

Nyhetsbrev hösten 2019

Vi hälsar alla medlemmar välkomna till höstens aktiviteter!

September	Lördag 14	Huvudvärksföreningen Stockholm firar 25-årsjubileum!	10.00-14.00
Oktober	Onsdag 2	Huvudvärksskola/samtalsgrupp	17.30-19.45
	Lördag 5	Qigong - De fem djurens lek	10.00-12.15
	Tisdag 8	Hortonskola/samtalsgrupp	17.30-19.45
	Lördag 12	Keramik: Prova på att dreja	13.00-16.00
	Lördag 19	Helgläger/kurs med Huvudvärksskola	09.30-16.00
	Onsdag 23	Föreläsning ABF: Huvudvärk hos barn och tonåringar	18.00-19.30
November	Tisdag 5	Huvudvärksskola/samtalsgrupp	17.30-19.45
	Torsdag 7	Föreläsning ABF: Det gör ont - kvinnor män och bemötande	18.00-19.30
	Torsdag 28	Föreläsning FU: Migrän vår vanligaste folksjukdom	18.00-19.30

Lokal: Om inget annat anges sker aktiviteterna i **ÅttiötvåAn**, Sankt Göransgatan 82 A, T Fridhemsplan, uppgång Drottningholmsvägen, utgång Fridhemsgatan.

Anmälan: Om inget annat anges, till Huvudvärksföreningen Stockholm, kansliet@migrania.se, 070-483 60 07. Mer information om evenemangen, se bifogad pdf och hemsida www.migrania.se

Medlemskap: Ta gärna med en vän som kan bli medlem för 220 kr/år, (under 30 år 100 kr), gäller till och med 2020. Betala gärna med jämna pengar kontant eller med Swish.

- **Huvudvärksföreningen Stockholm firar 25-årsjubileum!** - Lördag 14 september kl 10.00
Föreläsningar, mingel, utställningar och lättare förtäring i pausen.

Anmälan till kansliet@migrania.se eller 070-483 60 07, senast 5 september.

- **Huvudvärksskola/samtalsgrupp onsdagar** - Onsdag 2, 9 & 16 oktober och 27 november kl 17.30
Ledare: **Marie Lundberg**, som själv har kronisk migrän.

Anmälan till kansliet@migrania.se eller 070-483 60 07, senast 25 september. Erbjuds gratis för medlemmar.

- **Workshop: Qigong - De fem djurens lek** - Lördag 5 oktober kl 10.00, vatten & frukt från 09.30
Ledare: **Ebba Jensen**, qigonginstruktör, fysioterapeut.

Kostnad: 50 kr för medlemmar. **Anmälan** till kansliet@migrania.se eller 070-483 60 07, senast 27 september.

- **Hortonskola/samtalsgrupp - Att leva med Horton** - Tisdag 8 och 22 oktober kl 17.30
Ledare: **Mårten Fjällström**, som själv har Hortons huvudvärk. Kostnadsfritt för medlemmar.

Anmälan till kansliet@migrania.se eller 070-483 60 07, senast 1 oktober.

- **Keramik: Prova på att dreja** - Lördag 12 oktober & 9 november, en tredje träff bestäms av gruppen. I samarbete med keramikern **Yvonne Svensson**.

Plats: första gången, samling utanför spärrarna vid Mälärhöjdens tunnelbanestation kl 12.45.

Kostnad: 400 kr, betalas på plats **Anmälan** till kansliet@migrania.se eller 070-483 60 07, senast 4 oktober.

- **Huvudvärksskola, helgkurs** - Lördag - söndag 19 - 20 oktober, Tollare konferens/folkhögskola, Nacka och tisdag 26/11 kl 17.30. Lokal: ÅttiotvåAn. Ledare: **Marie Lundberg**, som själv har kronisk migrän.

Kostnad: 1 000 kr/person inkl. kost och logi i enkelrum, för medlemmar. **Intresseanmälan** snarast till kansliet@migrania.se eller 070-483 60 07. Vänligen ange ditt födelseår. Betalning senast 2 september.

- **Föreläsning: Huvudvärk hos barn och tonåringar** med **Kjell Strandberg**, barnneurolog Stockholm Kids barn- och ungdomsmedicinsk mottagning, i samarbete med **ABF Stockholm**.

Onsdag 23 oktober kl 18.00 - 19.30. Lokal: ABF-huset, **Sveavägen 41**, T-Rådmansgatan.

Kostnad: 50 kr för medlemmar. 100 kr för övriga. **Anmälan** till kansliet@migrania.se eller 070-483 60 07, senast 16 oktober.

- **Huvudvärksskola/samtalsgrupp tisdagar** - Tisdag 5, 12 och 19 november samt 7 januari kl 17.30
Ledare: **Marie Lundberg**, som själv har kronisk migrän.

Anmälan till kansliet@migrania.se eller 070-483 60 07, senast 29 oktober. Gratis för medlemmar.

- **Föreläsning: Det gör ont! - Kvinnor, män och bemötande** med Stina Melander, doktor i statsvetenskap, Lunds universitet, i samarbete med **RTP-S & ABF Stockholm**.

Torsdag 7 november kl 18.00 - 19.30. Lokal: ABF-huset, **Sveavägen 41**, T-Rådmansgatan.

Kostnad: 50 kr för medlemmar. 100 kr för övriga. **Anmälan** till kansliet@migrania.se eller 070-483 60 07, senast 31 oktober.

- **Föreläsning: Migrän vår vanligaste folksjukdom** med **Maria Lantz**, neurolog, Karolinska Universitetssjukhuset och Neurology Clinic. I samarbete med **Folkuniversitetet**.

Torsdag 28 november kl 18.00 - 19.30. Lokal: Folkuniversitetet, Kungstengsgatan 45.
T-Odenplan/Rådmansgatan.

Anmälan till <http://www.folkuniversitetet.se/forskning>. Föreläsningen är kostnadsfri.

- **E-postadresser**

Om du flyttar eller byter e-postadress är vi tacksamma om du skickar namn och bostadsadress/e-postadress till kansliet@migrania.se. Om vi har din nya adress kommer tidningen rätt och via e-post kan du få information om ev. nyinsatta aktiviteter eller annat av intresse.

Vill du veta mer om medlemsförmåner eller engagera dig i föreningen? Välkommen att kontakta: kansliet@migrania.se eller 070-483 60 07.

Ju fler medlemmar vi är desto större möjligheter till påverkan får vi!

Med vänlig hälsning: Lisa Ståhl, kansliansvarig.

Huvudvärksföreningen Stockholm i samarbete med ABF Stockholms län/Stockholm



Huvudvärksföreningen Stockholms

Kansliet: Sankt Göransgatan 84, 3 tr, 112 38 Stockholm. **Aktiviteter:** ÅttiotvåAn, Sankt Göransgatan 82 A
Telefon: 070-483 60 07 e-post: kansliet@migrania.se hemsida: www.migrania.se