

KLARASALEN

Halmstads Stadsbibliotek
Onsdag 4 oktober kl. 13–19.30

Föreläsningar med tid för publikfrågor
Kl. 13–15.30. Välj vad du vill gå på!

- Hjärnskakningar är rehabiliteringsbara (Frida Johansson)
- Att leva med MS (Frans)
- Ge aldrig upp, alla har rätt till bra kommunikation och träning (My Gustafsson)
- Från extremt hjärntrött tillbaka till livet (Carina Holgersson)
- Dans, balans och rörelse till musik (Hugo Tham)

Kl. 16–17.30
Nya behandlingsformer av
neurologiska sjukdomar
Håkan Widner, överläkare neurologi



Kl. 18–19.30
Politikerdebatt med regionpolitiker
Debattledare Anders Stålhammar



Fri entré – öppet för alla!
Begränsat antal platser

Vill du vara säker på att få plats kan du boka via:
Neuro Hallands kansli
mail: halland@neuro.se | tel: 035-10 50 24

HELA LIVET

Hjärnan i centrum

Vi är ett antal föreningar inom idrott, hälsa, kultur och funktionshinder som samverkar tillsammans med Region Halland och andra aktörer. Syftet är att synliggöra att vi alla utifrån våra förutsättningar behöver stimulera vår hjärna hela livet.

Det handlar om att få känna
Gemenskap – Glädje – Gnista
och att klara sin livssituation på bästa sätt.

Samarbete är vägen framåt och detta är bara början. Följ oss på vår resa.



hjarmanicentrum.se

Genomförs med stöd av



HELA LIVET

Hjärnan i centrum

HALMSTAD ARENA
Söndag 1 oktober kl. 11–16

Prova på Inspiration Föreläsningar

Fri entré – öppet för alla!

KLARASALEN
Halmstad Stadsbibliotek
Onsdag 4 oktober kl. 13–19.30

Föreläsningar
Bl a Håkan Widner, överläkare neurologi

Politikerdebatt

 hjarmanicentrum.se

▶▶▶ HALMSTAD ARENA

Söndag 1 oktober kl. 11–16

Prova på – utifrån dina förutsättningar

Kom med och bli inspirerad!

- ▶ Parabordtennis, softtennis, gåfotboll, rullstols-innebandy med mera
- ▶ Dans, boxning
- ▶ Mindfulness, yoga, kroppskänedom
- ▶ Skapande verksamhet som stimulerar hjärnan
- ▶ Dans, balans och rörelse till musik med Hugo Tham



Gemenskap – Glädje – Gnista

Vi visar upp bredden – att det finns något för alla för att stärka sin hjärna och förenkla i sin vardag. Här möter du flera föreningar inom hälsa, kultur och funktionshinder som tillsammans med Region Halland informerar och inspirerar.

*Följ "Hjärnstigen"
och lär dig mer om hjärnan.
Vinn fina priser!*

▶▶▶ Programmet uppdateras löpande på vår hemsida hjaranicentrum.se

Fri entré – öppet för alla!

Föreläsningar (30 minuters)

- ▶ Hjärnskakningar är rehabiliteringsbara (Frida Johansson)
- ▶ Från extremt hjärntrött tillbaka till livet (Carina Holgersson)
- ▶ Ge aldrig upp, alla har rätt till bra kommunikation och träning (My Gustafsson)
- ▶ Att leva med MS (Frans)
- ▶ Hjärnans kraft är starkare än du tror. Träning /mindfulness (Lotta Falk/Susanna Svedberg)
- ▶ Bosses fru, anhörig och vårdare... Nu då? (Ingalisa Bengtsson)
- ▶ Livet går vidare – att leva med Parkinson (Christina Darell)



På gång i höst

Alltid fritt inträde – öppet för alla!

Föreläsningar Villa Pollux Halmstad

31/8 kl. 18.30 Att leva med mental trötthet – hur får jag min vardag att fungera?

7/9 18.30 Rörelse är livsviktigt – kan fysisk aktivitet även påverka hjärnan?

14/9 kl. 18.30 Tal-, språk- och sväljsvårighet vid neurologisk sjukdom

"Neuro on Tour"

Möt Jenny som cyklar genom Sverige för Neurologisk forskning.

20/9 kl. 15 Varberg Brunnsparken

21/9 kl. 14 Halmstad, Stora Torg

26/9 Musik och hälsa

Så får musik oss att må bra, kl. 18.00–19.30

Halmstads Stadsbibliotek, Hallandsscenen

30/9 Kick-off

Halmstad Bordtennisklubb, Söndrums Tennisklubb och Parkinson

Halmstad arrangerar Prova på, kl. 14–16.

Halmstad arena

2/10–16/10 Hjärnan i centrum

Utställning på Halmstads Stadsbibliotek

3/10 Nationell Anhörigdag i Halmstad

Årets tema är "Ofrivillig ensamhet"

St. Nicolai församlingshem, kl. 13–16.30

6/10 Temadag Högskolan Halmstad

"Vem är du – utan en fungerande hjärna?"

Neuro Halland

7/10 Neurodagen

Villa Pollux Halmstad

7/10 Föreläsning med Louise Hoffsten

Neurodagen

Komedianten, Varberg

12/10 En underbar värld! Lena Maria Vendelius

Iktysoföreningen Halland

Halmstads Stadsbibliotek, Klarasalen, kl 18-20.30

28/10 Kunskapsdag

Parkinson Halland



För uppdaterad information se hjaranicentrum.se