

# Neuroförbundet Östhammar

Org.nr 817301-3411

## VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2018

Styrelsen för Neuroförbundet i Östhammar vill härmed lämna följande verksamhetsberättelse för år 2018.

Styrelsen och förtroendevalda har under året haft följande sammansättning:

### Styrelse

Ordförande	Örjan Wedin
Vice ordförande	Marie Larsson
Sekreterare	Siw Mattsson
Vice sekreterare	Birgitta Taxell
Kassör	Gun Andersson
Ledamöter	Anita Wahlborg Marianne Grundtman Annica Bengtsson

Suppleanter	Monika Hiller Lilian Bergström Elsa Lundgren Inger Erlandsson (avliden under året)
-------------	---

Revisorer	Marianne Westlén Gret-Lis Grönlund
-----------	---------------------------------------

Ersättare	Gerd Nordström
-----------	----------------

Valberedning	Clary Naeslund Per Mattsson Siw Mattsson
--------------	--

### Övriga

Ombud till Neuroförbundets kongress:	Örjan Wedin
Ombud till länets ombudsmöte:	Marie Larsson, Siw Mattsson
Suppleant till länets styrelse:	Marie Larsson
KFR Ledamot:	Örjan Wedin
HSO:s ledamot och ersättare:	Marianne Grundtman och Marie Larsson
HSO:s årsmöte, ombud	Örjan Wedin, Marianne Grundtman
HSO:s styrelse:	Inger Erlandsson
Ledamot i Frivillighandtaget:	Elsa Lundgren, under våren även Inger Erlandsson
Studieorganisatörer:	Per Mattsson, Siw Mattsson

**Kontaktpersoner:**

MS	Marie Larsson, Per Mattsson
Stroke	Lilian Bergström
Parkinson	Bengt Andersson
Polyneuropati	Karin Agrillo

**Verksamhet:**

Vid årsskiftet 2017 / 2018 hade föreningen 66 betalande medlemmar.

Ordinarie årsmöte hölls på Edsvägen 16 den 18 mars 2018 med 27 närvarande. Örjan Wedin var ordförande. Festkommittén gjorde ett fint jobb med hela arrangementet, smörgåstårta och lotteri.

6 protokollförda styrelsemöten. Dessutom hade styrelsen två planeringsdagar med efterföljande lunch, en var i januari och en i september, samt i oktober en dag för styrelseutveckling.

Neuro Riks har under året bytt till nytt IT-system för hemsidan. En styrelsemedlem deltog i april på en utbildningsdag. Ny adress: [www.neuro.se/osthammar](http://www.neuro.se/osthammar).

I oktober deltog två styrelsemedlemmar i en Utvecklingskonferens i Stockholm, som anordnades av Neuro riks.

Vid årsskiftet 2018 / 2019 hade föreningen 68 betalande medlemmar.

**Representation:**

Föreningen har under året deltagit vid möten och träffar:

- Ordförande har representerat föreningen vid Neuroförbundets kongress samt på förberedande möte.
- KPF kommunala pensionärsrådet och rådet för funktionsnedsatta
- HSO handikappföreningarnas samarbetsorganisation
- Neurodagen i Uppsala län, workshop om neurologiska sjukdomar
- Representation i Frivillighandtaget
- Ombudsmöte i Neuro Uppsala Län
- En medlem deltog i årets MS-marsch i Uppsala
- Länet bjöd styrelsen på julbord på restaurang Kungsådran på Laxön i Älvkarleby. Vi åkte dit med handikappanpassad buss från Hallsta buss.
- En medlem deltagar i nybildade "Neuro Rehab C-län".

## Medlemsaktiviteter:

- Kombinerat 25-årsjubileum samt julgransplundring söndagen den 7 januari 2018. Vi var drygt 30 personer som träffades på restaurang Sjökrogen i Östhammar vid en kombinerad julgransplundring och 25-årsfest för medlemmarna i vår förening. Då passade vi även på att ha en liten julgransplundring, vi bytte julklappar med varandra.
- Årsmöte söndag den 18 mars 2018  
Vi var 27 personer som deltog i årsmötet på Vinkelboda. Mötet inleddes med sedvanliga årsmötesförhandlingar. Som ordförande för mötet valdes Örjan Wedin. Efter avklarat möte bjöds vi på smörgåstårter, dricka samt kaffe och god hembakad kaka. Vi hade även lotteri med många fina vinster.
- Studiecirkel med Medicinsk yoga under året 2018, både vår- och hösttermin  
Denna form av yoga är mycket avslappnande och kan utföras av alla. Studiecirkeln bedrevs i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan. Sjukgymnast Marita Wahlgren var ledare. Vi var 12 personer som träffades på måndagar kl 16:30-17:30, 10 gånger under våren samt 10 gånger under hösten.
- Pinnjympa på Anhörigcentrum, torsdagar jämna veckor
- Studieverksamhet bedrevs i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan och bestod av sångcirkel för 12 personer i Musikens Hus för att träna tal och andning, med Lennart Svensson som ledare.
- Egen rehabträning på Edsvägen 16.  
Vi fortsatte egenträning på gymmet på Edsvägen, 3 dagar i veckan.  
Ett tiotal medlemmar var flitiga att träna och efteråt fikade vi tillsammans.
- Vattenträning skedde på söndagar i varmvatten i bassängen på Frösåkershallen. Vi har övergått dit eftersom varmbassängen vid Vårdcentrum stängdes för renovering 2017.
- En Rehab.grupp bildades i länet och en av våra medlemmar deltar i den. Hon ska rapportera löpande till styrelsen och våra representanter i rehab.gruppen i Neuro Östhammar.
- Några medlemmar var i mars på föreläsning om Smärta, i Uppsala. De fick tips om praktiska övningar och teori i ämnet.
- Fyra medlemmar deltog i föreläsning om Blåsa/Tarm.

- Två styrelsemedlemmar har deltagit i information om nya dataskyddslagen.
- "Östhammarsfjärdens Dag" firades av kommunen den 30 maj.  
Det var diverse aktiviteter på Krutudden. Föreningen deltog med 10 medlemmar som visade och demonstrerade badvagnen, det var många som ville prova den. Vi delade även ut information om våra aktiviteter.
- Lördagen den 7 juli åkte 24 medlemmar med Sundbergs buss till Wira Bruk utanför Norrtälje för att se Wiraspelen. Föreställningen handlar om hur det var att bo i bruket för länge sedan.
- Sommarträff den 18 juli  
Vi blev 21 personer som kom till Sjötorget i Östhammar och tog med sig matsäck. Vi hade grillar klara och sittplatser fanns också i södra delen i närheten av skateboardrampen och sjöbodar.  
  
Därefter blev det Allsång vid paviljongen för den som ville. Kvällens gäst var Fredrik de Joung, känd operasångare. Det blev en riktigt trevlig kväll i skön aftonsol.
- 11 medlemmar deltog i Politikercafét, inför valet 2018.
- Efter styrelsemötet den 25 september fick vi en guidad visning av lokalerna på Kulturhuset Storbrunn för att se hur pass handikappanpassade de är.
- Den 12 november åkte vi med Sundbergs buss till hjälpmedelscentret i Valbo. Vi fick en kort information om hjälpmedel och därefter fick vi titta själva i utställningar och köpa mindre hjälpmedel i butiken.
- Den 11 december var vi 31 medlemmar som åt julgröt med skinksmörgåsar tillsammans. Vi hade allsång och Örjan läste ett mycket roligt eget kåseri samt avslutade med Viktor Rydbergs "Tomten".
- Under året gjorde vi även många försök att få via Tekniska kontoret på kommunen få hjälp med tillgång till någon ny lokal. Vi får inte vara kvar på Brottarklubben så föreningens hyllor mm måste flyttas därifrån.
- Under året startade vi med s.k. Tisdagsträffar. Vi har pysslat med olika aktiviteter såsom akvarellmålning, att måla på porslin samt diverse olika handarbeten. Till dessa träffar kommer vanligtvis ca 15-20 personer.

**Slutord**

Neuroförbundet i Östhammar kan se tillbaka på ett mycket starkt år verksamhetsmässigt. Vill ni hålla er uppdaterade om våra aktiviteter, se då på vår hemsida: [www.neuro.se/osthammar](http://www.neuro.se/osthammar).

Tack till alla som gjorde 2018 till ett lyckat verksamhetsår!

Örjan Wedin

Gun Andersson

Siw Mattsson

Birgitta Taxell

Marianne Grundtman

Marie Larsson

Anita Wahlborg

Annica Bengtsson