

NEUROFÖRBUNDET GÖTEBORG

Förslag till verksamhetsplan för år 2025

Inledning

Det är tuffa tider i samhället. Vi får rapporter om att sjukvården är svår att nå, stöd och insatser dras in, priserna har skjutit i höjden och tillvaron känns alltmer otrygg.

Genom vår verksamhet ska vi stötta och ge tillförsikt till våra medlemmar. Vi ska finnas tillgängliga där det känns som att individen står ensam mot världen. Hos oss träffas personer med liknande symtom och situation och tillsammans känner de sig stärkta i det enkla mötet. Vi ska förmedla information som gör att medlemmen kan stå på sig och orka slåss för sina rättigheter. Kort sagt vår verksamhet och närvaro hjälper utsatta personer till en bättre livssituation. Under 2025 fokuserar vi speciellt på Kunskapsspridning, Rehabinsatser och Rättigheter.

Vårt verksamhetsområde

Neuroförbundet Göteborgs huvudsakliga syfte är att stötta, vägleda och företräda personer med neurologiska diagnoser och sjukdomar boende i och omkring Göteborg. I föreningen ingår Borgen, som är en lokal sektion i Kungälv. Vår lokalförening är även en del av regionförbundet Neuroförbundet Västra Götaland.

Vår idrottsverksamhet går under namnet Neuroförbundet Göteborg Parasport som har medlemskap i Parasport Sverige och Parasport Västra Götaland.

Medlemmar

Vi ska sträva efter att hålla en god verksamhet som gynnar så många medlemmar som möjligt. Under 2024 hade vi 1161 unika deltagartillfällen vilket är en ökning från 804 jämfört med 2023. För att förmedla våra aktiviteter och det intressepolitiska arbete som utförs, kommer vår tidning Kontakten att skickas ut med 8 nummer under 2025. Vi arbetar också ständigt med att synas på sociala medier och att fylla vår hemsida med nyttig information och givande aktiviteter.

Vårt kansli

Kansliet med sina fyra anställda kommer att vara bemannat måndag till torsdag under hela året med delvis stängt under veckorna 26 – 31 samt över jul och nyår. På detta sätt kommer det finnas möjlighet för medlemmar att få stöd, rekreation, information och gemenskap under större delen av det kommande året. Kansliet kommer att vara bemannat med tre heltidstjänster fördelat på fyra anställda personer. Vårt ökande medlemsantal samt ökningen av antalet aktiva medlemmar gör att vi ser ett behov av att utöka arbetskraften i föreningen och på kansliet, vilket även kan innebära att vi behöver utöka storleken på våra lokaler.

Opinion & Intressepolitiskt arbete

Det är viktigt att stötta våra medlemmars intressen i samhällsdebatten. Vi har startat upp en arbetsgrupp för intressepolitik som har till uppgift att bevaka aktuella frågor som berör våra medlemmar. Gruppen består av sex engagerade personer som succesivt kommer att utveckla såväl arbetssätt som arbetsformer. Vi kommer bland annat att försöka arbeta mer proaktivt med

uppvaktning av politiker och beslutsfattare i viktiga frågor. Det kan gälla såväl förslag på förbättringar som aviserade försämringar i samhället och olika bekymmer som drabbar våra medlemmar. Vi planerar att fortsätta att engagera oss tillsammans med Funktionsrätt Göteborg och deras medlemsföreningar. Vi kommer även att medverka i Brukarrådet inom neurologin på SU. Där har vi möjlighet att vara med och påverka sjukvården och dess funktioner så att framtiden skall se ljusare ut för våra medlemmar. Vi deltar i dialogmöten för Göteborgs delregionala nämnd för hälso- och sjukvård inom VG-regionen samt delregional nämnd västra.

De områden som vi främst fokuserar på är:

- Neurosjukvården – dess tillgänglighet och brister
- Socialtjänstlagen och LSS-insatser
- Rehabilitering – Svårt att få beviljat pga. neddragningar
- Tillgänglighet
- Hjälpmedel
- Mobilitet – Bilstöd, Parkeringstillstånd, Färdtjänst

Kunskapsförmedling

En mycket viktig och uppskattad del i vår verksamhet är fortbildning av olika funktioner i samhället. Det kan röra sig om vårdpersonal, personliga assistenter och myndighetspersoner men också anhöriga och närstående till personer med neurologiska diagnoser.

Informationsmaterial: Det är viktigt att våra medlemmar känner att det är enkelt att få fram information kring vår förening, vad vi gör och annat nyttigt som kan vara av intresse för personer med en neurologisk sjukdom/skada. Nytt diagnosrelaterat informationsmaterial kommer ifrån Riksförbundet och lokalföreningen uppdaterar och administrerar lokala upplysningar.

Föreläsningar: Vi planerar flera föreläsningar under 2025. Dels angående de olika diagnoserna, dels med inriktning på olika symtom som drabbar många trots att de inte har samma diagnos. Dessa föreläsningar riktar sig både till våra medlemmar och till dem som möter personer med neurologiska funktionsnedsättningar i sitt arbete.

Vi kommer även att genomföra föreläsningar inom specifika ämnen som efterfrågats av våra medlemmar. Det kan röra sig om senaste rön inom forskningen, nya mediciner eller olika träningsformer. Under år 2025 kommer vi ha stort fokus på diagnoserna Polyneuropati och MS, som är de störst växande målgrupperna inom föreningen. En heldag om muskeldiagnoser är också inplanerad.

Vi arbetar även aktivt för att sprida kunskap om våra diagnoser till personer som träffar våra medlemmar i sitt yrke, exempelvis sjukvårdspersonal, assistenter och handläggare hos kommun och försäkringskassa. Våra största arrangemang inom detta område är World MS Day och Neurodagarna. Bara dessa arrangemang brukar engagera ca 350 personer.

Avstamp: En kurs som riktar sig till personer som nyligen fått diagnosen Multipel Skleros (MS). Sjukdomen debuterar oftast i 20–40 års åldern. Avstamp är ett samarbete mellan oss och MS-centrum på Sahlgrenska Universitetssjukhuset. Sahlgrenska team består av MS-sköterska, neurolog, fysioterapeut, arbetsterapeut och psykolog. Här får deltagarna möjlighet att möta andra i liknande situation, vilket är mycket betydelsefullt för personer där hela tillvaron omkullkastats av diagnosen. Även anhöriga, kollegor med flera ges möjlighet att delta på vissa träffar vilket gör att omgivningen får en bättre kunskap om hur det kan vara att leva med MS. Kursen genomförs två gånger per år.

Diagnosträffar: Träffar för personer med samma diagnos. Här får deltagarna möjlighet att träffas och tala om sådant som de har gemensamt på grund av sin diagnos. Det är otroligt viktigt

för människor som drabbats av sjukdom att veta att de inte är ensamma i sin situation, att det finns fler och att de tillsammans kan hjälpa varandra att hitta rätt i vardagen.

Kompassen: Vår Råd- & Stödverksamhet är mycket viktig. Det är via denna som våra medlemmar får hjälp med ansökan och information om rättigheter, samhällsstöd, hjälpmedel, rehabilitering och annat som är viktigt i vardagen. Det finns även möjlighet att få stödjande samtal från vår kurator. Medlemmar har förmedlat att det är svårt att få tillgång till råd och stöd från region och kommun och att den hjälp som erbjuds inte heller innefattar hjälp med ansökan kring de ovan nämnda områdena. Därför är det viktigt att vi kan bibehålla denna verksamhet även i framtiden. Under 2025 kommer vidareutbildning av Kompassens personal göras inom området LSS.

Sociala aktiviteter

Våra sociala aktiviteter är viktiga för att bryta ensamhet och skapa möjlighet till ökad livskvalitet i form av tips på vardagsstrategier och goda levnadsvanor. Dessutom stöttar detta våra medlemmar till att känna sig mer inkluderade i samhället, vilket i sin tur bidrar till en generellt bättre hälsa.

Exempel på sociala aktiviteter är:

Anhörigrträffar: Vi erbjuder anhöriga att träffas och utbyta erfarenheter med varandra under lättsamma former. Dessa görs ofta i samarbete med andra föreningar och/eller organisationer.

Anpassade resor: Resor till platser som är tillgängliga för personer med funktionsnedsättningar. Många har svårt att resa på egen hand antingen på grund av rörelsehinder eller av rädsla för att resmålen inte skall vara tillgängliga i rätt utsträckning. Vår resekommitté besöker resmålen i förväg för att säkerställa att alla våra medlemmar ska ha möjlighet att åka med.

Insamling: Neuropromenaden arrangeras varje år i Slottsskogen. Arrangemanget aktiverar flera hundra personer och genererar stöd till Neurofondens 90-konto. Insamlingen går till stöd för forskning inom neurologiska diagnoser.

Konstföreningen: KonstArten fortsätter att vara en mötesplats för våra konstituerade medlemmar. Inom gruppen kommer det att arrangeras besök på konstutställningar, galleribesök samt föreläsningar om konst. Hela årets medlemsavgift används till inköp av konst som utlottas på KonstArtens kommande årsmöte.

Samverkan: För att kunna erbjuda så mycket aktiviteter som möjligt för våra medlemmar kommer vi även fortsättningsvis att vårda vårt samarbete med andra föreningar som har sitt intresseområde inom de neurologiska diagnoserna.

D&J Strannegården: På den vackra halvön Onsala ska vi erbjuda våra medlemmar rekreation och återhämtning under sommaren. Gästerna erbjuds rehabiliterande träning och aktiviteter under sin vistelse i en anpassad miljö och där det finns personal tillgänglig dygnet runt. Strannegården, som anläggningen kallas i dagligt tal är föreningens eget sommarställe som skänktes till föreningen under 60-talet. Anläggningen har nu många år på nacken och vi har under de senaste åren gjort ökade satsningar, renovering och utveckling av verksamheten. Under 2025 planeras fortsatt upprustning av personalutrymmen, kök samt gång- och transportvägar så att vi uppfyller alla moderna krav på trygg och säker miljö för såväl personal som gäster. Med i planen finns även tankar på att under hösten påbörja en utbyggnad av paviljongen med en samlingslokal för aktiviteter och träning. Utbyggnad förutsätter att tillräckligt med ansökta projektmedel beviljas. Satsningen planeras för att försöka möta nya önskemål som finns bland många medlemmar på aktiva temaveckor.

Studiebesök: För våra medlemmar kan det vara svårt att följa med på ordinarie arrangerade turer då många har svårt att röra sig och ibland behöver speciella hjälpmedel för att kunna ta till

sig information. Därför ordnar vi intressanta studiebesök med guider på olika kulturella eller samhällsintressanta platser, exempelvis museum, teater och hotell.

Studiecirklar: Många av våra medlemmar upplever att deras vardag kan kännas lite tom och innehållslös. Många skulle vilja lära sig något nytt men känner inte att de kan klara en vanlig kurs eller utbildning. Därför har vi tänkt samla våra medlemmar i föreningens nya lokaler och genomföra korta och anpassade studiecirklar. Exempel på ämnen kan vara mat, hälsa, skönhet och liknande.

Ungdomsaktiviteter: Vi kommer att fortsätta vårt samarbete med andra idrottsföreningar i Göteborg för att tillsammans arrangera Göteborg Open, Nordens största bredd och rekryterings-tävling för barn och ungdomar med funktionsnedsättning. 2025 års arrangemang är det 40 års jubileum vilket berättigar till en större satsning än andra år.

Rehabiliterande träning

Idrott och träning bidrar till förbättrad hälsa. Hos personer med funktionsnedsättning är ofta folkhälsan sämre än hos övriga befolkningen. Eftersom möjligheten till rehabilitering dessutom minskar drastiskt i regionen kommer vi att utöka våra idrottsliga aktiviteter. Träningstillfällen inom flera idrotter kommer att genomföras regelbundet under vår- och hösttermin.

NMD-Bad: Vattengymnastik för medlemmar med neuromuskulära diagnoser som utövas i bassäng med hög vattentemperatur (34 grader). Värmen ger en bättre effekt av träningen på personer med muskelsvaghet eftersom dessa ofta har en försämrad blodcirkulation. Vi försöker komma igång med denna verksamhet under året, svårigheten ligger i att hitta ledare som kan både administrera och leda verksamheten.

Rehab-bad: Träning med eget program i varmvattenbassäng. Orsaken till denna verksamhet är att inom hela regionen är det idag omöjligt att få träning i varmvattenbassäng som privatperson. Föreningen har därför hyrt bassängtid på Högsbo sjukhus för att kunna erbjuda träningstillfällen för våra medlemmar. Två träningspass varje vecka under vår- och hösttermin.

MS-Gympa: Rörelseträning anpassad för personer med MS. Träningen inriktar sig främst på att stärka och bibehålla de motoriska funktioner som diagnosen kan påverka.

Rullstolsdans: Att dansa ger deltagarna förbättrad kroppskänedom, ökad uthållighet och förbättrad motorik samt stärker balans och kroppshållning. Denna träningsform stärker även självförtroendet vilket är viktigt för dem som drabbats av en neurologisk diagnos eller skada mitt i livet. Kunskapen ifrån träningen kan i stor utsträckning användas i många andra sociala sammanhang. Utöver den sociala motionerande aspekten inom rullstolsdansen kommer även läger och tävlingar arrangeras. Dessa ger deltagarna möjlighet att utväxla erfarenheter med andra dansare ifrån hela Norden. Under 2025 kommer träning att erbjudas varje vecka under vår och höst termin samt att vi kommer arrangera två läger under våren och ett på hösten.

Sammanfattning

Medlemsvård och kunskapsspridning är våra viktigaste uppgifter i närtid och långsiktigt är vårt opinions- och intressepolitiska arbete i fokus. Vi fördelar våra krafter för att påverka till positiv utveckling för våra medlemmar, från individnivå ända upp till högsta instans. Vi ser att behovet av stöd ökar stort hos våra medlemmar och våra krafter idag räcker inte till. Det är ytterst viktigt att kunna möta de behov som medlemmarna har, vilket gör att vår arbetsinsats behöver ökas för att möta det ökade behovet. Mer personal och möjligen större kansli kommer vara prioriterade områden under 2025.