

VB 2020 för Neuro Karlstad med omnejd

Styrelsen lämnar härmed redovisning för sin verksamhet under verksamhetsåret 2020 och räkenskapsåret 2020.

Styrelsen har under verksamhetsåret haft följande sammansättning:

Ordförande Gunilla Ström Ericsson

Ledamöter Styrelseledamöter för 2 år:

<u>För 2019-2020</u>	<u>För 2020-2021</u>
Ann Augustsson	Gunilla Johansson
Lars Olsson	Ann-Charlotte Rydberg
Mikael Persson	Monica Sääv Andersson

Suppleanter för 1 år 2019
Eva Lundqvist
Britta Sallnäs

Konstituerande Vid konstituerande styrelsemötet valdes:

Vice ordf. Gunilla Johansson
Sekreterare Ann Augustsson
Kassör Monica Sääv Andersson
Adjungerade Susanne Tågmark och Eva Eiler
Firmatecknare Ordförande och kassör tecknar firman.

Revisorer Stig-Arne Persson och Mikael Magnusson

Suppleanter Gunnel Lunde
Örjan Arwidsson

Valberedning Susanne Tågmark och Eva Eiler

Representanter Gunilla Ström Ericsson (kassör)
Neuroförbundets Micael Karlsson (ledamot)
länsavd. Eva Eiler (suppleant)

Representanter Gunilla Ström Ericsson (vice ordf.)
Handikappför.
Karlstad

Tillgänglighets- Grupp Gunilla Ström Ericsson
Gunilla Johansson

Handikappråd Linda Gerdin Sandsgård referensgruppen i Sunne

Kansli Susanne Tågmark och Eva Eiler arbetar sedan tidigare halvtid på vårt kansli.

Styrelsen	Har haft 10 protokollförda styrelsemöten och ett antal arbetsutskottsmöten.
Kansliet	<p>Kansliet är fortfarande navet i vår verksamhet och har under detta år med Corona och Covid19 blivit särskilt viktigt. Där kan man få information såväl om föreningen, som om medlemskap och aktiviteter, liksom tips om vart man kan vända sig med olika funderingar. Kontakten med våra medlemmar är viktig och sköts via hemsida, e-post och Facebook-sida. Dock kan aldrig den direkt mänskliga kontakten via telefon eller besök ersättas – någon som kan lyssna och ge råd, stöd och tips. I år har vi dock fått träffas mer digitalt. På kansliet kan man också låna litteratur och media rörande våra diagnoser. Då kansliet är obemannat finns en telefonsvarare där man alltid kan lämna meddelanden, så ringer någon upp så snart som möjligt.</p> <p>Neuros kanslier på olika ställen i Sverige har regelbundet träffats digitalt för att utbyta erfarenheter och få idéer under detta speciella Coronaår. Vi har gått igenom alla "Föreningsnytt" tillsammans med förbundskansliet i Stockholm, så att alla föreningar och kanslier jobbar åt samma håll – mot samma mål. Vi förmodar att detta arbetssätt kan komma att användas även i en framtid.</p>
Medlemmar	Vid årsskiftet 2020-2021 hade föreningen 233 medlemmar, enligt medlemsregistret NGO-PRO. Vi saknar dock fortfarande yngre medlemmar.
Medlemsinformation	<p>Information till våra medlemmar har även detta år framför allt skett genom vårt blad MEDLEMS-NYTT, som har getts ut två gånger/termin. Där har vi informerat om aktiviteter, gett tips och idéer samt rapporterat från våra olika aktiviteter. Uppdaterad information om aktiviteter m.m. får spridning via vår hemsida http://neuro.se/karlstad och på vår Facebook-sida: Neuroförbundet Karlstad med omnejd. För att snabbare och enklare kunna nå medlemmarna t.ex. vid inställda arrangemang används i huvudsak e-post: karlstad@neuro.se Även Medlems-nytt kan fås via e-post, men fortfarande skickas flertalet ut med "snigelpost". Såväl miljö, som ekonomi skulle dock tjäna på om fler gick ut med e-post, om möjligheten fanns. Muntlig information ges naturligtvis via telefon i dessa tider. Tyvärr medger vår ekonomi endast undantagsvis information i press eller andra media.</p> <p>Länsförbundet vill också särskilt påminna att om sin hemsida (under neuro.se) som ger en samlad och aktuell information från Landstinget Värmland, och samtliga kommuner i länet för människor med funktionsnedsättning, deras anhöriga och närstående.</p>
Verksamhet	<p>Hjärnans och ryggmärgens skador och sjukdomar medför ofta kognitiva, osynliga, men nog så frustrerande, svårigheter. Då problem uppstår för såväl den drabbade individen, som för omgivningen, behövs träning för både knoppen och kroppen!</p> <p>Ur ett hälsopedagogiskt perspektiv handlar det ju om att se hela människan och att fokusera på det som gör individen frisk. Att ha vänner och en sysselsättning som man trivs med ger enligt forskning hög hälsostatus. Särskilt viktigt för en trött hjärna är då kanske inte bara att</p>

vila utan också rekreation och samvaro, ett skäl till att vi återkommande försöker åka till olika resmål för att få nya intryck och vidga vyerna.

Även om många av våra fysiska aktiviteter är "löpande" sedan en lång tid tillbaka, blev de flesta av dem inställda i olika utsträckning under året, t.ex. gällde detta **styrketräningen**, som levt vidare främst på tisdagsförmiddagarna. Då fanns tidigare även en gympagrupp där vi kunde delta. Några av "träningveteranerna" har sedan tidigare flyttat över till KMTI där utbudet kanske ser bättre ut för den som använder rullstol. För **fysisk träning/motion** har vi vanligtvis förutom styrketräning och gruppträning, såväl tillgång till **handikappbadet** i badhuset och som på CSK. Denna träning, som sköts av reumatikerföreningens badkommitté, ställdes dock tidigt in under året.

Caféträffarna fortsatte första onsdagen i varje månad - på sommarhalvåret utomhus och annars främst som digitala träffar. Information samt tips och idéer diskuterades och erfarenheter utbyttes. Många problem kan finna sin lösning över en kopp kaffe.

Vi har vid olika tillfällen haft **information** om frågor, som rör våra funktionsnedsättningar via olika digitala tjänster som Skype och Teams.

I enlighet med Karlstad kommuns önskan att vi som bidragsberättigad förening arbetar med att motverka diskriminering har vi även under detta år t.ex. särskilt tänkt på medlemmarnas socioekonomiska förutsättningar då vi fortsatt kraftigt har subventionerat ridterapi, som erbjudits våra medlemmar. Ridning och ridterapi är vanligtvis kostsamma verksamheter, som ligger utanför flertalet av våra medlemmars ekonomiska utrymme, samtidigt som denna aktivitet tydligt gynnar balans och motion: 30 minuter på hästryggen i skritt, motsvarar 30 minuters promenad. Inte lätt att uppnå på så många sätt om man har nedsatt rörelseförmåga. Projekten "Bryt ensamheten" (ett projekt ursprungligen finansierat av Karlstad kommun) och "Nysvenskar och Neuro" har tyvärr legat på is, då Folkhälsomyndigheten liksom Region Värmland särskilt har avrått från att man ska träffa personer som man annars inte brukar träffa.

Man kan inte nog betona våra medlemmars tuffa villkor. Många har aldrig kommit ut i arbetslivet och de har heller inte kunnat tjäna in några pensionspoäng, vilket avsevärt påverkar såväl nuvarande, som kommande ekonomiska situation.

Vi deltar aktivt i styrelsen för **Handikappföreningarna Karlstad** – de lokala handikappföreningarnas paraplyorganisation. **Kommunens tillgänglighetsgrupp** har också börjat hitta sina verksamhetsformer och där deltar vi givetvis. Eftersom bristande tillgänglighet numera är en diskrimineringsgrund ser vi vikten av att det arbetas särskilt aktivt med detta. Vi deltar vanligtvis också i en referensgrupp för och som **vårdare på Karlstad kommuns Resurscentrum**, liksom i **Region Värmlands patient- och närståendebildningar**.

Aktiviteter

Informations- och diskussionsmöten med olika innehåll har hållits i stort sett varje månad med olika teman, aktiviteter som ofta delvis kan finansieras med hjälp av fondmedel:

- Caféträff – besök på Swenströmskas stenugnsbageri (200205)

- Resa till Hagfors och besök på Monika Zetterlundmuseet (200222)
- Caféträff – film "Monica Z" (200304)
- **Årsmöte** med årsmötesförhandlingar där Örjan Arvidsson och Ann Augustsson var behjälpliga. Vi fick också underhållning av Bertil Engh och Bertil Andersson (200311)
- Caféträff om Hammarö inställd pga. sjukdom (200401)
- Digitalt medlemsmöte – Ann Augustsson berättar om kända Karlstadsprofiler (200429)
- Caféträff om Vintersol, men inte med Britta Sallnäs, som satt fast i Covid19karantän på Teneriffa, utan med Ann Augustsson i solen på innergården (200506)
- Den planerade Neupromenaden till den 9 maj blev inställd pga. Coronapandemin och flyttades till augusti (200509)
- Vårens sista caféträff hölls ute i solen i Stadsträdgården, där vår kassör Monica hade bakat en Toscakaka och Ann än en gång berättade om gamla Karlstad (200603)
- **Våravslutning** firade vi åter igen i Mariebergsskogen, med grillning som brukligt är (200610)
- Ridterapi ute hos Daliah Longrée fortsatte under sommaren och kursen gick sedan vidare under tidiga hösten.
- Den framflyttade Neupromenaden blev pga. det fortsatta pandemiläget helt digital och genomfördes 22-30 augusti.
- Höstens första caféträff hölls, åter igen med lämpligt avstånd, på vår innergård, då vi uppmärksammade Region Värmlands kampanj "100 trappsteg" (200902)
- Vi var också inbjudna till Afasiföreningens bakgård där vi hade en massa uteaktiviteter i samband kampanjen "100 trappsteg" (200915)
- I samband med Neurodagen fanns vi på plats i utegymmet i Wennbergsparken tillsammans med fysioterapeut Ia Kaugesaar (200923)
- Vi blev också inbjudna av Hammarö bibliotek till att komma dit och berätta om vår förening (200929)
- Caféträff med diakon Kathy Blomqvist som pratade om det goda samtalet – dialog på ett jämbördigt plan (201007).
- Medlemsmöte – favorit i repris: "Ann berättar" och vi uppmärksammade räkmackans dag (201014)
- Caféträff i Coronatider – 3 personer utspridda i hela matsalen (201104)
- Medlemsmötet i november blev sedan inställt pga. nya strängare Coronarestriktioner (201111)
- Ett adventsfika med hembakade lussekatter börjar bli en tradition, men 2020 års upplaga blev helt digital, som en del av Neuros kampanj "Ingen ska vara ensam i jul" (201202)
- Ytterligare ett julfika hölls digitalt, även detta som en del av kampanjen (201216)

Intressepolitik Vårt tidigare mycket aktiva deltagande i tillgänglighetsgruppen har under de senaste åren blivit än mer intensifierat i och med att gruppen har blivit remissinstans för Stadsbyggnadskontorets planer för byggen o. dyl. Vidare har Rådets arbetsformer blivit fastare. Tack vare, att vi fortfarande har aktiva representanter från styrelsen i dessa sammanhang, kan vi hålla oss bra informerade om händelser och

utveckling. Samarbeten med olika aktörer, t.ex. andra handikappföreningar, har också medverkat till att vi har kunnat bevaka våra intressen.

Ekonomi

Fortfarande ger prenumerationer av Bingolotter och försäljning av "Restaurangchansen"-häften ett visst tillskott till vår verksamhet, dock alltmer minskande. Vi har likaså under detta år varit lyckosamma i att bli beviljade fondmedel till vår verksamhet. Många aktiviteter som vi hade beviljats medel för fick dock ställas i pga. Corona- och Covid19-situationen. Kommunala verksamhetsbidrag utgör emellertid fortfarande den största ekonomiskt bärande delen.

Slutord Slutligen tar vi - som vanligt - tacksamt emot all möjlig "draghjälp" vi kan få. Föreningen lever ju inte endast på pengar, utan även på all möjlig praktisk hjälp. Vi vill därför tacka alla de, som på olika sätt har bidragit och fortlöpande bidrar med, tid och engagemang till vår förening – TACK!

Utan medlemmar ingen förening och bästa resultat når vi, om vi drar åt samma håll! Samarbete och samverkan är av största vikt och vi hoppas, att ni vill fortsätta vara föreningens draghjälp.

Vi vill också särskilt tacka dem som åter har gett oss ekonomiskt bidrag till vår verksamhet: Vård- och omsorgsförvaltningen i Karlstads kommun, Hammarö kommun, Neurofonden och Radiohjälpsfonden.

Styrelsen tackar för förtroendet och avgående ledamöter ställer sina platser till förfogande.

Gunilla Ström Ericsson
Ordförande

Gunilla Johansson
Vice ordf.

Ann Augustsson
Sekreterare

Monica Sääv Andersson
kassör

Lars Olsson
Ledamot

Mikael Persson
Ledamot

Ann-Charlotte Rydberg
Ledamot

Eva Lundqvist
Suppleant

Britta Sallnäs
Suppleant