

MEDLEMSBLADET

FÖR ASTMA- och ALLERGIFÖRENINGEN STOCKHOLM SYDOST ❖ NR 3 2024 ❖ REDAKTÖR MONICA NILSSON

En spännande utflykt till Värmdö kyrka!

Den 8 september kl 12.00-16.00 inbjuds föreningens medlemmar till visning och guidning i Värmdö gamla 1100-tals kyrka och Värmdö Skeppslags Fornminnesförenings museum som ligger alldeles intill kyrkan.

Vi guidas i museet först och intar därefter egen matsäck som vi äter utomhus, sittplatser finns. Förhoppningsvis har vi vackert väder, vid regn finns möjlighet att sitta under tak i museet.

Guider är Gabriele Prenzlau Enande och Elsa Nyberg.

Denna gång kan man ta sig dit med egen bil eller åka med någon av bussarna 437, 438 eller 439 vilka stannar vid kyrkan, hållplats Värmdö kyrka. Parkeringsplats finns i anslutning till museet och kyrkan.

OBS! Guidningen startar kl 12.00 så kom i tid!

Visningen av muséet och guidningen i kyrkan är gratis för föreningens medlemmar men för att få en uppfattning av hur många deltagare som kommer vill vi gärna att du anmäler dig till Lena Nyman, lana.nyman@astmastockholm.se

Välkomna!

Besöket på Junibacken och Gatufesten i Nacka Forum

Några av föreningens familjer besökte Junibacken den 8 juni under några timmar och det besöket uppskattades mycket av barnen!

Föreningen deltog också under Gatufesten i Nacka Forum den 15 juni där vi hade förmånen att få ha vårt informationsbord ute på trottoaren i direkt anslutning till vår lokal! Vi bjöd också på supergoda, "allergifria" bars från företaget Fibr. Barsen innehåller inga allergiframkallande ämnen, är veganska och finns i en mängd olika goda smaker. **Mycket** populära visade de sig vara och vi fick många frågor om denna produkt som ska finnas att köpa i olika butiker men även kunna beställas via nätet.

Haningedagen 14 september

Vår förening har ju deltagit på Haningedagen under många år och det kommer vi naturligtvis att göra även i år. Vi har många medlemmar i Tyresö och Haninge så leta reda på oss, vi kommer bland annat att ha avsmakning av Fibr goda "allergifria" bars, några tipsfrågor samt övrig information om vår förening. Ett stort artistuppbåd med bland annat Lisa Nilsson, Hanna Ferm och dansbandet Shine med flera uppträder under dagen.

Det är några av oss från styrelsen som kommer att finnas på plats men vill du komma och hjälpa till som "prao" så vore det väldigt kul! Inga förkunskaper behövs, egen erfarenhet av astma eller allergiproblem räcker långt! Kontakta Monica i så fall monica45.nilsson@gmail.com.

Aktiviteter under hösten:

Vår populära cirkel kommer att fortsätta under hösten. Vi startar med att läsa om författarinnan Elsa Beskow, som för övrigt firar 150 år i år. Är du intresserad? kontakta vår cirkelledare Astrid Pettersson tel: 070 510 52 42 eller mejla astrid.pettersson@mnd.su.se för vidare information.

Cirkeln håller vi under dagtid mellan 14.00 och 16.00 med start onsdagen den 18 september och vi håller till i vår lokal, Tillgänglighetsforum Nya Gatan 6, bredvid Nacka Forum.

Kommer du med buss stiger du av vid hållplats Nacka Forum och parkering för bil finns i garaget under Nacka Forum.

Gymnastiken kör i gång måndagen 9 september kl 18.00 som vanligt i Nacka Sjukhus Rehabilokaler. 12 gånger håller vi på och den kostar 300 kr/deltagare.

Ledare, sjukgymnast Lottie Bölke, ser till att gymnastiken anpassas efter deltagarnas förmåga. Men lite jobbigt ska det ju vara!

Är du intresserad att vara med hör du av dig till Barbro Starck tel: 070 557 50 51 eller via mejl barbro@supportgruppen.se för närmare information.

Medlemsträffar under hösten i vår lokal, Nya gatan 6, i Nacka Forum 13.00-16.00. Första träffen 26 september och därefter ses vi den 7 november. Innehållet i träffarna bestämmer deltagarna själva. Föreningen bjuder på eftermiddagsfika, ingen anmälan behövs, bara titta in! Välkomna!

Jobba med oss?

Vi hoppas också att få nya intresserade medlemmar till vår styrelse. Gärna med erfarenheter av egna allergiproblem eller som har barn i skola/förskola. Vår nuvarande styrelse behöver ny input vad gäller problem i samhället och få förslag på vad vi kan engagera oss i.

Vi utför också utåtriktade aktiviteter av olika slag, till exempel stå vid ett informationsbord i eller utanför någon butik/apotek i samband med rök- och doftfria dagen.

Detta sker under dagtid så vill och kan du är du jättevälkommen att höra av dig till Monica Nilsson monica45.nilsson@gmail.com eller ring 076 817 20 25 för närmare information.