



Sandviken Inner Wheel  
Distrikt 233 Sverige

K 136 Kallelse 2019-04 Månadsbrev nr 10

### **Kallelse till klubbmöte**

Onsdag 3 april kl. 18.30 på Restaurang Kanalen, Kanalgården.

### **Program**

Kerstin Jonson och Sonja Båtelsson berättar om IW-doktorernas arbete i Kenya.

Margareta Karlsson berättar om organisationen Missing People.

Lotterivinster tar Margaretha Lidman, Britt-Marie Persson, Ingall

Bremer och AnneCharlotte Olofsson.

Ulla Mueller läser ur Vänskapens bok.

### **Anmälan**

Anmälan till Meta Lundquist via mail [meta.e.lundqvist@gmail.com](mailto:meta.e.lundqvist@gmail.com) eller tel **0730 927245 senast söndagen den 31/3 kl. 18.00. Anmälan är bindande.**

Ta gärna med en gäst. Maten kostar 160 kr.

Styrelsen har haft möte med Kanalgården och restaurangen. Där framgick det att vi skulle behöva betala 270-280 kr för maten, om de inte skulle gå med förlust. De har ju öppet bara för oss och personalkostnaderna är höga.

Vi kom fram till att vi från och med nu behåller priset 160 kr. Vi får då en mustig soppa med tillbehör, dryck och kaffe och kaka, allt serverat mer som buffe´.

### **Föregående möte**

Vi var 26 st, 4 gäster. Vi fick en smakrik Biff Stroganoff.

Kerstin tände ljuset och hälsade välkommen speciellt till våra gäster och vår föreläsare Marianne Lannsjö.

Efter kaffe och kaka var det dags för vår föreläsare att prata om " Vår fantastiska hjärna".

Marianne arbetar på Specialistrehabiliteringen i Sandviken. Där är det tre områden de fokuserar på:

Hjärnskador

Ryggmärgsskador

Smärtproblematik

Vår hjärna väger ca 1,4 kg. Där finns 100 miljarder nervceller, där varje nervcell i genomsnitt har 1000 kontakter.

De olika loberna reglerar olika saker ex tinningloben där hörsel, språk, minne, psyke-vem är jag? finns.

Hjässloben: kroppsuppfattning, varseblivning, musikalitet och personlighet.

Hjärnan utvecklas hela tiden, erfarenheter påverkar hjärnaktiviteterna.

Tänk på att prova många olika saker, för då utvecklas hjärnan.

Vi behöver träna hjärnan - minne men även fysisk aktivitet och återhämtning.

Mat med mycket färg, frukt och bär är bra.

Behöver vi hjälp med rehabilitering så behövs:

Social stimulans

Berikande miljö

Rolig träning

Känsla av sammanhang.

### **Intagning av nya medlemmar**

Vi hade glädjen att hälsa tre nya medlemmar välkomna till vår klubb, nämligen Marie Dunker, Anette Dunker och Evelina Jigsäter.

### **Valmöte**

Valmötet genomfördes och alla har fått protokoll.

### **Klubbärenden**

Vi hade fått uppgifter av Lena Blom att hitta svar på hemsidan. Vi gick igenom det.

Distriktets och SWIR:s budget godkändes.

Vi nominerade 16 namn till Board Directors.

Barnmorskeprojektet blir en gång till.

Vi har fått 20.000 kr till integrationsprojekt.

Av pengar vi samlat beslutade vi ge 2.500 kr till Garissa och 2.500 kr till IW-doktorn. IW-doktors grundare avled i mars.

AnneCharlotte Olofsson och Sonja Båtelsson ordnar en konstupplevelse i Gävle 9/4 kl 12.00. Se inbjudan.

**Majmötet.** Narkotikahund på besök. Rotary inbjuds.

**Vårutflykten, 29/5.** Den går till Gysinge och Koversta gammelgård.

Årsmöte samtidigt.

Så avslutade vi med lotteridragning och Kerstin Jonson blåste ut vårt ljus.

**PS** Den 30/3 kl 14.30 ordnas en modevisning från Seniorshop på Kanalgården, både för herrar och damer. Butiken öppen 11-16. Gå in och titta på [www.seniorshop.se](http://www.seniorshop.se). **DS**

### **Onsdagsfika**

17/4, 15/5 kl 14.30 på Hansens

IW-hälsningar, AnneMarie Jonsson, klubbsekreterare.

