

NEURO

Malmö

Neuro skapar
gemenskap och **framtidstro**

Vårt arbete har fokus på
allas rätt till ett **värdigt liv**

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

2025



INLEDNING OCH UPPDRAG	6
VERKSAMHET I KORTHET	7
MEDLEMMAR.....	8
HEDERSMEDLEMMAR	8
STYRELSEN 2025/2026	9
REVISORER	9
INTRESSEORGANISATIONER DÄR VI HAR MEDLEMSKAP	10
VALBEREDNINGEN	10
ÅRSMÖTE	10
FÖRENINGSLOKALEN.....	10
STYRELSENS VERKSAMHET	11
NEUROFÖRBUNDETS KONGRESS.....	12
EKONOMIKOMMITTÉ	12
INTRESSEPOLITIK	13
KANSLI.....	15
KOMMUNIKATION OCH INFORMATION	16
ARBETSGRUPPER.....	18
KULTURGRUPPEN.....	18
TRIVSELGRUPPEN.....	19
POLYNEUROPATI NÄTVERKET – DIAGNOSGRUPP.....	19
ALS-NÄTVERKET – DIAGNOSGRUPP.....	20
MS-TRÄFF.....	21
ORUPSSJUKHUS.....	21
AKTIVITETER.....	22
MEDLEMSMÖTE	22
MEDI-YOGA ONLINE	23
TORSDAGSTRÄFFAR	23
MÅLARGRUPP	24
NEUROPROMENADEN.....	25
NEURODAGEN.....	26

MS-TOUR	27
TILLGÄNGLIGHETSDAGEN	27
BASSÄNGTRÄNING	28
FOTVÅRD.....	28
ULLARED – SHOPPINGRESA	28
ULLARED MED ÖVERNATTNING	29
CANASTA.....	29
PUBKVÄLLAR	29
VÅRRESA	30
TARM & BLÅSA FÖRELÄSNING	30
FÖRELÄSNING ”leva som jag vill”	31
UT I DET BLÅ.....	31
HÖSTRESA	32
JULRESA	33
MANIFESTATION – Vi ÄR ALLA VÄRDEFULLA!.....	34
MEDLEMSRESA VALJEVIKEN	35
STROKEDAGEN	36
JULMIDDAG.....	37
NEURO SKÅNE.....	37
ANSLAG OCH GÅVOR.....	38
SLUTORD	38
TACK.....	40

INLEDNING OCH UPPDRAG

Under det gångna året har Neuro Malmö fortsatt att verka för vår vision: ett samhälle där människor med neurologiska diagnoser har samma möjligheter och rättigheter som alla andra. Vi är en lokalförening inom Neuroförbundet – Sveriges första och främsta intresseorganisation inom neurologi – och fungerar som en central mötesplats för personer med neurologisk diagnos eller skada och deras närstående i Malmö, Vellinge, Trelleborg och Svedala.

En halv miljon svenskar har en neurologisk diagnos eller skada och det påverkar hjärna, ryggmärg och centrala nervsystemet. Diagnoser som MS, stroke, Parkinson, epilepsi och polyneuropati innebär livsförändringar som ofta inträffar mitt i livet, helt utan tydliga livsstilsfaktorer som orsak. I takt med att den medicinska forskningen går framåt, har vårt ansvar att sprida kunskap och erbjuda stöd blivit än viktigare.

Vår värdegrund och målsättning:

Verksamheten vilar stadigt på Neuroförbundets gemensamma värdegrund: framtidstro, trovärdighet och enkelhet.

Vårt arbete styrs av målsättningen att motverka social isolering och stärka livskvaliteten för våra medlemmar. Vi arbetar målinriktat för att:

- **Främja gemenskap:** Skapa trygga forum där medlemmar kan möta andra i samma situation. Erfarenhetsutbyte är en hörnsten i vår verksamhet och en källa till hopp och framtidstro.
- **Stärka individen:** Verka för rätten till ett värdigt liv, vilket inkluderar rätten till personlig assistans och individanpassat stöd inom vård och omsorg.
- **Hälsa och välbefinnande:** Uppmuntra till anpassad fysisk aktivitet och friskvård, även när kroppen påverkas av en diagnos.
- **Stödja närstående:** Erbjud vägledning och stöd till familj och anhöriga.

Verksamhetens genomförande

Genom det nationella samarbetet inom Neuroförbundet – som omfattar cirka 13 000 medlemmar i ett 70-tal lokalföreningar – har vi kunnat följa den senaste spetsforskningen och omsätta kunskap till praktisk nytta för våra medlemmar.

Under året har fokus legat på att bibehålla och utveckla de mötesplatser som utgör navet i Neuro Malmö. De medlemmar som tagit del av vår verksamhet vittnar om betydelsen av att inte stå ensam. Gemenskapen

är inte bara en social aktivitet, träning och nya intryck utan en förutsättning för att bibehålla en stark livslust och insikten om att livet fortsätter även efter ett diagnosbesked.

Framåtblick:

Framåt fortsätter vi att driva opinion för snabbspår inom vård och omsorg. Vi ser behovet av att vården i högre grad anpassas efter varje individs unika situation. Neuro Malmö står redo att, i enlighet med förbundets riktlinjer, fortsätta vara en stark röst för våra medlemmar och en stabil punkt för trygghet, råd och gemenskap.

VERKSAMHET I KORTHET

Att få en neurologisk diagnos innebär ofta en stor livsomställning och en risk för social isolering. Neuro Malmös kärnupdrag är därför att erbjuda både trygghet och gemenskap.

Genom att driva medlemmarnas intressefrågor i kontakten med myndigheter och erbjuda ett brett utbud av fritidsaktiviteter, verkar föreningen för ett aktivt liv för medlemmarna. Under året har vi fokuserat på att bryta isolering genom stimulerande möten, resor och hälsofrämjande insatser där den sociala samvaron står i centrum.

Utöver den sociala gemenskapen prioriterar vi kunskapsspridning och stöd via diagnosgrupper och föreläsningar. Kommunikationen med våra medlemmar och omvärlden sker löpande via hemsida.



MEDLEMMAR

Vid verksamhetsårets slut den 31 december 2025 uppgick antalet medlemmar i Neuro Malmö till totalt 445 personer.

Detta innebär en stabil medlemsnivå jämfört med föregående år.

Föreningen erbjuder två former av medlemskap:

- **Ordinarie medlemskap:** För personer som själva har en neurologisk diagnos eller är närstående.
- **Stödmedlemskap:** För de som vill stödja föreningens arbete och verksamhet utan att nödvändigtvis tillhöra kärnmålgruppen.

HEDERSMEDLEMMAR

Utöver de ordinarie medlemsformerna har Neuro Malmö valt att uppmärksamma särskilt betydelsefulla insatser genom hedersmedlemskap. Denna titel tilldelas personer som under en längre tid visat ett exceptionellt och hängivet engagemang för föreningens syfte och medlemmar.

Som ett tecken på föreningens uppskattning står Neuro Malmö för medlemsavgiften för dessa personer. Hedersmedlemskapet är inte en formell medlemskategori i stadgarna, utan en utmärkelse för att hedra ett livslångt eller omfattande ideellt arbete.

Våra hedersmedlemmar är: Britt Bengtsson, Margareta Christensson, Harald Nilsson, Evy Laev, Birger Nilsson, Claes-Göran Berndt, Sonja Norrman, Gerd Tolander, Marina Hultman, Jörgen Lindell, Knut Åkesson, Kjell-Åke Kristensson, Gunilla Vinciguerra och Bengt Olsson.

Tack för all hjälp ni gjort och gör!

NEURO

Malmö

STYRELSEN 2025/2026

Sedan årsmötet 2025 har styrelsen för Neuro Malmö haft följande sammansättning:

Ordförande	Jörgen Lindell*
Vice ordförande	Stellan Viking
Kassör	Gunilla Vinciguerra
Sekreterare	Jonatan Engman*
Ordinarie ledamot	Claes-Göran Berndt*
Ordinarie ledamot	Caroline Elmstedt*
Ordinarie ledamot	Gabriella de Caprétz*
Suppleant	Knut Åkesson

*Ledamöter markerade med * har en neurologisk diagnos*

Styrelsen har under verksamhetsåret hållit åtta protokollförda sammanträden. Mötena har genomförts i hybridform, med möjlighet till både fysiskt och digitalt deltagande, för att säkerställa hög tillgänglighet. Brådskande beslut mellan de ordinarie mötena har hanterats via digitala kanaler.

Utöver det formella styrelsearbetet har representanter från styrelsen, kansliet och engagerade medlemmar samverkat i olika arbetsgrupper. Dessa grupper har haft en central roll i planeringen och genomförandet av föreningens arrangemang och medlemsaktiviteter.

Styrelseledamöterna har även varit aktivt behjälpliga i den dagliga verksamheten och fungerat som stöd vid föreningens olika evenemang under året.

STYRELSENS FÖRSLAG GÄLLANDE ÅRETS RESULTAT

Styrelsen föreslår att resultat för 2025 disponeras och överförs till kommande verksamhetsår.

REVISORER

Vid årsmötet 2025 omvaldes föreningens revisorer:

- Caroline Änilane (yrkesrevisor)
- Gerd Tolander (föreningsrevisor)

Som revisorssuppleant valdes:

- Mikael Håkansson

INTRESSEORGANISATIONER DÄR VI HAR MEDLEMSKAP

- MIP (Malmö Ideella Paraplyorganisation)
- MMD (Malmö Mot Diskriminering)

VALBEREDNINGEN

Till ordinarie ledamöter i valberedningen valdes vid årsmötet

- Stellan Viking, sammankallande
- Irene Holst
- Gullan Flygt

ÅRSMÖTE

Neuro Malmös ordinarie årsmöte genomfördes söndagen den 23 mars 2025. Mötet hölls i föreningens egna lokaler; totalt deltog 32 personer, varav 30 var röstberättigade medlemmar.

Under mötet presenterades och fastställdes verksamhetsberättelsen för det gångna året. Vidare redogjordes för planeringen av den kommande verksamheten, vilken möttes av stort intresse. Utöver stadgeenliga val av styrelse tillsattes även ett flertal andra viktiga roller.

FÖRENINGSLOKALEN

Föreningens verksamhet bedrivs i ändamålsenliga och tillgänglighetsanpassade lokaler på Ängelholmsgatan 6 vid Möllevångstorget. Lokalen, som är belägen på markplan med parkeringar för rörelsehindrade direkt utanför entrén, utgör en viktig bas för både administration och medlemsaktiviteter. Under året har lokalkontraktet förlängts och nya interna nyttjandeavtal har upprättats med de föreningar som delar utrymmet.

Vårt kansli fungerar som en öppen mötesplats där medlemmar är välkomna för rådgivning eller social samvaro under kontorstid. Lokalerna nyttjas flitigt för studiecirklar, föreläsningar, friskvård och trivselkvällar. Genom ett nära samarbete delar vi lokalerna med Autism Skåne och Libra Balans Malmö som hyresgäst för deras styrelsemöten och medlemsaktiviteter. Samverkan med Afasi Skåne har också fortsatt, bland annat genom en gemensam målargrupp.

STYRELSENS VERKSAMHET

Styrelsens arbete har under året fokuserat på att lyhört fånga upp medlemmarnas behov och omsätta dessa i en progressiv verksamhet. Genom att förena en strävan efter förnyelse med ett ansvarsfullt förvaltande av föreningens ekonomi, har vi skapat en stabil grund för framtiden.

Ett centralt inslag i detta arbete har varit satsningen på digital friskvård, där Neuro Malmö's digitala MediYoga fungerat som ett framstående exempel. Genom det digitala formatet har vi effektivt sänkt trösklarna för deltagande och möjliggjort för medlemmar att ta del av stimulerande träning och återhämtning direkt från hemmet. Denna form av anpassad och lättillgänglig friskvård är en hög prioritet för styrelsen, då den bidrar direkt till ökad livskvalitet och välbefinnande för våra medlemmar.

Parallellt med den interna medlemsnyttan har styrelsen aktivt verkat för att stärka våra externa nätverk. Vi har bland annat ett nära samarbete med Neuro Lundabygden genom en löpande dialog mellan både styrelser och kanslier – en samverkan vi ser stor potential i att utveckla ytterligare för att stärka organisationen i hela regionen.

Vårt lokala engagemang har även omfattat goda relationer med såväl Malmö stad som grannföreningarna i våra gemensamma lokaler.

En viktig del i vår regionala förankring har varit ett stärkt engagemang och fördjupad samverkan med vårt regionförbund, Neuro Skåne. Genom en tätare dialog har vi kunnat samordna våra krafter och bidra till ett starkare Neuroförbund i hela Skåne.



NEUROFÖRBUNDETS KONGRESS

Under verksamhetsåret har Neuro Malmö aktivt engagerat sig i Neuroförbundets rikskongress 2025. Föreningen representerades på plats av vårt ombud Gabriella de Caprétz, med Niklas Norrman som ersättare.

Att kongressen genomfördes som ett fysiskt möte gav en värdefull möjlighet till direkt dialog och erfarenhetsutbyte. Särskilt betydelsefullt var nätverkandet med de övriga skånska föreningarna, vilket stärkte vår regionala samverkan inför framtiden.

Kongressen satte kursen för de kommande fyra åren med fokus på ett starkare rättighetsperspektiv och ökad medlemsnytta. Genom våra representanters närvaro kunde vi i Malmö vara med och påverka den nya strategiska planen, som bland annat betonar vikten av jämlik vård och rätten till personlig assistans – frågor som är brännande aktuella för våra lokala medlemmar.

För föreningen har kongressbesluten och de samtal som Gabriella och Niklas deltog i gett förnyad energi i vårt lokala påverkansarbete, där vi nu arbetar för att omsätta riksorganisationens strategier till praktisk nytta i Malmö och Skåne.

EKONOMIKOMMITTÉ

För att säkerställa en god ekonomisk hushållning och en trygg förvaltning av föreningens medel har Neuro Malmös ekonomikommitté löpande drivit arbetet med budget och ekonomisk uppföljning under året.

Kommittén har bestått av ordförande, kassör, bokförings- och redovisningsansvarig samt internrevisorn. Även kanslisten har deltagit i arbetet för att bidra med det operativa perspektivet. Genom regelbundna avstämningar har kommittén skapat en överblick och kontroll, vilket har lagt grunden för en stabil ekonomisk bas för föreningens olika verksamheter och medlemsaktiviteter.

INTRESSEPOLITIK

Som lokalförening utgör det intressepolitiska arbetet en viktig del i vår verksamhet. Under året har Neuro Malmö röst i stadshuset förts av Caroline Elmstedt som ordinarie ledamot i Malmö stads råd för funktionshinderfrågor. Rådet, som är placerat direkt under kommunstyrelsen och har verkat i över 50 år, är en central arena för samråd, remissinstans och direkt dialog mellan stadens politiska ledning och funktionsrättsrörelsen.

Genom Carolines engagemang och sakkunskap driver vi frågor som är avgörande för våra medlemmars livskvalitet, såsom:

- **Fysisk tillgänglighet:** Krav på ökad framkomlighet i offentliga miljöer, butiker och restauranger.
- **Stöd och service:** Bevakning av rättigheter inom LSS, fungerande hjälpmedelsförsörjning och en pålitlig färdtjänst.
- **Hälsa och rehabilitering:** En fortsatt kritisk fråga för föreningen är bristen på tillgängliga varmvattenbassänger, vilket är en förutsättning för att våra medlemmar ska kunna utöva livsviktig friskvård.

Utöver arbetet i rådet har Neuro Malmö under året varit engagerat i beredningsgruppen kopplad till funktionsstödsförvaltningen i Malmö stad. Syftet med gruppen är att säkerställa att föreningslivet är med och sätter agendan för de möten och aktiviteter som genomförs tillsammans med förvaltningen.

Beredningsgruppen, där vår representation via ordinarie ledamot Caroline Elmstedt och suppleant Jonatan Engman säkerställer kontinuitet, träffas tre till fyra gånger per år för att:

- **Förbereda frågor till brukarrådet** baserat på inspel från medlemmar, föreningar och förvaltningen. Frågor som inte passar i brukarrådet lotsas vidare till lämpligare forum av ansvarig tjänsteperson, efter dialog med gruppen.
- **Planera mötesplatser**, såsom förvaltningsövergripande brukarråd och öppna, ambulerande mötesplatser.
- **Samordna utåtriktade arrangemang** och årligen uppdatera det gemensamma "årshjulet".

Genom att kombinera vårt ordinarie mandat i Rådet för funktionshinderfrågor med det operativa arbetet i Beredningsgruppen, har Neuro Malmö under året haft en stark och närvarande röst i Malmö. Vi ser till att våra medlemmars perspektiv finns med hela vägen – inför

strategiska politiska beslut till den praktiska planeringen av stadens verksamhet.

Färdtjänstfrågan har under året varit den i särklass största intressepolitiska fråga som föreningen engagerat sig i. Under våren 2025 gjorde Malmö stad först en uppindexering vilket ökade kostnaden för färdtjänstresenärerna. Under hösten började nya riktlinjer för färdtjänsten gälla vilket medfört nya abonnemangsformer och som lett till en ökad kostnad för resor, mindre självbestämmande och därmed en begränsning för våra medlemmar att delta i föreningsaktiviteter.

Andra frågor vi arbetat med är bland annat personlig assistans och tillgänglig kollektivtrafik och då har det varit i samarbete med IfA (intressegruppen för assistans och Funktionsrätt Skåne).



KANSLI

Föreningen Neuro Malmö har under verksamhetsåret haft en välfungerande kansliverksamhet, ledd av vår heltidsanställda kanslist, Niklas Norrman. Kansliet, beläget i föreningens lokaler, har varit en central punkt för medlemmar och verksamhet.

Under året har Lukas Holm fortsatt sin praktik hos oss genom projektet Vilja 2.0. Detta värdefulla samarbete har gett Lukas möjlighet att närma sig arbetsmarknaden samtidigt som det stärkt vår kansliverksamhet.

Arbetsplatsen följer gällande kollektivavtal och tillämpar policys för arbetsmiljö, likabehandling och lönesättning.

Niklas Norrman har ansvarat för den dagliga administrationen, vilket inkluderar medlemsregistrering, medlemskontakt, samordning med aktivitetsledare och arbetsgrupper, fakturahantering, fondansökningar samt post- och e-posthantering.

För att säkerställa tillgänglighet för våra medlemmar har vi telefontid måndag till torsdag mellan kl. 10 och 13. Denna service, som sköts av kanslisten, hanterar allt från allmänna frågor och aktivitetsanmälningar till social kontakt.

Betalning av aktiviteter har underlättats genom möjligheten att använda bankgiro, Swish och kortbetalning, vilket minskar den administrativa bördan.

Under 2025 har vi haft löpande dialog med kanslisterna från de föreningar som delar våra lokaler. Diskussionerna har rört allt från praktiska frågor som kaffeinköp och städning till mer strategiska frågor om hur vi kan förbättra vårt gemensamma utrymme.

Personal- och lokalansvaret har under året innehafts av Jörgen Lindell, som bidragit till en välfungerande kansli- och lokalverksamhet.



KOMMUNIKATION OCH INFORMATION

För Neuro Malmö är en tydlig och lättillgänglig kommunikation avgörande för att nå ut till våra medlemmar, samarbetspartners och allmänheten. Under året har vi fortsatt arbetet med att stärka vår digitala närvaro och samtidigt säkerställa att ingen medlem lämnas utanför.

Vår hemsida, *Neuro Malmö*, utgör kärnan i vår informations spridning. Den uppdateras löpande och fungerar som en central kanal för nyheter om våra aktiviteter och vårt intressepolitiska engagemang. Kalenderfunktionen på hemsidan är ett viktigt verktyg där medlemmar enkelt kan få en samlad överblick över såväl lokala som regionala och nationella arrangemang, med tydlig information om aktivitetens form – oavsett om den genomförs fysiskt eller digitalt.

Utöver hemsidan använder vi sociala medier för att skapa engagemang och sprida kunskap. Vår Facebook-sida är mycket aktiv och fungerar som ett forum där vi delar både förenings specifik information och rikstäckande nyheter av vikt för våra medlemmar. Vi finns även representerade via YouTube och Instagram för att nå ut till en bredare målgrupp. Vidare har vi deltagit i en rad digitala träffar, däribland förtroendevaldsfikor och nätverksmöten inom Neuro södra Sverige, vilket har stärkt vårt utbyte med andra föreningar.

Som en miljö- och kostnadsmedveten organisation strävar Neuro Malmö efter en långsiktig hållbarhet. Vi arbetar aktivt med digital kommunikation via e-post vilket är både effektivare, billigare och mer miljövänligt än fysiska brevutskick. Samtidigt är vi medvetna om att en del av våra medlemmar inte har tillgång till digitala kanaler; därför upprätthåller vi även fortsättningsvis möjligheten till postutskick för att garantera att all viktig information når ut till samtliga medlemmar.





NEURO

Malmö



ARBETSGRUPPER

Under 2025 har Neuro Malmö vidareutvecklat arbetssättet kring våra aktiviteter och event. I stället för en central planeringsgrupp har vi etablerat olika arbetsgrupper med fokus på specifika områden. Detta har gjort det möjligt för fler medlemmar att engagera sig i de frågor som ligger dem varmast om hjärtat och samtidigt ökat specialiseringen inom föreningen.

Dessa arbetsgrupper, där bland annat utflyktsgruppen och påverkansgruppen ingår, består av en kombination av representanter från styrelsen, kansliet och engagerade medlemmar. Grupperna träffas cirka en gång i månaden, eller oftare vid behov, för att planera och strukturera sina respektive verksamhetsområden.

För att säkerställa en tydlig styrning och samordning inom föreningen har följande arbetsrutiner tillämpats:

- **Styrelsedialog:** Rapportering från arbetsgrupperna har varit en fast punkt på agendan vid varje styrelsemöte, vilket säkerställer att gruppernas arbete ligger i linje med föreningens övergripande mål.
- **Ansvarsfördelning:** Medan arbetsgrupperna fokuserar på planering och idégenerering, vilar det operativa genomförandet av aktiviteterna på våra utsedda aktivitetsansvariga.

Genom denna struktur har vi kunnat genomföra allt från lyckade utfärder till uppmärksammade arrangemang som Neurodagen, samtidigt som vi skapat en mer hållbar och inkluderande arbetsmodell för våra ideella krafter.

KULTURGRUPPEN

Under året har vår kulturgrupp fortsatt att vara en uppskattad del av Neuro Malmös verksamhet. Gruppen har visat en imponerande bredd och har under året erbjudit en varierad palett av kulturella aktiviteter som verkligen berikat vårt utbud.

Kulturgruppens verksamhet har under åren vuxit och fördjupats; från att initialt ha fokuserat på litteratur och författarskap har utbudet successivt breddats till att numera även omfatta film och konst. Medlemmarna har vid flera tillfällen samlats för gemensamma utställningsbesök, vilket har gett utrymme för att uppleva och diskutera olika konstnärliga uttryck i en inspirerande miljö.

Ett särskilt uppskattat inslag i vår kulturverksamhet är att kulturgruppen bjöd alla Neuro medlemmar i Skåne på bio. Genom att arrangera denna gemensamma filmvisning på Biograf Panora i Malmö kunde gruppen skapa en lättillgänglig och trivsamt arena där medlemmarna kunde mötas, dela en upplevelse och knyta kontakter. Detta var väldigt nyttigt för att stärka gemenskapen inom föreningarna och bidra till en positiv och inkluderande atmosfär.

Kulturgruppens ansvariga Gabriella de Caprétz och Johanna Nordbring har genom sitt engagemang och mångsidighet gjort stor skillnad för vår förening. Genom sitt aktiva arbete har gruppen inte bara sänkt trösklarna till kulturlivet, utan också skapat en viktig och återkommande mötesplats för våra medlemmar.

TRIVSELGRUPPEN

Trivselgruppens främsta uppgift är att erbjuda en välkommen paus från vardagens fokus på diagnoser. Vi är medvetna om att livet med en neurologisk diagnos ofta kräver mycket tid och energi, och därför strävar vi efter att skapa kravlösa mötesplatser där våra medlemmar kan koppla av och hämta ny kraft tillsammans.

Under 2025 har Trivselgruppen anordnat två mycket uppskattade bingokvällar.

Dessa tillfällen har skapat en avslappnad atmosfär där medlemmarna kunnat umgås och njuta av en stunds välbehövlig avkoppling. Arbetet i gruppen har letts av Gunilla Vinciguerra och Gerd Tolander, vars engagemang varit grundläggande för att skapa denna trivsamma gemenskap. Vi ser fram emot att fortsätta utveckla Trivselgruppen och erbjuda fler möjligheter till social samvaro och glädjefyllda aktiviteter under kommande år.

POLYNEUROPATI NÄTVERKET – DIAGNOSGRUPP

Nätverket för polyneuropati fortsätter att vara en stödjande plattform för personer i Skåne som lever med diagnosen. Vi är stolta över att kunna erbjuda ett forum där erfarenhetsutbyte och gemenskap står i fokus.

Under året har nätverket genomfört sex välbesökta träffar. Det är glädjande att se hur nätverket kontinuerligt växer med ett stadigt ökande deltagarantal, vilket bekräftar att behovet av ett sammanhang för stöd och samtal är stort. Genom att öppna upp för medlemmar från hela regionen har vi skapat en ännu starkare gemenskap, där kunskap och erfarenheter delas över kommungränserna.

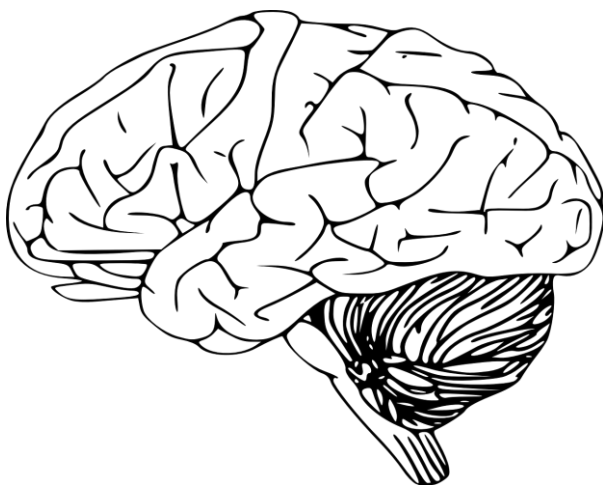
Med ett framgångsrikt år i ryggen ser vi nu fram emot att fortsätta utveckla nätverket under 2026. Målsättningen är att erbjuda meningsfulla träffar och aktiviteter som ger stöd och inspiration i vardagen. Vi välkomnar alla medlemmar i Skåne att ta del av nätverkets gemenskap och bidra till att göra vår plattform ännu starkare.

ALS-NÄTVERKET – DIAGNOSGRUPP

Under året har vårt ALS-nätverk fortsatt sitt arbete med att erbjuda stöd till personer som lever med ALS samt deras anhöriga. En bärande del av verksamheten har varit att aktivt verka för ökad kunskap om diagnosen, både inom hälso- och sjukvården och i samhället i stort.

Genom ett utåtriktat arbete har nätverket arbetat för att skapa förståelse för de utmaningar som diagnosen innebär. Vår styrelseledamot och medlem Claes-Göran Berndt har här spelat en helt avgörande roll. Genom föreläsningar på sjukhus och vårdutbildningar, samt via artiklar i media, har han förmedlat en kombination av personliga erfarenheter och värdefull kunskap.

I sina möten med både studenter och lärare inom vården har Claes-Göran delat sin personliga berättelse om livet med ALS. Detta har, i kombination med information om tillgängliga hjälpmedel och det medlemsstöd som Neuroförbundet erbjuder, väckt stort intresse och engagemang. Nätverkets insatser har varit betydelsefulla för att öka medvetenheten om diagnosen och har på ett konkret sätt stärkt stödet till de som lever med ALS och deras närstående i vår region.



MS-TRÄFF

Under verksamhetsåret har Neuro Malmö arrangerat två särskilda träffar för medlemmar som lever med multipel skleros (MS) i Skåne. Syftet med dessa möten har varit att skapa en trygg och informell arena där deltagarna kan mötas för att dela erfarenheter kring både stora och små utmaningar i vardagen.

Genom att samlas kring en specifik diagnos skapas en omedelbar förståelse och en gemenskap som är svår att finna på andra håll.

Dessa träffar har präglats av en stor bredd i samtalen, där erfarenheter har varvats med praktiska vardagstips och mycket skratt. För medlemmarna innebär dessa tillfällen en möjlighet att få spegla sina egna upplevelser i andras, vilket ofta leder till en känsla av minskad isolering och stärkt egenkraft.

Den positiva responsen efter årets första möte gjorde det självklart att följa upp med ytterligare en träff under hösten, då deltagarna uttryckte ett starkt behov av att bibehålla den kontinuitet och det stöd som gruppen ger. Att få mötas ansikte mot ansikte och utbyta kunskap i en varm miljö förblir en av de mest uppskattade delarna av vår medlemsverksamhet.

ORUPSSJUKHUS

Under året har Neuro Malmö genomfört värdefulla besök på Orups sjukhus i syfte att informera både patienter och personal om föreningens verksamhet. Dessa träffar utgör en viktig länk mellan den medicinska rehabiliteringen och livet efter utskrivning, där vi som förening kan erbjuda det sociala stöd och den gemenskap som är avgörande för en god livskvalitet på sikt.

Vid våra besök har vi haft förmånen att möta patienter i ett skede där frågor om framtiden och vardagen med en neurologisk diagnos ofta står i centrum. Genom att dela med oss av information om vårt medlemsstöd, våra aktiviteter och möjligheten till erfarenhetsutbyte med andra i liknande situationer, hoppas vi kunna bidra med både hopp och praktisk vägledning.

Samtalen med vårdpersonalen har likaså varit betydelsefulla för att stärka samverkan och säkerställa att patienterna får kännedom om Neuroförbundets stödresurser redan under sin sjukhusvistelse. Att finnas på plats i dessa miljöer är en prioriterad del av vårt arbete för att nå ut till nya medlemmar och verka som en stöttande kraft genom hela rehabiliteringsresan.

AKTIVITETER

Neuro Malmö fortsätter att erbjuda ett mångsidigt utbud av aktiviteter för våra medlemmar. Verksamheten under året har präglats av en stor bredd – från fysisk träning och hälsofrämjande insatser till social samvaro och kulturella upplevelser. I vårt program har vi bland annat kunnat erbjuda trivselträffar, informativa föreläsningar, Mediyoga, bassängträning, resor samt Kulturgruppens aktiviteter.

Inkludering är fundamentet i allt vi gör. För att säkerställa att alla våra medlemmar har möjlighet att delta i våra utflykter och resor anlitar vi alltid bussbolag med specialanpassade bussar utrustade med lift. Vi strävar efter att skapa en miljö där varje medlem, oavsett rörelsehinder, känner sig välkommen och har möjlighet att delta fullt ut i vår gemenskap.

Nedan följer en fördjupning av de olika arbetsgruppernas hårda arbete och de aktiviteter som format vårt verksamhetsår.

MEDLEMSMÖTE

Under verksamhetsåret har föreningen lagt stor vikt vid att förmedla relevant information och skapa forum för diskussion kring medlemmarnas livskvalitet och rättigheter.

Den 15 april arrangerades ett medlemsmöte med fokus på Valjeviken. Under mötet gavs fördjupad information om anläggningens verksamhet och de möjligheter till rehabilitering och rekreation som finns tillgängliga där.

Syftet var att ge medlemmarna en tydlig bild av hur ett besök på Valjeviken kan bidra till ökat välbefinnande, samtidigt som vi informerade om Neuros organisation på både nationell och lokal nivå. Genom att lyfta fram Valjevikens specifika expertis inom neurologi hoppas vi ha inspirerat fler till att nyttja denna värdefulla resurs.



MEDI-YOGA ONLINE

Neuro Malmö har i samarbete med Lugnt Liv erbjudit en kurs i sittande mediyoga, vilket har varit mycket uppskattat bland medlemmarna. Kursen har genomförts digitalt via Zoom, vilket har möjliggjort deltagande oavsett var medlemmarna befinner sig i landet. Varje vecka har deltagarna fått möjlighet att ta en välbehövlig paus i vardagen, och trots det digitala formatet har gemenskapen varit stark med tid för samtal och frågor.

Fokus har varit på att:

- Reducera stress
- Skapa balans och lugn
- Främja fysiskt och psykiskt välbefinnande
- Förbättra fokus
- Stärka självkänslan

Alla mediyogapass har utförts sittande, vilket har gjort det möjligt för deltagarna att anpassa övningarna efter sina egna förutsättningar, oavsett om de suttit i stol, rullstol eller på golvet.

Kursen har letts av Åsa-Helena Ainhoa Bjärenäs, en diplomerad instruktör i kundalini- och medicinsk yoga. Åsa-Helenas egna erfarenheter av en neurologisk diagnos, utbrändhet, ångest och diskbråck har gett henne en unik förståelse för deltagarnas situationer, vilket har bidragit till en trygg och stöttande atmosfär under passen.

TORSDAGSTRÄFFAR

Under det gångna året har vi fortsatt att erbjuda en viktig och uppskattad mötesplats för våra medlemmar genom våra regelbundna torsdagsträffar. Varje torsdag mellan klockan 13 och 15 har föreningslokalen stått öppen för medlemmar att träffas, umgås och utbyta erfarenheter över en fika och kopp kaffe.

Torsdagsträffarna har fungerat som en avslappnad och informell arena där medlemmarna kunnat dela med sig av tips och råd kring vardagliga utmaningar, men också samtala om gemensamma intressen som mat, film och musik. Denna sociala samvaro har varit ovärderlig för att stärka gemenskapen och erbjuda stöd i en trygg miljö.

För att möta medlemmarnas ökande behov av digital kompetens har vi även erbjudit teknisk support under torsdagsträffarna. Medlemmar har uppmuntrats att ta med sina mobiltelefoner eller surfplattor för att få hjälp med digitala aktiviteter och andra tekniska frågor. Kansliet har bistått med råd och vägledning för att underlätta medlemmarnas

deltagande i föreningens digitala verksamhet och för att lösa vardagliga tekniska problem.

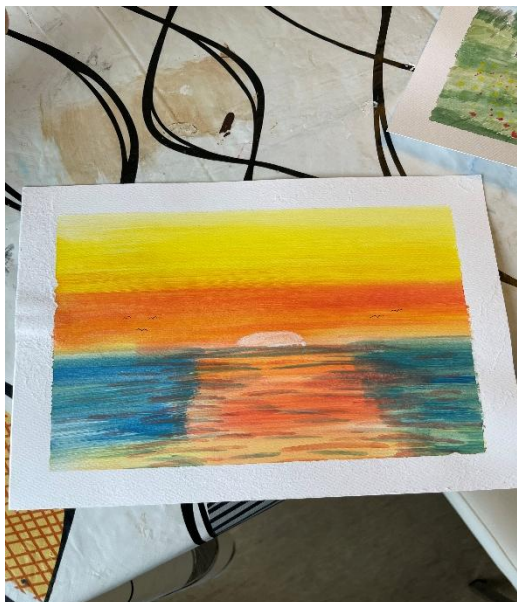
Torsdagsträffarna har varit en central del av vår verksamhet och har bidragit till att skapa en meningsfull och inkluderande gemenskap för medlemmarna.

MÅLARGRUPP

Under året har vi, i samverkan med Afasiföreningen, anordnat en målarkurs för våra medlemmar. Syftet var att främja kreativitet och finmotorik genom konstnärligt skapande.

Kursen, som löpte under både vår- och höstterminen, innebar regelbundna träffar en gång i veckan. Höstens avslutning markerades av en uppskattad vernissage, där deltagarna visade upp sina verk.

Kursen leddes av Anna Gripsten, en talangfull konstnär och engagerad medlem i Neuro Malmö. Hennes kunskap och entusiasm var en värdefull resurs för deltagarna.



NEUROPROMENADEN

Lördagen den 24 maj genomfördes Neuro Malmö's årliga Neuropromenad i Pildammsparken. Det blev en dag fylld av gemenskap och rörelse där medlemmar, familjer, vänner och bekanta samlades för att tillsammans stötta den viktiga neurologiska forskningen.

I år valde vi att rikta ett särskilt ljus mot symtomet hjärntrötthet, en utmaning som många av våra medlemmar lever med oavsett specifik diagnos. Eftersom balansen mellan aktivitet och återhämtning är central vid hjärntrötthet, lyfte vi fram promenaden som en förebild för lagom fysisk aktivitet.

Dagens höjdpunkter inkluderade:

- **Kunskapspridning:** Längs promenadstråket anordnades ett quiz om hjärntrötthet, vilket gav deltagarna möjlighet att lära sig mer om symtomets påverkan på vardagen.
- **Social samvaro:** Efter den gemensamma promenaden bjöds det på grillkorv, vilket skapade en uppskattad mötesplats för samtal och nya bekantskaper.
- **Öppenhet:** Evenemanget var öppet för alla, vilket bidrog till att sprida kännedom om föreningens verksamhet även utanför medlemsledet.

Genomförandet i Pildammsparken blev en lyckad kombination av medlemsnytta, friskvård och insamling till forskning.

Neuro Malmö har arrangerat Neuropromenaden sedan 2016.



NEURODAGEN

Den 25 september genomfördes Neurodagen i Lund med det angelägna temat hjälpmedel, ett arrangemang som syftade till att sprida inspiration och kunskap om hur rätt stöd kan förenkla vardagen.

Dagen inleddes med ett välbesökt förmiddagsmingel på Stortorget i Lund där medlemmar och förbipasserande gavs möjlighet att samtala och ställa frågor i en öppen miljö. Programmet fortsatte sedan i Lunds stadshall, Botulfshörnan, med en eftermiddag fylld av föreläsningar, personliga berättelser och värdefull gemenskap.

Bland de inbjudna experterna fanns arbetsterapeuten Christina Tordsson och arkitekten Mai Almén som delade med sig av expertkunskap och smarta tips för att navigera i hjälpmedelsdjungeln. För att belysa livet med hjälpmedel ur ett mer lättsamt perspektiv bjöd Lee Östberg från standup-klubben Otippat på humor med hög igenkänningsfaktor. Dagen gav även stort utrymme för medlemsberättelser där personliga erfarenheter lade grunden för givande samtal och en djupare förståelse för hjälpmedlens betydelse. Evenemanget var öppet för alla och blev en uppskattad mötesplats för såväl medlemmar som allmänhet där fika och erfarenhetsutbyte ramade in en mycket lärorik dag.



MS-TOUR

Den 22 maj anordnades en välbesökt och mycket intressant diagnoskonferens med fokus på Multipel Skleros (MS) på Scandic Triangeln i Malmö. Arrangemanget leddes av Neuroförbundets riksförbund och var en del av en nationell satsning i anslutning till World MS Day, där konferenser genomfördes på sju platser runt om i landet. Kvällen i Malmö erbjöd medlemmarna aktuell kunskap, en värdefull möjlighet att träffa andra i liknande situationer samt en chans att ställa frågor direkt till ledande experter.

Programmet inleddes med mingel och förtäring innan moderator Eva Helmersson, verksamhetsutvecklare på Neuroförbundet, hälsade alla välkomna.

En central del av kvällen var föreläsningen av Lucía Alonso Magdalena, biträdande överläkare och specialist i neurologi, som gav en grundlig genomgång av hur diagnoser ställs och vilka aktuella behandlingar som finns för att bromsa förloppet och lindra symtom. Hon delade även med sig av de senaste rönen inom MS-forskningen, vilket gav deltagarna en hoppfull blick mot framtiden.

Som avslutning fick vi lyssna till inspiratören Jenny Ljungberg, även känd som "Cykel-Jenny", som med stor personlig värme berättade om sin egen diagnosresa och hur hon hanterar vardagen med MS. Kvällen blev en viktig plattform för både kunskapsspridning och personliga möten.

TILLGÄNGLIGHETSDAGEN

Den 7 oktober deltog Neuro Malmö aktivt i Tillgänglighetsdagen på Stadsbiblioteket i Malmö, en omfattande mäsas och mötesplats med fokus på tillgänglighet och mänskliga rättigheter.

Vår förening fanns på plats i mäsdelen för att informera om vår verksamhet, möta besökare och sprida kunskap om neurologiska diagnoser till både allmänhet och samarbetspartners.

Dagen erbjöd ett brett program med föreläsningar och workshops som speglade vardagen för personer med funktionsnedsättning. Bland de ämnen som belystes fanns universell utformning, digital tillgänglighet och hur bristande tillgänglighet ses som en form av diskriminering.

En särskilt uppskattad punkt under dagen var när vår medlem Thomas Wilhelmsson föreläste om sina egna erfarenheter av att leva i Malmö. Under rubriken "Att få livet att rulla på" delade han med sig av sina personliga upplevelser och betonade vilken avgörande betydelse en

fungerande färdtjänst har för livskvaliteten och möjligheten att vara delaktig i samhället.

Genom vår närvaro på Stadsbiblioteket och Thomas personliga skildring kunde vi synliggöra våra medlemmars specifika behov och samtidigt vara en aktiv del av det lokala samtalet om ett öppet Malmö för alla. Att delta i dessa sammanhang är en central del i vårt påverkansarbete och i vår strävan efter ett samhälle med lika möjligheter och rättigheter.

BASSÄNGTRÄNING

Under året har Neuro Malmö erbjudit medlemmar subventionerad varmvattenträning i Trampoolins rehabiliteringsanpassade bassäng på Friskis & Svettis i Malmö. Aktiviteten har genomförts både under vår- och höstterminen med två grupper, en på måndagar och en på onsdagar.

Varmvattenträning är en skonsam träningsform som ger deltagarna möjlighet att mjuka upp leder och känna sig lättare i kroppen. Många upplever även smärtlindring. Bassängen är utrustad med både trappa och lift för att underlätta tillgängligheten. Rörelserna anpassas efter varje deltagares individuella förutsättningar.

Tillsammans med våra erfarna ledare, Anna Näslund och Stellan Viking, har Neuro Malmö erbjudit roliga och medryckande gruppträningspass i varmvatten till musik. Aktiviteten har varit mycket uppskattad bland medlemmarna och bidragit till ökad rörlighet och välbefinnande.

FOTVÅRD

Våra medlemmar har haft möjlighet att boka medicinsk fotvård till ett reducerat pris.

Christina Isacsson från *Tinas små fötter* har kommit till föreningslokalen en till två gånger i månaden under året.

ULLARED – SHOPPINGRESA

Vårens resa till GeKås i Ullared gick av stapeln den 3 mars.

Där blev det givetvis en hel del shopping men det fanns även tid för gemenskap i bussen. Det blev en del prat och mycket skratt.

ULLARED MED ÖVERNATTNING

Under året har vi fortsatt att erbjuda våra medlemmar möjligheten att delta i vår populära resa till Gekås i Ullared.

För att möta medlemmarnas behov och önskemål genomfördes resan den 6 - 7 oktober med övernattnig. Detta gav deltagarna möjlighet till välbehövlig vila och återhämtning, vilket särskilt uppskattades av medlemmar med fysiska begränsningar.

Den utökade tiden möjliggjorde mer social samvaro och samtal mellan deltagarna. Med övernattnig kunde medlemmarna i egen takt utforska Gekås varuhus utan stressen av en tidspressad hemresa.

Övernattningen gjorde även resan tillgänglig för fler medlemmar, inklusive de som inte kunnat delta i endagsresan under våren. Denna anpassning av resan har varit mycket uppskattad och har bidragit till en positiv upplevelse för våra medlemmar.

CANASTA

Under 2025 har den medlemsdrivna verksamheten kring kortspelet Canasta fortsatt att blomstra. Gruppen, som startades på initiativ av engagerade medlemmar, har under året träffats i föreningslokalen varannan söndag för att spela och umgås.

Dessa söndagsträffar har blivit en mycket uppskattad mötesplats som bidrar till både kognitiv stimulans och social gemenskap. Det stora intresset och den goda stämningen i gruppen gör att verksamheten givetvis planeras att fortsätta även under 2026.

PUBKVÄLLAR

En av föreningens uppgifter är att skapa mötesplatser där medlemmar kan träffas under avslappnade former. Under 2025 har våra sociala aktiviteter utanför föreningslokalen varit en viktig del i att bryta isolering och stärka de personliga banden mellan medlemmarna.

Genom att flytta ut verksamheten i Malmö restaurang- och pubmiljö skapar vi en naturlig och opretentiös arena för samtal, skratt och viktiga möten.

Året inleddes den 31 januari med en informell pubkväll på Pub Vagabond. Under ledning av "pubgeneral" Mikael och hans ständiga sekreterare Carina samlades en grupp för att samtala om allt mellan himmel och jord över en bit mat, vilket satte tonen för ett år präglat av enkel och nära samvaro.

Den 1 juni återvände vi till samma plats. Årets sista Pubkväll ägde rum den 21 november på Restaurang Azalee vid Möllevångstorget, där vi tillsammans rundade av året i en stämningsfull och varm atmosfär.

Gemenskap handlar om mer än att bara ses; det handlar om att bli sedd och förstådd. För föreningen är dessa träffar en viktig påminnelse om att vi är starkare tillsammans.

I mötet med andra som delar liknande livserfarenheter skapas en unik form av stöd som är både läkande och inspirerande. Att vi kan skratta, dela vardagsbetraktelser och stötta varandra över en bit mat är kärnan i vår förening. Vi ser med glädje hur dessa träffar fortsätter att locka både gamla och nya ansikten, och hur de bidrar till att göra föreningen till en levande och välkomnande gemenskap för alla.

VÅRRESA

Våren inleddes med en mycket uppskattad medlemsresa till Burg i Tyskland lördagen den 29 mars. För att säkerställa att alla intresserade kunde delta genomfördes resan med en fullt anpassad buss, som avgick från föreningslokalen tidigt på morgonen.

Väl framme i Burg gavs medlemmarna möjlighet till egna aktiviteter, shopping och möjligheten att fylla på förråden inför den kommande säsongen.

Dagen erbjöd även gott om utrymme för social samvaro över gemensamma luncher på ortens restauranger. Resan var ett välkommet inslag i verksamheten som kombinerade praktisk nytta med nöje och stärkte gemenskapen i föreningen.

TARM & BLÅSA FÖRELÄSNING

Den 25 mars arrangerade Neuro Malmö en välbesökt föreläsning i våra lokaler med fokus på ett ämne som berör många men som sällan diskuteras öppet: tarm- och blåsproblemik vid neurogen sjukdom.

Under rubriken "Elefanten i rummet – alla ser den men ingen pratar om den" belystes hur blås- och tarmfunktionen påverkas vid neurologiska skador och hur det är att leva med dessa utmaningar i vardagen.

Föreläsare för eftermiddagen var uroterapeuten Åsa Berggren Persson från Wellspect samt Renée Torndahl från CercaDeTi Rehab. Tillsammans gav de deltagarna både ökad kunskap om medicinsk problematik och konkreta råd kring vilken hjälp som finns att få. Samtalet kretsade även kring vikten av att bryta tystnaden och våga prata om dessa frågor för att förbättra livskvaliteten.

Renée Torndahl avslutade träffen med att berätta om möjligheterna till rehabilitering med helhetssyn och värme vid anläggningen i Calpe, Spanien. Eftermiddagen erbjöd en trygg mötesplats för kunskapsutbyte och viktiga samtal i en miljö präglad av både expertis och personligt engagemang.

FÖRELÄSNING "LEVA SOM JAG VILL"

Den 8 december arrangerade Neuro Malmö en informationsrik temakväll med fokus på personlig assistans och de lagar och regler som styr rätten till stöd. Kvällen, som hölls i våra lokaler med möjlighet till digitalt deltagande, syftade till att svara på medlemmarnas frågor om vad assistans innebär, hur det är att leva med insatsen och hur själva ansökningsprocessen går till.

Programmet erbjöd en värdefull blandning av expertkunskap och personliga erfarenheter. Lilly Key, verksamhetsansvarig på IfA, inledde med att definiera grunderna i personlig assistans, följt av Johanna Nordbring som delade med sig av sin personliga berättelse om hur assistansen fungerar i vardagen.

Avslutningsvis gav rättssociologen Josefin Anselmsson en juridisk genomgång av gällande lagstiftning och praktiska råd kring ansökningsförfarandet. Genom att kombinera dessa perspektiv gavs deltagarna en helhetsbild som är avgörande för att kunna navigera i det stödprogram som LSS utgör. Kvällen blev en viktig plattform för både kunskapsinhämtning och dialog, vilket stärker våra medlemmars förutsättningar att kräva sina rättigheter i samhället.

UT I DET BLÅ

Lördagen den 14 juni genomfördes föreningens årliga och alltid lika populära resa "Ut i det blå". Förväntansfulla medlemmar samlades utanför föreningslokalen utan att veta vart färden skulle bära, vilket skapade en härlig stämning av spänning och nyfikenhet.

Destinationen för året visade sig vara det charmiga Helsingör. För att göra resan tillgänglig för alla användes en specialanpassad buss, vilket möjliggjorde deltagande oavsett om man använde rullstol eller rullator.

Under dagen fick deltagarna njuta av den danska gästfriheten, gemensam måltid på en lokal restaurang och tid för shopping och sightseeing i de historiska kvarteren. Resan blev en lyckad heldag som återigen bekräftade vikten av gemensamma utflykter för att främja gemenskap och bryta social isolering. Vi återvände till Malmö under tidig kväll, fyllda av nya intryck och trevliga minnen.

HÖSTRESA

Den 25 oktober anordnades en innehållsrik dagsresa som kombinerade industrihistoria med skånsk matkultur. Resan, som genomfördes med anpassad buss, startade tidigt från Ängelholmsgatan och inleddes med en gemensam frukost på Ekerödsrasten för att skapa en god grund för dagen.

Huvudmålet för utflykten var Perstorps Plastmuseum, där deltagarna fick en fascinerande inblick i plastens historia och betydelse. Genom en guidad tur och filmvisning fick vi lära oss om den lokala industrins utveckling, och det fanns även tid för medlemmarna att på egen hand utforska museets butik.

Dagen avslutades på anrika Bialitt, där vi avnjöt en gemensam middag följt av eftermiddagskaffe i en hemtrevlig miljö. Utflykten var mycket uppskattad och erbjöd en perfekt balans mellan lärande, kultur och social samvaro i höstrusket.



JULRESA

Verksamhetsåret för utflykter avrundades på ett stämningsfullt sätt lördagen den 29 november med en dagsutflykt till Halland. Årets julresa gick till Wapnö Gård utanför Halmstad, som hyser en av Sveriges största och mest anrika julmarknader.

Resan, som utgick från föreningslokalen tidigt på morgonen, bjöd på en upplevelse för alla sinnen. Medlemmarna fick möjlighet att på egen hand utforska gårdens magiska atmosfär, fylld av hantverk, närproducerade delikatesser och julmusik. Den vackra inramningen med tända marschaller och levande eldar bidrog till en förväntansfull och varm gemenskap trots vinterkylan.

Som en fin avslutning på dagen samlades gruppen för en gemensam måltid på Kvibille Gästgivaregård. Besöket blev en mycket uppskattad möjlighet till samvaro och samtal innan hemfärden mot Malmö. Utflykten blev en lyckad punkt för årets utåtriktade aktiviteter och gav många medlemmar en god start på julfirandet.



MANIFESTATION – VI ÄR ALLA VÄRDEFULLA!

I samband med FN:s internationella funktionsrättsdag arrangerade Neuro Malmö, tillsammans med FUB Malmö och DHR Malmö, en stor manifestation söndagen den 30 november på Johannesplatsen vid Triangeln. Under parollen "Vi är alla värdefulla" skapades en varm och inkluderande mötesplats präglad av musik, gemenskap och inspiration.

Syftet med dagen var att med glädje och artisteri förmedla budskapet om varje människas unika värde. Genom att fira olikheter som en styrka bidrog vi till att synliggöra behovet av ett samhälle präglat av respekt, delaktighet och gemenskap – helt i linje med FN:s arbete för rättigheter för personer med funktionsnedsättning.

Dagens program och medverkande: Manifestationen bjöd på ett fantastiskt startfält av artister som bjöd på sång, musik och standup:

- **Artister på scen:** Mello Lars, Linus, Fanny, Sherin, Elin, Babou, Lee, André och Charlie.
- **Gemenskap:** Utöver de sceniska framträdandena bjöds besökarna på kaffe och pepparkakor, vilket skapade en välkomnande atmosfär för samtal och möten mellan människor.

Genom detta samarrangemang lyckades vi sprida budskapet om inkludering till en bred allmänhet mitt i centrala Malmö. Det blev en dag där glädjen stod i centrum och där vi tillsammans visade på vikten av ett tillgängligt samhälle för alla.

SMÄRTKURS VALJEVIKEN

Mellan den 2 och 4 maj arrangerade vi en intensiv tredagarskurs på Valjeviken kursgård i Sölvesborg med fokus på smärthantering och livskvalitet. Kursen riktade sig till medlemmar som lever med långvarig smärta och som söker djupare förståelse och nya verktyg bortom den gängse vårdens ramar.

Under ledning av Kent Revedal, författare och expert med egen erfarenhet av ryggmärgsskada och smärta, fick deltagarna information om skillnaderna mellan kortvarig och långvarig smärta samt smärtans fysiologi.

Programmet var utformat för att ge både kunskap och praktisk återhämtning i en naturskön miljö vid havet och bokskogen. Undervisningen varvades med reflektioner i grupp och individuella samtal, men även med fysiska aktiviteter såsom yoga, simning och skogspromenader.

Ett viktigt inslag i kursen var det inkluderande perspektivet där även anhöriga deltog, vilket möjliggjorde en gemensam förståelse för hur man skapar mesta möjliga livskvalitet trots de utmaningar som kronisk smärta innebär.

Genom att kombinera teori med praktiska strategier och social samvaro gav kursen deltagarna förnyad kraft och konkreta metoder för att hantera sin vardag.

MEDLEMSRESA VALJEVIKEN

Mellan den 15 och 19 september genomfördes en mycket uppskattad flerdagsresa till den vackra Folkhögskolan/kursgården Valjeviken i Sölvesborg. Resan, som företogs med en specialanpassad buss från Malmö, erbjöd fem dagar fyllda av inspiration, rörelse och värdefull social samvaro i en havsnära och naturskön miljö.

Programmet var omsorgsfullt utformat för att ge deltagarna en balans mellan gemensamma aktiviteter och lugn egentid. Under vistelsen gavs möjlighet att prova på olika anpassade träningsformer både utomhus och inomhus, samt att delta i informativa föreläsningar. Medlemmarna kunde själva välja sin aktivitetsnivå, vilket skapade ett behagligt tempo där alla kunde delta utifrån sina egna förutsättningar.

Vistelsen på Valjeviken blev en viktig paus i vardagen där kombinationen av kunskap, fysisk aktivitet och möjligheten att knyta nya kontakter stärkte gemenskapen i föreningen. Resan var ett lysande exempel på hur vi tillsammans kan skapa förutsättningar för rekreation och livskvalitet för våra medlemmar.



STROKEDAGEN

På Internationella strokedagen den 14 maj deltog Neuro Malmö som utställare vid en välbesökt föreläsningseftermiddag i Jubileumsaulan på SUS i Malmö. Arrangemanget, som drevs av Patientforum på SUS i samarbete med Strokeföreningen Malmö-Lund, samlade medlemmar och allmänhet kring det viktiga temat "Stroke mitt i livet".

Neuro Malmö fanns på plats i foajén under eftermiddagen för att sprida kunskap om vår verksamhet, möta besökare och svara på frågor. Dagen erbjöd ett gediget program som kombinerade praktisk hälsa med fördjupad expertkunskap:

- **Förebyggande hälsa:** Innan föreläsningarna startade erbjöds besökarna blodtrycksmätning utförd av personal från VE Neurologi och Rehabiliteringsmedicin.
- **Expertföreläsningar:** Programmet i aulan belyste stroke ur flera perspektiv. Docent Hélène Pessah-Rasmussen talade om stroke hos yngre, medan specialistläkare Sylvia Karlberg fokuserade på utmaningar kring familjeliv, arbete och fritid. Eftermiddagen avslutades med en föreläsning av överläkare Mats Rosvall under rubriken "Rädda hjärnan".
- **Nätverkande:** Under pauserna skapades värdefulla möjligheter för oss att knyta kontakter med både vårdpersonal och andra patientföreningar, vilket stärker vårt lokala nätverk i Malmö.

Vår medverkan vid denna typ av samverkansprojekt är en viktig del i föreningens arbete med att synliggöra neurologiska diagnoser och erbjuda stöd till drabbade och deras närstående.



JULMIDDAG

Verksamhetsåret 2025 avslutades med en stämningsfull julmiddag lördagen den 13 december. För året hade föreningen valt en ny lokal, Restaurang Södertorpsgården i Malmö, vilket visade sig vara en mycket lyckad förnyelse av vår jultradition.

Eftermiddagen inleddes med en välsmakande julbuffé som uppskattades av de närvarande medlemmarna. Som en av höjdpunkterna fick vi njuta av ett vackert och traditionsenligt Luciatåg, vilket bidrog till en högtidlig atmosfär i lokalen. Efter framträdandet fortsatte firandet med ytterligare mat, kaffe och godsaker.

Kvällen avrundades i god samvaro med julgodis och det alltid lika populära lotteriet, där spänningen var hög in i det sista. Flytten av julmiddagen till Södertorpsgården gav oss en tillgänglig och trevlig miljö för att tillsammans fira in julen och summera ett händelserikt år i Neuro Malmö.

NEURO SKÅNE

Neuro Malmö utgör en aktiv del av regionföreningen Neuro Skåne. Genom ett nära samarbete med regionen och övriga lokalföreningar säkerställer vi att våra medlemmars intressen bevakas på ett bredare plan.

Under verksamhetsåret har föreningen representerats i Neuro Skåne av Stellan Viking. Vi är även stolta över att vår medlem Carina Friberg innehar en post som ny ordförande i regionföreningens styrelse.

Den 26 april hölls Neuro Skånes ombudsmöte. Årets värdförening var Neuro Österlen, och Neuro Malmö representerades vid mötet av ombuden Jörgen Lindell, Gunilla Vinciguerra, Claes-Göran Berndt, Jonatan Engman, Niklas Norrman, Knut Åkesson, Stellan Viking och Gunn Friberg. Utöver de formella mötespunkterna har vi under året även deltagit i värdefulla samverkansmöten med övriga skånska föreningar. Denna regionala dialog är en viktig förutsättning för vår fortsatta utveckling och gemensamma kraft i funktionsrättsfrågor.

ANSLAG OCH GÅVOR

Neuro Malmö omfattande verksamhet – från våra informativa medlemsmöten och rehabiliteringsresor till sociala utflykter och intressepolitiska manifestationer – vilar på en stabil ekonomisk grund.

Vi vill rikta ett stort och innerligt TACK till Malmö stad, alla stiftelser, fonder och privatpersoner som under året har bidragit till vår förening. Det är genom ert generösa stöd och era ekonomiska bidrag som vi har möjlighet att fortsätta erbjuda våra medlemmar den höga nivå av aktivitet, service och gemenskap som kännetecknar Neuro Malmö idag.

Ert engagemang gör skillnad i vardagen för personer med neurologiska diagnoser och deras närstående. Än en gång, ett hjärtligt tack för att ni gör vår verksamhet möjlig.

SLUTORD

När jag ser tillbaka på 2025 fylls jag av en stor stolthet över vad vi i Neuro Malmö har åstadkommit tillsammans. Det har varit ett år präglad av rörelse, kunskap och framför allt en fantastisk gemenskap.

Jag vill rikta ett djupt och personligt tack till styrelsen, vår personal och alla fantastiska volontärer. Det är era ovärderliga insatser och ert genuina engagemang som utgör föreningens bultande hjärta. Det är tack vare er som vi kan erbjuda en trygg och inspirerande mötesplats där ingen behöver känna sig ensam med sin diagnos.

Det är med stor glädje jag konstaterar att vårt hårda arbete ger resultat. Vi ser ett stigande medlemsantal och vi har under året mött otroligt många nöjda deltagare på allt från våra djupgående föreläsningar till våra fartfyllda utflykter och nära medlemsmöten. Att se hur vårt breda utbud skapar mervärde och glädje för så många är den finaste kvittens vi kan få.

Tack för ett fantastiskt 2025 – jag ser fram emot att fortsätta utveckla vår förening tillsammans med er alla under kommande år.

Malmö i mars 2026

Jörgen Lindell Ordförande, Neuro Malmö



Malmö



TACK

Neuro Malmö är en sprudlande aktiv förening, och när vi summerar det gångna året är det med stor tacksamhet vi blickar tillbaka på våra gemensamma framgångar. Årets resultat är en produkt av ett fantastiskt lagarbete där medlemmens behov alltid står i centrum. Detta har möjliggjorts genom ett nära samarbete med våra partners samt ovärderliga ekonomiska bidrag från Malmö stad, stiftelser och fonder.

Styrelsen vill rikta ett särskilt tack till våra engagerade medlemmar som verkat i kommittéer och arbetsgrupper, samt till de värdar och värdinnor som med varm hand välkomnat deltagare vid våra arrangemang och utflykter. Vi vill även lyfta fram kansliets professionella insatser och det dagliga stöd de ger både medlemmar och förtroendevalda, samt rikta ett tack till alla volontärer och medhjälpare som på olika sätt hjälper oss att förverkliga föreningens målsättningar.

Vårt arbete vilar stadigt på Neuros gemensamma värdegrund om framtidstro, trovärdighet och enkelhet. Vi drivs av visionen om ett samhälle där människor med neurologiska diagnoser har samma möjligheter och rättigheter som alla andra. Nu blickar vi framåt mot ett ännu starkare 2026. Oavsett om vi möts vid en föreläsning, i en digital träff eller under en solig utflykt, är vår förhoppning att du som medlem känner dig varmt välkommen. Det är tillsammans, genom vårt gemensamma engagemang, som vi skapar och utvecklar Neuro Malmö.

Malmö mars 2026

Jörgen Lindell, Ordförande

Stellan Viking, Vice Ordförande

Jonatan Engman, Sekreterare

Gunilla Vinciguerra, Kassör

Claes-Göran Berndt, Ledamot

Caroline Elmstedt, Ledamot

Gabriella de Caprétz, Ledamot

Knut Åkesson, Suppleant