

# MEDLEMSBLADET

FÖR ASTMA- och ALLERGIFÖRENINGEN STOCKHOLM SYDOST ❖ NR 1 2025 ❖ REDAKTÖR MONICA NILSSON

## **Kallelse till årsmöte**

Astma- och Allergiföreningen Stockholm Sydost håller sitt årsmöte torsdagen den 20 februari kl 19.00 - 21.00 i Tillgänglighetsforums lokal, Nya gatan 8, mitt emot Nacka Forum. Kommer du med buss stiger du av vid hållplats Nacka Forum. Kommer du med bil finns bra möjligheter att parkera i parkeringsgaraget under Nacka Forum. Vi bjuder på en enklare förtäring.

Hur hittar jag dit? Gå till vänster från busshållplatsen räknat till övergångsstället, gå över gatan fortsatt uppför gatan ca 50 meter sedan ta första väg till vänster och gå ca 25 meter så hittar du lokalen.

Vill du ha våra möteshandlingar, årsberättelse, ekonomisk berättelse, etc så kan dessa skickas via mejl kontakta [monica45.nilsson@gmail.com](mailto:monica45.nilsson@gmail.com) i så fall.

## **Rapport från julfesten**

Eftersom vi varit utan en fungerande lokal under flera år har vi inte kunnat bjuda in till julfest men den 7 december träffades 40 medlemmar, stora som små, till en härlig julbuffé. Maten togs från ICA Maxi Skvaltán som såg till att allt var gluten- och laktosfritt samt i övrigt anpassat efter vårt önskemål. Vi hade även lotteri, fiskdamm, pysselhörna för de minsta och förstås dans kring granen!

## **Gymnastiken**

Gymnastiken under våren statar den 27 januari kl 18.00 i Nacka Sjukhus Rehab lokaler, lokalerna är doftfria! Vår "gympaledare", Lottie Bölke, ser till att vi får upp konditionen och utformar programmet så att alla kan vara med efter sin förmåga. Du som tidigare inte varit med kan kontakta Barbro Starck för närmare information. Anmäl till Barbro per tel 070 5575051 eller via mejl [barbro@supportgruppen.se](mailto:barbro@supportgruppen.se), 12 gånger håller vi på och det kostar 300:-

Det går naturligtvis bra att "hoppa med" under pågående säsong!

## **Cirkelstart**

Under våren kommer vi att följa två författarinnor, Tora Dahl samt Dagmar Lange (Maria Lang). Vi träffas i vår nya lokal på Nya gatan 8 vid Nacka Forum 5 gånger på onsdagar mellan 13.30 - 15.45. Följande datum är bokade: 5/2, 5/3, 12/3, 2/4 samt 16/4 eventuellt kan vi komplettera med några datum i maj om intresse finns.

Anmälan görs till Astrid Pettersson, som också är cirkelledare. Anmälan antingen via mejl till [astrid.pettersson@mnd.su.se](mailto:astrid.pettersson@mnd.su.se) eller ett samtal till Astrids mobil 070 510 52 42.

Det går alldeles utmärkt att "hoppa med" även om man inte är med vid första tillfället, Astrid kan i så fall informera om vad man kan läsa till den 5/3 när man anmäler sig.

## **Medlemsträffar**

Vi fortsätter med våra medlemsträffar i vår lokal under våren 13.00 - 16.00 och följande datum är bokade: 27/2, 27/3, 10/4, 22/5. Det är "drop in" och vi bjuder på fika förstås!