

## Verksamhetsplan för Strokeföreningen Öst Nacka Värmdö. 2024

Vi ska verka för :

-Att ta kontakt och engagera medlemmarna i verksamheten.

Vi som har drabbats av Stroke behöver aktiviteter för att komma framåt i livet.

Träning o engagemang är en bra medicin för att hålla depression på avstånd.

Att träffa andra i samma situation är stärkande

-Att ordna grupper/kurser som innebär aktivitet t ex dans eller RGRM

En positiv samvaro där alla kan delta

-Att komma i kontakt med Strokedrabbade i vårt område och värva nya medlemmar

-Att arbeta intressepolitiskt med våra kommuner och vårdgivare för att komma ut med vårt budskap samt delta i deras aktiviteter när det gagnar oss

Planerade datum:

Den första torsdagen varje månad kl 10-14, har vi möjlighet att nyttja en lokal hos Boo-Folketshus

Vi har informationsträffar med gemensamma fikastunder dessa dagar.

Under 2024 vill vi bjuda in olika föreläsare som kan berätta om hur man kommer vidare efter en Stroke. Nya metoder för Rehabilitering är också intressant.

Planer för att starta grupper för någon fysisk träning finns också.

Under våren kommer vi också att fira ett försenat 20-års jubileum för vår förening.

Det skulle egentligen ha skett under pandemin. (Men bättre sent än aldrig)

Årsmötet kommer att ske på kvällstid den 21 februari. Kallelse kommer....