



Verksamhetsberättelse 1/1-31/12 2018

Parkinson Örebro län

Parkinson Förbundet i Sverige är en paraplyorganisation till de 25 länsföreningar som finns i landet. Parkinson Örebro Län är en av dessa och leds av en ordförande och 4 ledamöter och 2 suppleanter. Vartannat år träffas länsföreningarnas ordförande till en konferens och vartannat år träffas ordförandena och valda ombud tillsammans med förbundsstyrelsen och personalen från Parkinsonförbundets kontor i Stockholm, till kongress. Vi är glada att vara representerade i förbundsstyrelsen av Kristina Hagström.

I maj 2018 var det således ordförandekonferens, denna gång i Lund. EvaBritt Runfeldt deltog från Parkinson Örebro Län.

Pernilla Haverås och Lars Ersäng deltog i den nationella träffen för Yngre Parkinson.

I december inbjöd Förbundet representanter från Uppland, Västmanland, Södermanland, Värmland, Gästrikland och Örebro till en regional konferens i Uppsala. EvaBritt Runfeldt och Kristina Hagström deltog från vår förening.

Vi anser det viktigt och berikande att delta i dessa konferenser och få del av hur det ser ut i andra delar av landet och få uppslag från andra föreningars arbete.

Styrelsen

Styrelsen har bestått av

- Ordförande EvaBritt Runfeldt
- Kassör Kristina Hagström
- Sekreterare Pernilla Haverås
- Ledamot Kristina Olsson
- Ledamot Ingemar Olofsson
- Suppleant Lars Ersäng
- Suppleant Helena Sunvisson

Övriga förtroendeposter

Valberedningen: Eva Fryxell och Linnea Brynvall

Revisorer: Anders Nilsson och Linnea Brynvall

Informatörer: Ann-Marie Hansson, EvaBritt Runfeldt, Kurt Larsson, Linnea Brynvall.

Styrelsen hade 10 sammanträden och ett arbetsmöte under året.

Händelser under året

Efter ett välbesökt och trevligt årsmöte den 28 februari startade styrelsen upp det nya verksamhetsåret med att planera för en medlemsaktivitet på den internationella Parkinsondagen den 11 april.

Internationella Parkinsondagen: Pernilla Haverås och Lars Ersäng medverkade båda i media, de blev intervjuade av Radio Örebro. SVT Örebro uppmärksammade även Lars genom ett reportage om hans Ironman satsning trots Parkinson. Även EvaBritt Runfeldt intervjuades i Radio Örebro och fick möjlighet att berätta om kvällens medlemsmöte.

Temat för detta medlemsmöte var Rörelse och aktivitet. Helena Sunvisson berättade om och visade övningar från kursen Rörelsekunskap och Kamran Kabinejad från Örebro boxningsklubb berättade inspirerande om boxningsträningen på Tegelbruket.

Politikerutfrågning: I september arrangerade Funktionsrätt Örebro en politikerutfrågning inför valet, styrelsen skickade in frågor i förväg och EvaBritt representerade föreningen.

Brukar och informationsmöten: Styrelsen har deltagit i brukar- och informationsmöten som Region Örebro Län inbjudit till. På Neurokliniken och i Sjukvårdsområde Norr.

Inställd utflykt: Den planerade sommarutflykten till Norrköping fick ställas in då alltför få anmälde sig.

Övriga medlemsaktiviteter har dock varit välbesökta.

September: Kristina Olsson har hållit i kontakten med Parkinsonteamet och bjudit in Parkinsonsköterskorna. Vi fick träffa båda Parkinsonsköterskorna, Helena Persson och Carina Fägerstad. De informerade om Parkinsonteamet och svarade på frågor från en aktiv publik. Mycket uppskattat!

Oktober: filmen Cinema Paradiso på Roxy. En härlig film, gemytlig stämning. Vi bjöd alla beå kaffe och delade ut information om föreningen till biobesökare som inte var medlemmar

November: medlemsmöte för erfarenhetsutbyte och samtal. Här gavs också möjlighet att låna av de böcker som föreningen har. Vi fick även förslag på vilka aktiviteter våra medlemmar tycker vi ska ha. Exempel på ämnen vi kan ha vid medlemsmöten: Dietist, Logoped, Läkare som talar om olika läkemedel. Andra förslag var: teater och psykisk stimulans ex. vis Sudoku, Korsord eller Brädspel. Det fanns också intresse att informatörerna berättar om sitt uppdrag

December: Julbord på Naturens Hus. Vi åt god mat och delade ut lotter till deltagarna.

Föreningens informatörer har under året fortsatt sitt arbete att ge information om hur det är att leva med Parkinsons sjukdom till personalgrupper vid vård och omsorgsboenden samt hemtjänstpersonal.

Vecka 36: Även i år deltog vi i Studieförbundet Vuxenskolas informations satsning, i år valde vi att vara med i Askersund. Få men intresserade åhörare som emellertid återkopplade och bjöd in till ett informationstillfälle för personal från Åsbro.

Anhöriggrupp: I samverkan med Anhörigcentrum har en uppskattad anhöriggrupp ledd av Linnea Brynvall och Ann-Marie Hansson pågått både vår och höst.

På **anhörigdagen i oktober** deltog vi med ett bord där föreningens verksamhet presenterades. Det var många som intresserade sig för vårt bord och tog del av vårt material.

Parkinsonteamet inbjöd i november styrelsen till en föreläsning riktad till all personal som i regionen möter patienter med Parkinson. Alla yrkeskategorier i teamet presenterade sig och informerade om vad de kan bidra med. Även vi fick möjlighet att presentera föreningen och dela ut information om hur man kan kontakta oss.

Övriga regelbundna aktiviteter:

Helena Sunvisson ledde i början av året i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan, en **kurs i Rörelsekunskap**.

Regelbundna **Caféträffar**. Ingemar Olofsson ansvarar för träffarna på Sveas konditori i Örebro och Lisbeth Axelsson ansvarar för de i norr. I Degerfors har man träffats på Café Berget, kontaktperson är Harriet Karlsson.

Träffar för Yngre Parkinson har flyttat runt och varit på Level, Pitchers och Vasakonditoriet. Ansvariga Pernilla Haverås och Lars Ersäng.

Både caféträffarna och pubkvällarna är ett trivsamt sätt att byta erfarenheter och prata en stund.

Friskvård, kroppskännedom och balans lördagar i USÖ:s varma bassäng under ledning av Birgitta Werme.

Boxning i samverkan med Örebro Boxningsklubb.

Dans för Parkinson genomfördes som ett försök och vi räknar med att kunna samarbeta med Afasi- och Neuro-föreningarna för att få ihop en grupp.

Verksamheten i siffror

- Vid årsskiftet hade föreningen **222 betalande medlemmar**.
Varav 141 Parkinsonsjuka. Kvinnor 121, män 101.
- **Föreningens inkomster** är medlemsavgifter som betalas till vårt förbund och sedan fördelas till föreningen. Landstingsbidrag 23 tkr, bidrag från vårt förbund till biokvällen på Roxy 16tkr och intäkter av våra aktiviteter. Totalt 104 635 kr. Årets resultat visar ett överskott på 7,725,05 kr.
- **Medlemsmöten** deltagandet har varierat från 20 till drygt 40 vid årets möten.

- **Kursen : Kroppskännedom** i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan. 5 tillfällen, ledare Helena Sunvisson.
- **Friskvård, kroppskännedom och balans** : Träning i USÖ:s varma bassäng på lördagar. Gruppen leds av Birgitta Werme. Varje deltagare betalar 300 kr för vår- och 300 kr för höstterminen. På våren hade vi 16 deltagare och på hösten hade vi 19 deltagare. Sammanlagt 27 tillfällen under året.
- Vi samarbetar med **Örebro Boxningsklubb** och har en grupp på måndagar kl. 13-14 och en grupp på onsdagar kl. 18-19. Varje deltagare betalade 500 kr för vårterminen. Det var 19 deltagare på måndagar och 8 deltagare på onsdagar. Sammanlagt 76 tillfällen under året. Från och med höstterminen sköter boxningsklubben deltagarlistor och ersättningen från deltagarna.
- **Dans för Parkinson**, 2 prova på tillfällen i Örebro, 1 i Karlskoga. Samt en kurs på Tegelbruket i Örebro med 4 tillfällen under oktober/november.
- Vid **Bio på Roxy**, som genomfördes den 13 november hade vi 55 deltagare. Vi sökte och fick bidrag från förbundet till denna aktivitet.
- Vid **julbordet på Naturens Hus** var det 40 deltagare som trivdes och njöt av den goda maten. Vi lottade ut fyra överraskningsvinster.
- **Caféträffar**: 10 tillfällen i Örebro och i norr (Nora/Lindesberg) vid 3 tillfällen. I Degerfors 1 i månaden med uppehåll för sommarmånaderna.
- **Föreningens informatörer** har under 2018 genomfört 16 informationstillfällen.

Tack till alla som bidragit till att genomföra föreningens aktiviteter under året!

.....

Ordförande

.....

Kassör

.....

Sekreterare

.....

Ledamot

.....

Ledamot