

Attention

Uppsala



Januari 2020

Innehåll

Kallelse till årsmöte	sid 1
Vårens cafékvällar och träffar	sid 2
Inbjudan till Alnäs	sid 3
Tips på evenemang	sid 3
Inbjudan till bowling	sid 4



Kallelse till årsmöte 2020

Välkommen till föreningens årsmöte **30 mars kl. 18.30** på Infoteket, S:t Johannesgatan 28D (samma lokal som för caféerna och övriga träffar). Eventuella motioner ska vara styrelsen tillhanda senaste tre veckor före årsmötet.

Du kan mejla till styrelsen på e-postadress styrelsen@attention-uppsala.se.

Anhörigträffar börjar igen

Många har saknat anhörigträffarna. Med hjälp av två medlemmar, Jenny Bexell och Carola Bostrand, kan vi nu ta upp dem igen. Som anhörig kan du vara exempelvis förälder, partner, syskon eller vän. Anhörigträffarna kommer att äga rum samtidigt som NPF-träffarna men i ett separat rum, vilket innebär att ni kan komma till Infoteket samtidigt.

Färre cafékvällar under våren

Denna vårtermin har vi skurit ner på antalet cafékvällar eftersom vi inte kan bemanna fler. Vi vill vara minst två från styrelsen varje gång. Antalet NPF-träffar är dock ungefär samma som det brukar.

Påminnelse om mejladress

Har du bytt mejladress? Meddela din nya adress till Riksförbundet på medlem@attention.se eller ring: 08-120 488 00 så går du inte miste om några e-postutskick.



Cafékvällar och träffar VT-20

Plats: Infoteket, S:t Johannesgatan 28D, Uppsala

Tid: 18.30–20.30

Datum	Typ	Program
27 januari	NPF-träff, anhörigträff	
10 februari	Cafékväll	Närvårdsteamet berättar om sin verksamhet och i synnerhet om ACT (Acceptance Committance Therapy)
24 februari	NPF-träff, anhörigträff	
24 mars OBS! Tisdag	NPF-träff, anhörigträff	
30 mars	Årsmöte	
1 april (onsdag)	Föreläsning	Attention/Infoteket: ADHD och äldre – se sida 3
6 april	Cafékväll	Attitydambassadör Veronica Malm om utmattningssyndrom
20 april	NPF-träff, anhörigträff	
4 maj	Cafékväll	Thomas Wikberg om lågaffektivt bemötande
18 maj	NPF-träff, anhörigträff	

Kommentar: Det är lite färre cafékvällar än vanligt denna termin eftersom vi inte kan bemanna fler. Vi hoppas kunna ha fler cafékvällar i höst.

Cafékvällar: Alla är välkomna, personer som har eller tror sig ha diagnos, anhöriga eller andra intresserade. På cafékvällen har vi ofta en föreläsning av något slag. Caféeet är öppet 18.30–20.30 och föredragen börjar kl. 19.00. Attention bjuder på kaffe/te och smörgåsar.

NPF-träffar: Personer som har eller tror sig ha en NPF-diagnos träffas. (Anhöriga/stödpersoner till deltagarna är välkomna om deltagaren önskar det.) Det finns inget speciellt tema, utan vi fikar och pratar om sådant som känns aktuellt. Attention bjuder på kaffe/te, frukt och ev. någon kaka.

Anhörigträffar: Dessa träffar är till för anhöriga till personer som har eller förmodas ha NPF-diagnos. Du kan till exempel vara förälder, partner, syskon eller vän. Eftersom anhörigträffarna äger rum samtidigt som NPF-träffarna går det bra att komma samtidigt.

Alla dessa träffar är till för våra medlemmar, men det går bra att komma ett par gånger och prova innan man bestämmer sig. Det går också bra att ta med sig en anhörig.

Kontaktperson för både cafékvällar och NPF-/anhörigträffar:
Ewa Wikander, ewa.wikander@gmail.com, 070-993 43 00.



Heldag på KFUM Alnäs 31 maj kl. 10.00–16.00

Attention Uppsala bjuder sina medlemsfamiljer

Under dagen kommer det finnas instruktörer för paddling med kanadensare, klättervägg, studsmatta, lekar och åka båt (med båtförare och lekledare).

Kl. 10.00–11.00 finns fika framdukat, kl. 13.00 serveras en grillad lunch (hamburgare) och kl. 15.00 serveras fika igen.

Anmäl dig **senast 25 maj** via e-post på alnas@attention- uppsala.se.

Glöm inte att uppge eventuell allergi eller specialkost. Vegetariskt, laktosfritt och glutenfritt alternativ kan erbjudas.

Adressen till KFUM Alnäs friluftsgård är Mälarvägen 14–16. Buss 8 och 11 går från city, hållplatsen heter Trastvägen.

Dagen är helt kostnadsfri för medlemmarna. Vi hoppas att detta ska bli en oförglömlig dag!



Andra evenemang under våren

Föreläsning på Infoteket

ADHD hos äldre – utmaningar och möjligheter, Tania Lehtonen

Föreläsningen ges i samarbete med Attention Uppsala.

Onsdag 1 april kl. 18–20

Fri entré, anmälan till infoteket@region uppsala.se eller 018-611 66 77.

Fler föreläsningar finns på: <http://www.lul.se/Kampanjwebbar/Infoteket/Evenemang/>

NPF-forum

Riksförbundet Attention arrangerar NPF-forum med olika teman 23–24 april på Clarion Skanstull i Stockholm. Eftersom deltagaravgiften är ganska hög vänder sig detta främst till yrkesverksamma.

Mer info på: <https://attention-utbildning-2.se/npf-forum/>

Attention deltar vid temadag om vuxenutbildning och NPF

Den 25 mars deltar Attention Uppsala vid en temadag om vuxenutbildning och NPF som arrangeras av Gottsunda Lärcentrum för lärare och skolpersonal.

Efter sommaren

Grillkväll på Ekolnsnäs 29/8 kl. 12–16.

Mer info kommer, men boka gärna dagen redan nu!



Attention Uppsala

OBS!

Pubjudan gäller endast betalande medlemmar!

Kom till Fyrishov och bowla

Lördagen den 21/3 2020

Kl. 11.00-16.00.

Anmäl er till:

E-post: bowling.attention.upsala@gmail.com

Senast den 13/2

När ni anmäler er får ni veta vilken tid & bana ni får tillgång till.

Endast en bana per familj i en timme



Efter varje bowlingpass bjuder Attention på hamburgare!

Allergi eller specialkost? Meddela oss i samband med er anmälan. Allt

förbeställs och vi kan inte göra ändringar samma dag!

Meddela namn på alla deltagare samt vilka som vill ha "grind" på banan!