne Weigle "Stälben". Janne brinner för handigolfsen och är fylld av tips, idéer och inspiration.



## **Paragolf/Strokegolf 2019**

### **Träning**

Har du någon funktionsnedsättning och vill träna golf?

Både nybörjare och erfarna golfare är välkomna till oss.

Vi kommer att träna på rangen, putting, bunkern, 6 håls banan m.m.

Träningsdag: tisdagar mellan den 13 augusti - 24 september

Tid: 18.00 – 19.00.

Kostnad: För medlem i Hässelby GK ingår träningen + inkl. fritt spel på lilla 6 hålsbanan, ej medlem i Hässelby GK 140kr/gången.

Anmäl dig eller ställ frågor till, [lotta@hasselbygolf.se](mailto:lotta@hasselbygolf.se) 08-739 38 89

Adress Lövsta Koloniväg 3, Hässelby

### **Träna med Janne Stålben privat**

1 pers. 300: -/40 min

2 pers. 400: -/40 min

3 pers. 600: -/60 min

Boka tid genom att maila till [lotta@hasselbygolf.se](mailto:lotta@hasselbygolf.se)

### **DansSteget - må bra i kropp och själ**

DansSteget kombinerar teori med praktik för att främja hälsan och öka livskvaliteten. Varje kurstillfälle innehåller en kort föreläsning eller samtal om hälsa. I första hand vänder vi oss till dig som föredrar ett lugnt tempo, att dansa utan prestation och vill öka din kunskap om psykisk hälsa. Du dansar efter din förmåga. Jag som leder är: Jill Taube, läkare och författare. Ibland kommer gästledare också. DansSteget presenterar sambandet mellan rörelse, dans och hälsa – både i teori och i praktik.

Den teoretiska delen handlar om själ och kropp och om hur man kan må bra!

**Bagarmossens FH** måndagar start 3 september 7 gånger och 5 november 7 gånger 18.30–20.45

**Alviks kulturhus** tisdagar start 2 september 7 gånger och 4 november 7 gånger 18.00–20.30

7+7 ggr, 950+950 kr

Ledare: Jill Taube, Kerstin Carlsson m fl.

Du anmäler dig själv till [www.jilltaube.se/danssteget](http://www.jilltaube.se/danssteget) eller

Studieförbundet Vuxenskolan 08-679 03 70.

Du som har fått FAR, fysisk aktivitet på recept, eller är medlem i **Strokeföreningen får rabatt om det uppges redan vid anmälan.**

För mer information kontakta: Jill Taube direkt via [www.jilltaube.se/danssteget](http://www.jilltaube.se/danssteget) eller Studieförbundet Vuxenskolan 08-679 03 70.