

## VERKSAMHETSPLAN 2026

Parkinson Stockholm är en regionförening inom Parkinsonförbundet som omfattar Stockholms län. Föreningens syfte är att

- Öka kunskapen om Parkinsons sjukdom, inklusive atypisk parkinsonism, ("PS") för diagnostiserade, deras anhöriga, för personal inom vård och omsorg samt allmänheten
- Stödja aktiviteter som förbättrar livskvaliteten för personer med PS och deras anhöriga
- Påverka politiska beslut och samverka med myndigheter för att förbättra villkoren för personer med PS
- Driva frågor om forskning och behandling av PS
- Samverka med andra funktionsrättsorganisationer i gemensamma frågor

### Kunskap/Utbildning

Förmedling av kunskap om PS till diagnostiserade, närstående och personal inom omsorgen är en viktig del av föreningens verksamhet. Även att öka kunskapen hos allmänheten är nödvändigt. Av föreningen utbildade informatörer ska sprida kunskap till såväl medlemmar som till personal inom vård och omsorg. Vi ska för detta utbilda ytterligare informatörer.

Vi kommer fortsätta samverka med Centrum för Neurologi vid Akademiskt SpecialistCentrum, Karolinska Sjukhuset, Karolinska Institutet och andra lämpliga samarbetspartners för att erbjuda utbildning för såväl nydiagnostiserade som personer med svåra symptom om vad sjukdomen innebär, vad man kan göra själv för att må bättre, behandlingar, läkemedel och hjälpmedel.

Vi ska genomföra öppna föreläsningar om PS, dess behandling och den forskning som pågår. Dessa utbildningsinsatser sker huvudsakligen i samverkan med personal från länets neurologmottagningar och rehabkliniker.

Vi ska i samband med vår kontaktskapande verksamhet, där diagnostiserade och deras anhöriga har möjlighet att dela tankar, erfarenheter och kunskap kring egenvård, även erbjuda information kring patienträttigheter, sjukvård och samhällets övriga utbud av vård, rehabilitering, stödinsatser, m.m.

## Påverkansarbete

Samarbetet med andra funktionsrättsorganisationer i länet inom neurologi i den sk Neurogruppen fortsätter. Frågan om att etablera en utbildning för specialistsjuksköterskor inom neurologi är fortsatt prioriterad. Vi ska också delta gemensamt i Seniordagen för att nå ut till allmänheten.

Vi har fortsatt kontinuerlig kontakt med flera forskare inom PS och bistår dessa med forskningsansökningar, vid upprättande av forskningsstudier, med att rekrytera till studier och nå ut med forskningsresultaten.

## Medlemsaktiviteter

Fysiska möten är viktigast för att bryta isolering men de digitala aktiviteterna gör det möjligt för fler att delta.

Vi kommer arrangera träffar som passar såväl yrkesarbetande som äldre personer, och även riktade träffar för Yngre Parkinson och för anhöriga.

Fysisk aktivitet är en väsentlig grund för att minska konsekvenserna av PS och vi kommer ha egna fysiska aktiviteter och fortsätta samarbeten med aktörer som erbjuder fysisk aktivitet som är anpassad för medlemmarna.

Samverkan fortsätter med de aktörer som har specialistkunskap om rehab för PS som t.ex. Stockholms Sjukhem, Stora Sköndal och Olivia Rehab. Vidare kommer samarbetet med de forskare på Karolinska Institutet som studerar fysisk aktivitet att fortsätta, bl.a. genom samrådsmöten och spridning av information om pågående studier.

Föreningen kommer även på annat sätt bidra till att medlemmarna är aktiva, både fysiskt och socialt. Vi stöttar pingis, boxning och dans och andra etablerade aktiviteter som riktar sig till personer med PS.

Exempel på aktiviteter som kommer genomföras i vår lokal är röstträning och träning i RGM – Ronnie Gardiner Method – en rörelse, koordinations- och musikaktivitet som stimulerar både fysiskt och socialt.

Café Sjuan, vår öppna träffpunkt för samtal och nätverkande, kommer att fortsätta arrangeras regelbundet. Vi planerar även ett antal caféträffar för anhöriga.

Vi ska fortsätta med samtalsgrupper för personer med PS och för anhöriga.

## Organisation

Styrelsen ska arbeta med föreningens organisation, förstärka och utveckla de ansvarsgrupper vi har. Vi behöver fler medlemmar som kan delta i påverkansarbete, är aktivitetsansvariga, informatörer, medlemsrekryterare och som volontärer på kansliet.



Kansliet på Nybrokajen 7 i Stockholm är det centrala navet i verksamheten. Vi ska fortsätta att utveckla lokalen som en naturlig mötesplats för olika aktiviteter och som kontaktpunkt gentemot medlemmar, samverkansföreningar och andra externa parter.

Vi ska fortsätta att arbeta med förbättring av vår webbsida, Facebook, Instagram, vårt medlemsbrev och andra digitala informationskanaler.

## **Ekonomi**

Vi ska under 2026 fortsätta undersöka möjligheterna att förstärka vår ekonomi i stort. Det är särskilt viktigt att få möjlighet att öka med ytterligare anställd personal på halvtid, för att få större kapacitet och kompetens för bidragsansökningar och ekonomi samt intressepolitisk verksamhet.

Målsättningen är att minska organisationens beroende av förtroendevalda och volontärer med PS.

Stockholm februari 2026

Parkinson Stockholms styrelse