

Verksamhetsberättelse år 2025 för föreningen Parkinson Norra Södermanland, PNS

Föreningen PNS omfattar geografiskt Eskilstuna och Strängnäs kommuner och ingår i länsföreningen Parkinson Sörmland. Dessutom ingår föreningen som medlem i Funktionsrätt Sörmland och Funktionsrätt Eskilstuna.

103 medlemmar fanns registrerade vid årsskiftet 2025/2026.

Den 11 februari 2025 genomfördes ett årsmöte men pga av sjukdom fanns ingen ekonomiskt redovisning. Årsmötet beslutade att ett nytt årsmöte skulle utlysas i maj. Med anledning av detta hänsköts flera av årsmötets punkter till det kommande årsmötet, bl a val av styrelse samt alla punkter kopplade till ekonomin.

Den 8 maj 2025 genomfördes årsmötet med de ekonomiska punkterna samt val av styrelse. Den valda styrelsen fick följande utseende: ordförande, Iha Frykman, Åsa Hejneman, vice ordförande och webmaster, nyvalda Monica Räsänen, sekreterare, samt ledamöterna Maud Ovelius och Birgitta Hellfors. Avgående ordförande avtackades på årsmötet.

Styrelsens olika funktioner, förut ordförande, valdes på efterföljande konstituerande möte. Ingen kassör valdes då beslut tagits att lägga ut ekonomin på entreprenad till E A Bokföringsbyrå.

Sammanlagt 11 styrelsemöten har genomförts under året.

Åsa Hejneman är webbansvarig och ansvarar för föreningens hemsida "Parkinson Norra Sörmland" som är en undersida till länsföreningen "Parkinson Sörmland", och täcker främst Eskilstuna, Strängnäs och Mariefredsområdet. På hemsidan finns ett kalendarium över det som händer i föreningen samt reportage från aktiviteter och träffar som genomförts.

Återkommande aktiviteter

Under året har de båda Fikar grupperna, en i Eskilstuna, träffas sista måndagen i månaden på Amarant i Torshälla, och en i Strängnäs som träffas första onsdagen i månaden. Båda grupperna är väl fungerande.

Boxningsgruppen har varit aktiv även under 2025 med träffar en gång i veckan, förutom under sommaren. Fler aktiva önskas! Kostnaden för aktiviteten är 100 kronor/år i medlemsavgift till Eskilstuna boxningsklubb.

På årsmötet i februari beslutades att mjukisgympan i Vilsta inte längre ska vara en del av PNS aktiviteter. Anledningen är att inget intresse finns bland medlemmarna.

Övriga aktiviteter

En fråga som diskuterats under våren har varit att bjuda in de som blivit medlemmar under 2024. Till träffen i slutet av **augusti** var anslutning av nya medlemmar mycket bra. Styrelsen informerade om föreningen, dess syfte och om planerna för höstens aktiviteter. En hel del frågor ställdes och fler förslag på aktiviteter diskuterades.

I **september** bjöd föreningen in till ett besök i Munktellarenan. Att träna och röra sig är viktigt för en person med Parkinson. De närvarande fick en bra presentation och en titt på de olika aktiviteter som finns på arenan. Efter rundvandring i själva arenan fortsatte träffen i ett konferensrum där FMT och MRR:s två eldsjälar berättade om den träning de erbjuder. Här handlade om träning på olika sätt kopplat till musik. De visade även en film från FMT. Även Åsa visade en film från boxningsgruppen och berättade om den aktiviteten. Kvällen avslutades med nyttig sallad. Varje deltagare fick fylla i ett frågeformulär om vilken eller vilka aktivitet de skulle kunna tänka sig att delta i. Överlägsen ”vinnare” var bangolfen.

Oktober aktiviteten blev en gemensam lunch på P2, vilket var ett förslag från mötet med nya medlemmar. Lunchen blev mycket uppskattad och vi fyllde två långbord. Detta kommer att bli ett återkommande arrangemang under våren 2026.

I **november** tog styrelsen fasta på önskan att spela bangolf. Tre lag spelade. För några var det första gången och andra var nästan proffs. Tanken var att det skulle bli ett veckovis återkommande aktivitet som medlemmarna själva organiserade. En utvärdering och ev fortsättning ska göras i början av år 2026.

I november var även en dietist och en logoped inbjudna till ett medlemsmöte. Ett tjugotal medlemmar deltog. Ett nytt möte med logoped kan bli aktuellt.

December månad har tidigare bestått av ett julbord men då deltagandet har sjunkit beslöt styrelsen att satsa på ett fint luciataåg istället. Den 10 december fick deltagarna njuta av vacker sång av lucia, tärnor och stjärngossar. Det var en musikklass, årskurs 9, från Djurgårdsskolan som skapade en härlig luciakänsla.

När vi torkat bort en och annan tår var det dags för fika med skinksmörgås. Kvällen avslutades med ett musik-Quiz som Åsa sammanställt. Det blev mycket uppskattat och endast en person hade alla rätt. En trevlig avslutning på medlemsträffarna för år 2025.

Övrigt

Ordförande och vice ordförande har deltagit i ett möte gällande länsförbundets varande eller icke. Mötet hölls i Katrineholm med representanter från Parkinson Sörmland samt representanter från Parkinson Mellersta, från Katrineholm. Inget beslut fattades.

Ordförande har deltagit i tre möten anordnade av Eskilstuna kommun. Ett handlade om att försöka få in fler ungdomar i föreningarna. Två möten gällde kommunens samarbete med föreningarna, ”vilken nytta kan vi ha av varandra”.

Föreningen är nu medlem i Arkiv Sörmland. Under 2026 kommer föreningen att lämna över handlingar för arkivering.

Styrelsen tackar medlemmarna för visat intresse för de aktiviteter som genomförts under 2025!

Eskilstuna i januari 2026

Iha Frykman, ordförande

Åsa Hejneman, vice ordförande

Monica Räsänen, sekreterare

Maud Ovelius, ledamot

Birgitta Hellfors, ledamot