



Ålands Neurologiska Förening "ÅLNF"

Verksamhetsberättelse för år 2020

*På bilden ser vi ett gäng glada medlemmar som njuter i solen,
en hälsning från föreningens årliga sommarutflykt till Kobbå klintar.*



Ålands Neurologiska förenings syfte är att främja möjligheterna för personer med funktionsnedsättning att kunna verka som jämbördiga och fullvärdiga medlemmar i samhället och att bevaka deras intressen. Föreningen arbetar med att informera allmänheten samt att öka tillgängligheten på Åland.

○ **STYRELSEN**

Styrelsen för år 2020 har haft följande sammansättning

Ansvarsområde:	Namn:
Ordförande	Viveka Landgårds
Vice ordförande	Dennis Björk
Medlem	Kjell Sipinen
Medlem	Nina Lindfors
Medlem	Åsa Carlsson
Medlem	Bengt Wikström
Medlem	Ann-Charlott Olander
Medlem	Lasse Gäddnäs
Medlem	Erika Strömberg-Jansson
Medlem - Suppleant	Mikaela Oksman
Medlem - Suppleant	Päivi Nyman-Ackrén
Medlem - Suppleant	Gun Himmelroos
Medlem - Suppleant	Jan-Erik Sundberg

Utanför styrelsen:

Organisationssekreterare	Benita Brändström/Johanna Grönlund
Verksamhetsgranskare	Mona Eriksson, ordinarie. Tuula Mattson, ersättare

○ PERSONAL

Under början av året hade föreningen en fast anställd organisationssekreterare vars anställning var 70% av heltid och hade kontorstiderna måndag-onsdag kl.9-15. Den 18 mars avslutade organisationssekreteraren sin anställning efter en månads uppsägningstid. En ny organisationssekreterare anställdes fr.o.m 3 augusti 2020 och hade därefter provotid resterande delen av året. Kontorstiderna för den nyanställda organisationssekreteraren beslutades till tisdag-torsdag kl.9-15. Efter ett styrelsebeslut i september ändrades organisationssekreterarens tjänstebeteckning till *verksamhetsledare*. Den anställde i fråga har vid behov deltagit vid träffar, medlemsmöten m.m. som föreningen ordnat, samt fungerat som sekreterare vid styrelsens möten. Föreningens kontor har varit på HandiCampen, Skarpansvägen 30. Under perioden 18 mars fram tills den nye organisationssekreteraren påbörjade sin tjänst drevs verksamheten i det stora hela av ideella krafter inom föreningen.

På bilden syns föreningens ordförande Viveka Landgårds tillsammans med föreningens nya organisationssekreterare Johanna Grönlund.



○ MEDLEMMAR

Föreningen har under året haft 220 medlemmar. Föreningen har stödgrupper för MS, Parkinson, Epilepsi, Huntington, Borrelia och TBE, Nackskadade, Föräldrar till barn med Epilepsi samt Hjärnskadade. På grund av Covid-19 situationen så har grupperna varit begränsade till att träffas. Trots detta har några av grupperna fått till ett antal träffar och aktiviteter vilket är glädjande. Föreningen anser att det är viktigt att de olika stödgrupperna finns och att medlemmar med samma diagnos eller funktionsnedsättning kan träffas och diskutera.

Varje år anordnar föreningen olika aktiviteter för våra medlemmar, anpassade för att alla ska ha möjlighet att delta. Mer om detta under aktiviteter.

○ **MÖTEN**

Styrelsen har sammanträtt 12 gånger under år 2020.

Vårmöte

Vårmötet som tidigare var planerat till den 22 april på Fotografiska museet fick skjutas upp på grund av Covid-19, istället hölls vårmötet den 23 juni på Smakbyn med totalt 22 deltagare. Deltagarna fick för första gången träffa den nya organisationssekreteraren och efter mötet åt samtliga deltagare middag från Smakbyns *restaurangdagarmeny*.

Höstmöte

Höstmötet ägde rum på Sittkoffska gården den 11 november. Före mötet höll den inbjudne föreläsaren Benjamin Sidorov, patient- och klientombudsman en intressant föreläsning och därefter åt samtliga deltagare middag tillsammans. Efter en god måltid hölls det stadgeenliga mötet, 19 av föreningen medlemmar deltog i mötet.

○ **FÖRENINGENS REPRESENTATION**

Föreningen har under år 2020 representerats i följande sammanslutningar:

I Ålands Handikappförbund r.f. styrelse satt Viveka Landgårds som ordinarie med Dennis Björk som suppleant.

Ordförande Viveka Landgårds var även medlem i Turismstrategi 2012 - 2022.

Medlemsföreningarnas och Handikappförbundets tillgänglighetsgrupp var Dennis Björk ordinarie medlem i med Kjell Sipinen som suppleant.

Medlemsföreningarnas och Handikappförbundets yttrandegrupp var Nina Lindfors som ordinarie medlem med Erika Strömberg-Jansson som suppleant. Viveka Landgårds sitter som ordinarie medlem för Handikappförbundets styrelse.

Föreningen ingår även i Invalidförbundets regionala samarbete.

○ **EKONOMI**

Till största del består föreningens finansiering av PAF-medel, en del stöd kommer även i form av verksamhetsbidrag från kommunerna. Intäkter från föreningens egen

försäljning av kondoleanser samt födelsedagskort bidrar till en liten del av ekonomin, vilket är tacksamt.

Medlemsavgiften för år 2020 var 15 euro.

○ INFORMATION & SAMARBETE

Som medlem i Ålands Neurologiska förening erhåller man Handikappförbundets medlemstidning Handikapp-Bulletinen två gånger per år. I tidningen har föreningen möjlighet att dela information om aktiviteter på samma gång som det finns utrymme att sprida medvetenhet om föreningen och dess nytta. Genom Ålands Handikappförbunds hemsida www.handicampen.ax/ har föreningen tillgång till en egen webbsida där kontaktinformation, föreningens alla medlemsbrev samt information om nyheter som är på kommande finns tillgängligt. Även på föreningens egna Facebook sida delas alla medlemsbrev samt viktig information till medlemmarna, via sidan har föreningen även möjlighet att kunna sända evenemang live via Facebook sidan.

Medlemsbrevet skickas ut cirka 6–8 gånger per år utgående från behovet. Dessa brev skickas antingen via post eller per e-post och innehåller information om kommande aktiviteter, möten samt nyheter och kontaktuppgifter. År 2020 blev medlemsbreven extra viktiga eftersom de var en god kommunikationsväg till medlemmarna i den rådande pandemin, viktig information och nyheter förmedlades genom breven. Därav skickades fler medlemsbrev ut under år 2020 än tidigare år.



○ **SAMARBETE**

Neurologiska föreningen har många aktiva medlemmar som mer än gärna vill träffas och diskutera med andra människor. Det är viktigt för föreningen att kunna erbjuda våra medlemmar en möjlighet att sällskapa och upprätthålla ett socialt liv. Därför samarbetar vi kontinuerligt med övriga medlemsföreningar inom Handikappförbundet i form av att erbjuda gemensamma föreläsningar och aktiviteter. Föreningens populära bingokvällar hålls cirka 6 gånger per år och är i samarbete med föreningen Vårt Hjärta samt Reumaföreningen.

Föreningen fortsätter att lyfta fram temat tillgänglighet utifrån landskapsregeringens initiativ och yttrandegruppen fortsätter sitt arbete med att koordinera samarbetet med föreningarna gällande intressebevakningen.

○ **MOTIONSVERKSAMHET**

Utbudet av fysisk aktivitet för personer med funktionsnedsättningar på Åland är begränsad och för att våra medlemmar ska ha möjlighet att kunna bibehålla och förbättra sin hälsa erbjuder Neurologiska föreningen sina medlemmar motionsverksamhet i form av:

- Medi-yoga
- Vattengymnastik
- Anpassad träning på Medimar

Den populära vattengymnastiken har under året övergått till två grupper istället för en eftersom intresset var så stort. Denna typ av träning kan vara en avgörande rörelseterapi och på samma gång kan ge smärtlindring. Den anpassade träningen på Medimar fokuserar dels på den individuella personens behov, men handlar även om att kunna träffa andra och träna i grupp. Medi-Yogan har stor inverkan på den mentala hälsan och hjälper långt med att stärka knoppen. Alla aktiviteter är anpassade så att även personer med grav funktionsnedsättning ska kunna delta.

○ **AKTIVITETER**

Styrelsen har som tidigare år haft en så kallad eventgrupp som har haft i uppdrag att planera evenemang, samt att komma på förslag till nya aktiviteter och föreläsningar. Det kan däremot konstateras att covid-19 situationen drabbade verksamheten i allra högsta grad. All motionsverksamhet hade terminsstart i januari och hann pågå till mars månad innan föreningen blev tvungna att ställa in all verksamhet för resten av

terminen. Även inplanerade föreläsningar, konserter och medlemsträffar flyttades fram eller avbokades helt i väntan på Covid-19 situationens utveckling.

Visionen om en aktiv verksamhet upphörde däremot aldrig och trots de beklagliga omständigheterna under år 2020 så lyckades föreningen hålla följande aktiviteter på ett tryggt och uppskattat sätt:

- **Föreläsning** om TBE och Borrelia med läkare Marika Nordberg, deltog gjorde även Linda Perander som utreder TBE- och Borrelia patienter. Föreläsningen hölls den 10 mars på Ålands Hotell & Restaurangskola.
- **Allsång** på Ankaret i Strandnäs tillsammans med Ålands Synskadades förening samt Ålands Hörselförening kunde anordnas som planerat vid två tillfällen under våren och två tillfällen under hösten.
- Föreningens populära **bingokvällar** som anordnas tillsammans med Föreningen Vårt Hjärta och Reumaföreningen. På vårterminen anordnades två tillfällen före pandemin bröt ut ordentligt och under hösten kunde vi hålla alla tre tillfällen som var inplanerade.
- **Sommarutflykt** till **Kobba Klintar** den 19 augusti där medlemmarna fick åka båt i det vackra vädret ut till kobbarna och avnjuta en smaklig Kobbamacka eller Lotsmacka. Efter en lång period utan verksamhet var denna utflykt otroligt uppskattad av de 24 som deltog.

*Den alltid lika glada medlemmen Kjell
njuter av solen på föreningens utflykt till Kobba Klintar.*



- Föreningen startade en **tovningskurs** tillsammans med Ann Gustafsson som pågick vid tre tillfällen under hösten.

Fina resultat från föreningens nya tovningskurs som hölls under hösten 2020.



- **Utfärd till Ålands Fotografiska museum** den 26 september med rundtur i museet följt av kaffe och Ålandspannkaka. Medlemmarna erbjöds utöver rundtur och fika även transporter från Mariehamn ut till museet i Finström. 14 personer deltog i den mysiga utfärden till museet.
- Den 7 november anordnade föreningen en **Neurodag** på Folkhälsans allaktivitetshus. Föreningen bjöd in talterapeut Johanna Hjerling från Rehab City som föreläste om behandling av talstörning i Parkinsons sjukdom och att förutspå språklig återhämtning efter en stroke. Även fysioterapeut Elin Palm från Rehab City deltog som föreläsare under dagen, hon berättade om vinsterna med träning vid neurologiska skador/sjukdomar. Evenemangets deltagare åt soppa och drack kaffe vid lunchtid. Föreläsningarna sändes live via föreningens Facebooksida.

Föreläsare Elin Palm och Johanna Hjerling från Rehab City gjorde föreningens Neurodag till ett lärorikt och intressant evenemang.



- Föreningen erbjöd sina medlemmar en subventionering för **konserten ÅL-stars** på Alandica den 21 november.
- Under den **Internationella funktionshinderdagen** 3 december fanns föreningen tillsammans med de andra medlemsföreningarna inom Handicampen på Torggatan 10 för att ge information om föreningarna samt att uppmärksamma dagen tillsammans.

En bild från Internationella funktionshinderdagen då medlemsföreningarna samlades för att sprida information och uppmärksamhet.



- Den 5 december anordnades föreningens uppskattade **julfest** på restaurang Hjorten i Mariehamn. Deltagarna avnjöt ett välfyllt julbord samtidigt som de blev underhållna av trubaduren Tony Wikström. Ett program med julklappsutdelning samt avtackning av styrelsen, aktivitetsledare och revisorer hölls även under kvällen.

○ **ASSISTANSHUNDSPROJEKTET**

På grund av Covid-19 situationen har assistanshundsprojektet behövt ligga på is större delen av året 2020 eftersom att de hundar som är del av projektet skolas utanför Åland. Planeringen för projektet är däremot fortgående och tanken är att projektet ska väckas till liv så fort möjlighet ges.

Ålands Neurologiska förening r.f.