



## Parkinsonföreningen Härnösand – Kramfors – Sollefteå

**Bästa medlemmar i Parkinsonföreningen Härnösand – Kramfors – Sollefteå!**

Du/Ni hälsas hjärtligt välkommen/välkomna till föreningens årsmöte som sker:

**Tid:** Måndag 2026 – 01 – 26, kl 13.00

**Plats:** Anhörigcenter, Köpmangatan 12, Härnösand



**Vid årsmötet sker sedvanliga årsmötesförhandlingar åtföljt av "Röst, rörelse, rytmik" med Jarmo Nykyri.**

**Årsmöteshandlingarna läggs ut på vår förenings hemsida i mitten av januari månad!**

I samband med Årsmötet bjuder föreningen årsmötesdeltagarna på Jubileumsfika då vår förening firat 25 år under 2025.

***Hjärtligt välkommen till föreningens Årsmöte!***

***Styrelsen för Parkinsonföreningen Härnösand – Kramfors - Sollefteå***

**Viktigt!** Den nyvalda styrelsen sammanträder *direkt* efter årsmötets avslutning för ett konstituerande sammanträde.



## Parkinsonföreningen Härnösand – Kramfors – Sollefteå

### Årsmöteshandlingar:

- |                                                          |              |
|----------------------------------------------------------|--------------|
| 1. Dagordning.                                           | Se bilaga 1. |
| 2. Styrelsens verksamhetsberättelse.                     | Se bilaga 2. |
| 3. Styrelsens ekonomiska redovisning.                    | Se bilaga 3. |
| 4. Revisorernas berättelse.                              | Se bilaga 4. |
| 5. Föreningens verksamhetsplan för verksamhetsåret 2026. | Se bilaga 5. |
| 6. Val - valberedningens förslag.                        | Se bilaga 6. |
| 7. Fastställande av budget för verksamhetsåret 2026.     | Se bilaga 7. |



I samband med Årsmötet bjuder föreningen Årsmötesdeltagarna på gott, välsmakande jubileumsfika!

*Och givetvis medverkar "vår" Jarmo Nykyri under temat "Röst, rörelse och rytmik!"*

## Dagordning

1. Årsmötets öppnande, välkommen inkl. "tyst minut" för under verksamhetsåret 2025 avlidna medlemmar.
2. Val av ordförande för årsmötet.
3. Anmälan av styrelsens val av protokollförare.
4. Val av rösträknare.
5. Val av justerare vilka jämte årsmötets ordförande justerar årsmötesprotokollet.
6. Fastställande av dagordning.
7. Upprop och fastställande av röstlängd.
8. Fråga om årsmötets behöriga utlysning.
9. Styrelsens verksamhetsberättelse. Se bilaga 2.
10. Styrelsens ekonomiska redovisning. Se bilaga 3.
11. Revisorernas berättelse. Se bilaga 4.
12. Fastställande av balans- och resultaträkning, verksamhetsberättelse 2025 samt disposition av årets resultat.
13. Fråga om ansvarsfrihet för styrelsen.
14. Redovisning av föreningens verksamhetsplan för verksamhetsåret 2026. Se bilaga 5.
15. Fastställande av ev. ersättningar.

**16. Val av:**

- |                            |        |
|----------------------------|--------|
| a. ordförande              | ett år |
| b. ledamöter               | två år |
| c. ersättare för ledamöter | ett år |
| d. revisorer               | ett år |
| e. ersättare för revisorer | ett år |
| f. valberedning            | ett år |

Se bilaga 6.

**17. Fastställande av budget för verksamhetsåret 2026.**

Se bilaga 7.

**18. Behandling av inkomna motioner till årsmötet.**

**19. Årsmötets avslutning.**



## **Verksamhetsberättelse för Parkinsonföreningen Härnösand – Kramfors – Sollefteå, verksamhetsåret 2025.**

Föreningen bestod vid årsslutet 2025 av 100 medlemmar, 58 kvinnor resp. 42 män. Medlemmar i föreningen är parkinsonsjuka, närstående- resp. stödjande/övriga personer boende – företrädesvis - i de tre Ådalskommunerna Härnösand, Kramfors och Sollefteå.

### ***Viktiga "hörnstenar" i föreningens verksamhet under 2025 har utgjorts av.***

- Månatliga medlemsmöten.
- Webb föreläsningar anordnade av Parkinsonförbundet, Länsföreningen Parkinsonföreningen Västernorrland resp. Funktionsrätt Västernorrland
- Friskvårds-/träningsaktiviteter
- Sociala aktiviteter
- Dialog med företrädare för Hälso- och sjukvården i dels, Sollefteå och dels, i Sundsvall.
- Samverkan med Härnösands kommun genom aktivt deltagande i kommunens Tillgänglighetsråd samt därtill, samverkan med Anhörigcenter.
- Vi samverkar med- och vill rikta ett varmt tack till Studieförbundet Vuxenskolan för gott samarbete under det nu gångna verksamhetsåret då Vuxenskolan erbjudit oss att bl a genomföra de läns gemensamma föreläsningarna i deras trevliga lokaler i Härnösand – resp Sollefteå. *Stort tack!*
- Samverkan med funktionshindars-/ handikapporganisationer som Funktionsrätt Härnösand, IF Rycket, Neuroförbundet resp Öbacka Boxningsklubb. *Stort tack!*
- Uppstart av en samtalsgrupp under ledning av Kerstin Hansen för kvinnor med Parkinsons sjukdom. *Stort tack till Kerstin Hansson!*
- Hemsidan som fortsatt vidareutvecklats under det gångna verksamhetsåret.
- Informations-/utbildningsinsatser med fokus på Parkinsons sjukdom till medarbetare inom den kommunala äldre vården, hemtjänsten - resp. kommunens äldreboenden.

### ***Månatliga medlemsmöten***

Under verksamhetsåret, förutom under juli månad, har medlemsmöten genomförts varje månad, måndagar kl 13.00 förlagda till Anhörigcenter, Köpmangatan 12 i Härnösand.

Vid i stort sett varje medlemsmöte har ett genomgående tema varit "Röst, rörelse, rytmik" under ledning av "vår" Jarmo Nykyri som förtjänstfullt förmedlat kunskap om

röstens betydelse genom olika övningar samt inte minst genom att sjunga tillsammans med oss. *Stort tack till Jarmo!*

Därtill har olika teman belysts som *exempelvis*:

- Avtackning av Anhörigkonsulent Barbro Jansson, vilken med bl a vår styrelseledamot Anders Eriksson tog initiativ till bildandet av vår lokalförening, för nu 25 år sedan.
- Dans som rehabiliteringsverktyg med överläkare Jill Taube som medverkande.
- Fysisk träning med fysioterapeut Annika Erlandsson som medverkande.
- God och nära vård med medverkande av företrädare från Härnösands kommun resp. Region Västernorrland.
- Hjälpmedel med medverkan av företrädare från Härnösands kommun.
- Läkemedel med fokus på verkningsfull medicinering inkl. Apo Dos kopplat till Parkinsons sjukdom med familjeläkare Maria Lindström, tillika ordförande i Region Västernorrlands Läkemedelskommitté som medverkande.
- Patientens rättigheter – och skyldigheter med medverkan av Carina Hellqvist, verksam som universitetslektor vid Linköpings Universitet tillika verksam som Parkinsonsjuksköterska vid Universitetssjukhuset i Linköping.

### ***Webbföreläsningar m.m anordnade av länsföreningen***

Under det gångna verksamhetsåret har ett flertal högintressanta webbföreläsningar genomförts genom länsföreningens försorg vilka vi i vår förening kunnat ta del av i hemmet alternativt, gemensamt i Studieförbundets Vuxenskolans lokaler i Härnösand och/eller Sollefteå:

Under i princip hela hösten har vi fått möjlighet att digitalt, i Härnösand såväl som i Sollefteå, kunnat delta i länsföreningens utmärkta projekt "Parkinsondans" med överläkare Jill Taube som inspirerande föreläsare/"aktör".

*Stort tack till länsordföranden Mona Creutsiger för initiativet till att starta upp det aktuella projektet och till Jill Taube för ett engagerande resp. inspirerande ledarskap!*

Temadag, 2025-08-19 på Österåsens Hälsohem under rubriken/med temat "Dans som rehabiliteringsverktyg" med överläkare Jill Taube som föreläsare.

Webbföreläsning, 2025-10-13 under rubriken/med temat "Den åldrande hjärnan" med prof. Lars Nyberg, Umeå Universitet som föreläsare.

Webbföreläsning, 2025-11-10 under rubriken/med temat "Säkra steg" med prof. Marlene Sandlund, Umeå Universitet som föreläsare.

### ***Friskvårdsaktiviteter***

Genom ett vidareutvecklat "samverkanstänk/nätverkande" har ett flertal olika friskvårds/träningsaktiviteter genomförts under det nu gångna verksamhetsåret. Dessa aktiviteter har *exempelvis* avsett:

- Bowling förlagt till Parkadens Bowlinghall i Härnösand



- Gå fotboll/ Walking football i samverkan med IF Rycket
- Medicinska bad/bassängsträning i samverkan med Neuroförbundet.
- Parkinsonboxning i samverkan med Öbacka Boxningsklubb.

### **Sociala aktiviteter**

Som komplement till de månatliga medlemsmötena och de återkommande föreläsningarna har ett antal "sociala aktiviteter" genomförts. Dessa har *exempelvis* avsett:

- Sommarfest vid Björkuddens Hotell och Pensionat beläget vid Höga kusten brons fäste, 2025-06-30
- Surströmmingsfest på Klockargården, Säbrå, 2025-08-25
- Julfest på Anhörigcenter, 2025-12-15, med besök av Lucia och hennes följe.  
*Ett stort tack till Margit Viklund som ännu ett år lyckats engagera Lucia med hennes följe för ett stilfullt framträdande.*

Under hösten har vi vidare, tack vare vår kassör Ulla Eliassons initiativ, vid/inför genomförande av våra "sociala aktiviteter" och erläggande av avgifter vid dessa "evenemang", infört betalning med Swish.

*Stort tack till Ulla Eliasson för detta värdefulla initiativ!*

### **"Utåtriktade" aktiviteter som exempelvis:**

- Deltagande vid "Funkisveckan", v 15 i Härnösand "toppad" med Internationella Parkinsondagen, fredag 2025-04-11.
- Deltagande vid Funktionsrätt Västernorrlands temadag i Härnösand, 2025-09-30 med "God och nära vård" som tema.
- Dialogmöte med verksamhetsansvariga för Medicinkliniken, Sollefteå sjukhus, 2025-11-05.
- Dialogmöte verksamhetsansvariga för GNR, Geriatriska – Neurologiska – respektive Rehabiliteringskliniken vid Sundsvalls sjukhus, 2025-11-26.
- Deltagande vid ABF.s resp. Studieförbundet Vuxenskolas konferens i Härnösand, "Tillsammans gör vi skillnad", 2025-12-03.

### **Hemsidan/ Informationsinsatser**

Fortlöpande under året har föreningens hemsida vidareutvecklats vilket numera utgör föreningens *viktigaste* interna – såväl som externa informationskanal.

### **Informations-/ utbildningsinsatser**

Under det gångna verksamhetsåret har ett arbete genomförts i syfte att ta fram, men även, vidareutveckla ett informations- ja, ett utbildningsmaterial med fokus på Parkinsons sjukdom. Det aktuella informations-/ utbildningsmaterialet erbjuds

framförallt vid APT:n till medarbetare inom kommunens hemtjänst och/eller äldreboenden.

Under verksamhetsåret har detsamma nyttjats vid dels, ett sammanträffande med kommunens hemtjänstchef och hennes ledningsgrupp och dels, vid ett flertal APT'n (arbetsplatsträffar) på de kommunalt, drivna äldreboendena.

Det aktuella informations- /utbildningsmaterialet kommer även att erbjudas till kommunens arbets- fysioterapeut resp. sjuksköterskor verksamma inom äldrevården samt till de olika vårdutbildningarna.

### **Internationella Parkinsondagen**

Den 11:e april vilket är Internationella Parkinsondagen dvs. den dag då den engelske läkaren James Parkinson föddes genomfördes ett "hopp" av publiken i Studieförbundet Vuxenskolors lokaler i Sollefteå kl 11.04 resp. i konferensrummet "Lubbe Nordström" på Sambiblioteket i Härnösand utifrån temat "Hopp för Parkinson". Inbjudna gäster var företrädare för Härnösands kommun resp. Region Västernorrland och givetvis - föreningens medlemmar. *Stort tack till alla och envar för en fantastisk insats!*

På programmet stod högtintressanta – digitalt framförda föreläsningar- med medverkande från Umeå i norr till Lund i söder samt dialog med för Härnösands kommun och Region Västernorrland.

### **Styrelsen.**

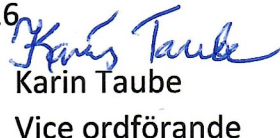
Styrelsen har under Verksamhetsåret 2025 bestått av Birgit Degsell, Ulla Eliasson, Anders Eriksson, Katarina Krutar, Lennart Moberg, Inger Lind-Sjöberg, Lisbeth von Post samt Karin Taube och har sammanträffat vid sex protokollförda sammanträden.

### **Avslutning – tack.**

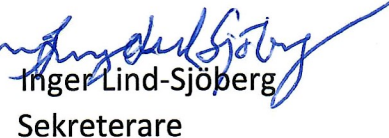
Samtidigt som vi – Styrelsen för Parkinsonföreningen Härnösand – Kramfors – Sollefteå – härmed överlämnar vår verksamhetsberättelse för verksamhetsåret 2025 ber vi att få tacka för förtroendet av att fått "axla" uppdraget som styrelse och därtill – tillönska vår förening och den nya styrelsen allt gott inför det nya verksamhetsåret, 2026!

Härnösand i januari 2026

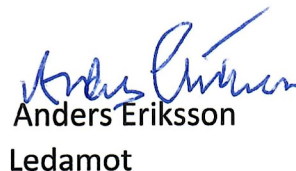
  
Lennart Moberg  
Ordförande

  
Karin Taube  
Vice ordförande

  
Ulla Eliasson  
Kassör

  
Inger Lind-Sjöberg  
Sekreterare

  
Birgit Degsell  
Ledamot

  
Anders Eriksson  
Ledamot

  
Katarina Krutar  
Ledamot

  
Lisbeth von Post  
Ledamot/ersättare



# **PARKINSONFÖRENINGEN HÄRNÖSAND, KRAMFORS, SOLLEFTEA**

## **Balansräkning per 31 december 2025**

|                            |        |
|----------------------------|--------|
| Ingående balans 2025-01-01 |        |
| Bankkonto SHB              | 41 046 |
| Utgående balans 2025-12-31 |        |
| Bankkonto SHB              | 56 133 |

## **Resultaträkning 2025-01-01 - 2025-12-31**

|                                   |               |               | Budget        |
|-----------------------------------|---------------|---------------|---------------|
| Intäkter                          | 2025          | Föreg. år     | Intäkter      |
| Parkinson Västernorrland          | 14 568        | 10 942        |               |
| Härnösands kommun                 | 32 500        | 35 500        |               |
| DGV                               | 0             | 5 000         |               |
| Övriga intäkter, deltagaravgifter | 5 118         | 7 225         |               |
|                                   | <b>52 186</b> | <b>58 667</b> | <b>47 000</b> |
| Kostnader                         |               |               | Kostnader     |
| Bankkostnader                     | 1 522         | 625           | 1 300         |
| Fika och representation           | 14 750        | 8 407         | 10 000        |
| Annonskostnader                   | 1 250         | 614           | 4 500         |
| Röstvård                          | 5 000         | 4 000         | 8 000         |
| Övriga kostnader                  | 10 809        | 12 405        | 11 000        |
|                                   | <b>33 331</b> | <b>26 051</b> | <b>34 800</b> |
| <b>Årets resultat</b>             | <b>18 855</b> | <b>32 616</b> |               |

## **Spec. övriga kostnader**

|                            |               |
|----------------------------|---------------|
| Arvode Lucia               | 1 400         |
| Arvode föreläsare/musik    | 5 450         |
| Bilersättning ordförande   | 1 559         |
| Medlemsavgift FR Härnösand | 600           |
| Informationsmaterial       | 1 000         |
| Hyra Klockargården         | 800           |
|                            | <b>10 809</b> |



Ulla Eliasson  
kassör



## Revisionsberättelse

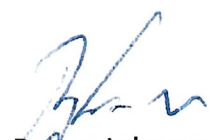
Undertecknade revisorer för Parkinsonföreningen Härnösand – Kramfors – Sollefteå får härmed avge följande revisionsberättelse för 2025 års verksamhet.

Vi har granskat räkenskaperna jämte upprättade protokoll samt vidtagit de granskningsåtgärder vilka vi ansett vara nödvändiga och har därmed inte funnit anledning till anmärkning.

Med stöd av detta hemställer vi att Styrelsen beviljas ansvarsfrihet för den tidsperiod – verksamhetsåret 2025 - revisionen omfattar.

Härnösand i januari 2026

  
Martin Höglund

  
Roger Johansson

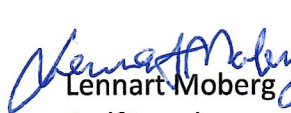
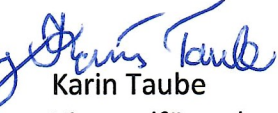
## Verksamhetsplan för Parkinsonföreningen Härnösand – Kramfors – Sollefteå, verksamhetsåret 2026

Styrelsen för Parkinsonföreningen Härnösand – Kramfors – Sollefteå avser att under verksamhetsåret 2026:

- Genomföra månatliga medlemsmöten i kombination med tematiska föreläsningar som exempelvis medverkan av dietist, farmaceut resp logoped.
- Stärka det förebyggande-/friskvårdsarbetet genom *exempelvis* följande friskvårdsaktiviteter:
  - Bordtennis
  - Bowling
  - Boxning
  - Handledda gymnastik/rörelseövningar
  - Röst/talträning
- Vår förhoppning v.g. "Handledda gymnastik-/rörelseövningar" är att dessa skall kunna starta upp under det nya verksamhetsåret då motsvarande aktivitet – via regionens försorg – dessvärre nedlagts
- Fortsättningsvis genomföra "sociala" aktiviteter som *exempelvis* "Surströmmingsskiva" – resp. Julfest.
- Prioritera utåtriktade aktiviteter som *exempelvis* Internationella Parkinsondagen lördag 2026-04-11 under temat "Hopp för Parkinson" samt medverkan inom ramen för den planerade "Funkisveckan" i Härnösand, v 15, 2026.
- Prioritera fortsatt dialog med politisk ledning - resp med berörda tjänstepersoner i Region Västernorrland
- Om möjligt, tillskapa även aktiviteter i Sollefteå, *exempelvis* friskvårdsaktiviteter genom ev. samverkan med Österåsens Hälsohem.
- Samverkan med Härnösands- resp. Sollefteå kommun och dess Anhörigcenter samt med Studieförbundet Vuxenskolan.
- Samverkan med Funktionsrätt Härnösand/Sollefteå/Västernorrland.
- Samverkan med IF Rycket, Neuroförbundet, Parkadens Bowling samt och Öbacka Boxningsklubb.
- Prioritera kompetens-/informationsinsatser i samverkan med Parkinson Västernorrland v.g. *exempelvis* webbföreläsningar – resp. deltagande vid de s.k. Österåsendagarna samt genomföra informations/utbildningsinsatser med focus på Parkinsons sjukdom i syfte att informera medarbetare inom bl a hemtjänst/äldreboenden.

Avslutningsvis önskar vi från styrelsens sida betona att föreliggande verksamhetsplan utgör ett **övergripande förslag** som under verksamhetsåret 2026 under hand kan komma att kompletteras/korrigeras.

Härnösand i januari 2026

|                                                                                   |                                                                                   |                                                                                    |                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |  |  |
| Lennart Moberg                                                                    | Karin Taube                                                                       | Ulla Eliasson                                                                      | Inger Lind-Sjöberg                                                                  |
| Ordförande                                                                        | Vice ordförande                                                                   | Kassör                                                                             | Sekreterare                                                                         |

|                                                                                   |                                                                                   |                                                                                    |                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |  |  |
| Birgit Degsell                                                                    | Anders Eriksson                                                                   | Katarina Krutar                                                                    | Lisbeth von Post                                                                    |
| Ledamot                                                                           | Ledamot                                                                           | Ledamot                                                                            | Ledamot/ersättare                                                                   |



## **Val - Valberedningens förslag.**

### *Styrelse.*

|                       |                  |               |
|-----------------------|------------------|---------------|
| Ordförande:           | Lennart Moberg   | 1 år. (Omval) |
| Ledamot               | Anders Eriksson  | 1 år. (Omval) |
| Ledamot               | Katarina Krutar  | 2 år. (Omval) |
| Ledamot               | Lisbeth von Post | 2 år. (Omval) |
| Ledamot/<br>ersättare | Ingela Boij      | 2 år. (Nyval) |

### *Revisorer.*

|                 |               |
|-----------------|---------------|
| Martin Höglund  | 1 år. (Omval) |
| Roger Johansson | 1 år. (Omval) |

Kvarvarande ledamöter under verksamhetsåret 2026 valda vid årsmötet 2025:

|                    |                                 |
|--------------------|---------------------------------|
| Karin Taube        | Ledamot tillika vice ordförande |
| Ulla Eliasson      | Ledamot tillika kassör          |
| Inger Lind Sjöberg | Ledamot tillika sekreterare     |

Härnösand i januari 2026

Margit Viklund  
Sammankallande i Valberedningen

## **Val - Styrelsens förslag.**

### *Valberedning.*

|            |               |
|------------|---------------|
| Leif Åhman | 1 år. (Omval) |
|------------|---------------|

Härnösand i januari 2026.

Styrelsen för Parkinsonföreningen Härnösand - Kramfors - Sollefteå.

### **Fastställande av budget för verksamhetsåret 2026**

Styrelsen ber - *ödmjukt* - om möjligheten att vid nästkommande medlemsmöte/n få återkomma om frågan v.g. fastställande av budget eftersom de ekonomiska förutsättningarna för verksamhetsåret 2026 ännu inte är helt klarlagda.

Härnösand i januari 2026

*Styrelsen*