Parkinson
Härnösand – Kramfors - Sollefteå

# Välkommen till Parkinsonföreningens aktiviteter hösten 2026!

## Höstens hälsoaktiviteter

Vi i Parkinsonföreningen inbjuder till olika förebyggande hälsoaktiviteter som Boxning, Bowling, Dans och Röst- och talvård

### Boxning

Parkinsonboxningen startar
Tid. Torsdagen den 3 september, kl 17.30
Vi möts i Öbacka Boxningklubbs lokaler, koden till entrédörren är 1307

### Bowling

Vi har bokat 2 banor på Härnösands Bowlinghall, Ådalsvägen 15:
Fredag 2 oktober, kl 13.00
Tisdag 3 november, kl 13.00
Efter matchen bjuder föreningen på fika.

### Parkinsondans

Under hösten 2026 startar Parkinsondansen upp igen.
Möjlighet är även att kunna delta digitalt.
Följande datum gäller:
21/9, 19/10, 29/10, 12/11 samt 26/11.
Obs! Information om klockslag och länk inför resp. tillfälle delges alla via e-post

### Röst- och talvård

Som en del i våra medlemsmöten
28 september, 26 oktober och 30 november kommer vi att erbjuda röst & talvård genom medverkan av ”vår” Jarmo Nykyri.

## Parkinsonskola

Under hösten 2026 startar Parkinsonskolan upp.
(mer information kommer inom kort)

## Samtalsgrupp för kvinnor med Parkinsons sjukdom.

Träffarna sker utan anhöriga och vi bjuder på fika.
**Vi möts:**
**Datum:** **Onsdagar 9/9, 30/9, 21/10, 11/11 samt 2/12**
**Tid:** **kl 13.00 – 15.00**
**Plats:** **Studieförbundet Vuxenskolan, Brunnshusgatan 6, Härnösand.**
**Frågor: Välkommen att kontakta Kerstin Hansson via sms på telefon 070-395 69 30,** Kerstin ringer sedan upp!

Parkinson
Härnösand – Kramfors - Sollefteå

## Seminarium

NPO nervsystemets sjukdomar bjuder in till seminarium
”Aktuellt inom NPO nervsystemets sjukdomar” den 2 september kl. 13.00-16.00.
Under eftermiddagen får vi ta del av arbetet som nyss avslutats eller som pågår inom de nationella arbetsgrupperna (NAG) vilka arbetar för att ta fram kunskapsstöd inom sina områden.
Ingen föranmälan krävs!
OBS! Inbjudan samt länk till seminariet återfinns på föreningens hemsida!

## Temadag:

17 september med focus på Patientsäkerhet / Patiensutveckling samt delaktighet.
WHO, Världs Hälso Organisationen, har initierat den 17 september som en återkommande internationell dag med focus på patientsäkerhet, patient-medverkan och patientdelaktighet.
**Årets tema är: ”För alla med kroniska sjukdomar – säker vård för livet”.**
Här i Västernorrland bjuder Funktionsrätt Västernorrland in till denna temadag.
**Tid:** Torsdag 17 september, 2026, kl 11.00 – 16.00
**Plats:** Funktionsrätt Västernorrland, Södra vägen 5b, Härnösand (Fd Medicinska rehab)
**Medverkande:** Alla medlemsorganisationer inom Funktionsrätt Västernorrland

inbjuds medverka med posters, föreläsningsrapporter, informationsmaterial etc.
Funktionsrätt Västernorrland bjuder på fika!

## Hälsa för alla



Under höstterminen 2026 bjuder Anhörigcenter som återfinns på Köpmangatan 12 i Härnösand in till en mängd intressanta föreläsningar.
Se bilaga 1.

## Föreläsning om Parkinsons sjukdom!

Tid & plats: Onsdag 11 nov. kl. 13.00
Plats: Anhörigcenter, Köpmangatan 12 i Härnösand. Företrädare för föreningen medverkar. Vi bjuder även på lättare förtäring i form av frukt & dryck!

## Öppen Mötesplats!

Under höstterminen 2026 bjuder Anhörigcenter beläget på Köpmangatan 12 i Härnösandtill ”Öppen Mötesplats”
Tid: Fredagar kl 12.30 – 15.00
se bilaga 2
Besök även Fritidsgården ”MAGASINET” för äldre.

Parkinson
Härnösand – Kramfors - Sollefteå

**SAVE THE DATE!**
**Internationella Funktionsrättsdagen**
**Tid: 3 december 2026, kl 13.00 – 16.00**
**Plats: Scandic Hotel Örnsköldsvik**
**- spännande föreläsningar, paneldebatt, musikunderhållning samt utställare inom funktionsrätt.**

## När det oväntade Händer!

Inbjudan till viktig utbildning!
*Se bilaga 3*

## Vill Du bli patientföreträdare?

”Kolla in” bifogad inbjudan till utbildning.
*Se bilaga 4*

## Medlemsmöten.

Tid och plats: Vi möts sista måndagen i varje månad dvs. 28/9; 26/10; 30/11 kl. 13.00 på Anhörigcenter, Köpmangatan 12 i Härnösand. Tema för resp. månadsmöte är i nuläget inte fastställt!
*Obs! Vår träningscoch Anna Gustafsson medverkar vid höstens medlemsmöten.*

## Julfest inkl. besök av Lucia!



**Vi möts måndag 14/12 kl. 13.00** på Anhörigcenter, Köpmangatan 12 i Härnösand. Vi bjuder på jullandgång inkl. dryck samt kaffe & kaka! Och som om detta inte vore nog! Vi får besök av Lucia med följe från Kulturskolan!
Särskild Inbjudan kommer samtliga medlemmar till del via e-post i god tid före Julfesten!

## Årsmöte.

**Föreningens årsmöte sker måndag 25/1, 2027, kl. 13.00. Vi möts på Anhörigcenter**, Köpmangatan 12 i Härnösand. Kallelse kommer samtliga medlemmar till del via e-post i god tid före årsmötet!

*Varmt välkommen till våra aktiviteter!*
*Styrelsen för Parkinsonföreningen Härnösand- Kramfors - Sollefteå!*