



VERKSAMHETSPLAN 2023 - 2024

Huvudvärksföreningen Stockholm, vision och övergripande mål

Huvudvärksföreningen Stockholm arbetar för att personer med svår huvudvärk och deras anhöriga ska få en förbättrad livskvalitet. Orsaken till smärtan och många andra symtom är någon av de drygt 270 huvudvärkssjukdomar som orsakar primär huvudvärk, bland dessa finns till exempel migrän, klusterhuvudvärk, huvudvärk av spänningstyp och Arnold Chiarimalformation. För att nå målet tillhandahåller föreningen information, råd och stöd till den som är drabbad och till andra som möter personer med svår huvudvärk.

Genom samarbete med ledande neurologer i Region Stockholm och övriga landet ser vi till att alltid vara uppdaterade på den senaste forskningen och utvecklingen inom området. Vår verksamhet utgår från vetenskap och beprövad metod.

Vi erbjuder våra medlemmar en mötesplats för samtal, gemenskap och inspiration.

Vi arbetar dessutom för att påverka samhället och beslutsfattare inom Region Stockholm så att huvudvärksdrabbade ska ges möjlighet att leva ett så bra liv som möjligt.

Vårt **övergripande mål för 2023 och 2024** är att på varierande sätt stärka personer med olika typer av primär huvudvärk, att stärka organisationen genom internt och externt arbete och att öka antalet medlemmar. Detta är i enlighet med föreningens stadgar.

Utdrag ur stadgarna 2020-03-25:

§ 2 Föreningens ändamål. Föreningen är ansluten till Huvudvärksförbundet och godtar förbundets stadgar och ändamål i § 2. Föreningens ändamål är att bedriva verksamhet som sprider information om migrän, klusterhuvudvärk och annan svår huvudvärk, sammanföra/stödja medlemmar samt att arbeta i Stockholms län och intressepolitiskt inom Region Stockholm. Föreningen ska i sin verksamhet vara religiöst och partipolitiskt obunden.

Planerad verksamhet 2023 - 2024

Huvudvärksföreningen Stockholm planerar att arbeta efter nedanstående verksamhetsplan:

Årsmöte

Årsmöte kommer att hållas senast sista mars 2023 respektive 2024, i enlighet med stadgarna.

Medlemsvärvning

Vi kommer att fortsätta arbeta för att fler ska vilja teckna medlemskap, genom att sprida information om föreningens verksamhet och om olika aspekter av livet med svår huvudvärk, i digital och fysisk form. Vi fortsätter att vara tydligt närvarande på sociala medier. Vi

Huvudvärksföreningen Stockholm

Kansliet: Sankt Göransgatan 84, 3 tr, 112 38 Stockholm. **Aktiviteter:** ÅttiotvåAn, Sankt Göransgatan 82

Telefon: 070-483 60 07 E-post: stockholm@huvudvarksforbundet.se

Hemsida: [HTTPS://huvudvarksforbundet.se/foreningar/stockholm/](https://huvudvarksforbundet.se/foreningar/stockholm/)

Org nr: 802400-2530 BG: 5491-3710

kommer även att ordna och delta i aktiviteter och utställningar för att synas bland allmänheten.

Intressepolitiskt arbete

Det intressepolitiska arbetet kommer att fortsätta som tidigare.

Våra prioriterade frågor är behovet av patientskolor inom hälso- och sjukvården, bristen på neurologer i länet och inrättandet av specialistutbildning för neurologisjuksköterskor. Vi fortsätter också att sprida information om hur det är att leva med olika typer av svår huvudvärkssjukdom i olika åldrar.

Föreläsningar och aktiviteter

Vi fortsätter med våra uppskattade föreläsningar och workshops. Dessa genomför vi på egen hand och tillsammans med Folkuniversitetet och andra föreningar och organisationer.

Samarbeten med andra organisationer

Huvudvärksförbundet

Föreningen har ett nära samarbete med Huvudvärksförbundet och länsföreningarna.

Funktionsrätt Stockholms län

Vi fortsätter vårt samarbete med Funktionsrätt Stockholms län samt Funktionsrätt Stockholms stad. Tillsammans deltar vi vid olika evenemang som Järvaveckan.

Inom Funktionsrätt Stockholms län bedriver vi ett betydelsefullt samarbete med de andra patientföreningarna inom neurologi där vi bildat **nätverket Neurogruppen**. Syftet är att ha större möjlighet till intressepolitisk påverkan, vilket vi också har fått. Inom gruppen arbetar vi med de frågor som nämnts ovan bland annat genom regelbundna möten med RPO Nervsystemets sjukdomar.

Region Stockholm

Vårt samarbete med de olika instanserna inom regionen fortsätter. Vi planerar att vid så många tillfällen som möjligt arbeta för att öka förståelsen för våra medlemmars situation och hur vi vill förbättra den.

Övrigt

Huvudvärksmånaden september

Vi planerar att under huvudvärksmånaden september extra uppmärksamma svår huvudvärk på sociala medier och på vår hemsida. Vi brukar också ordna aktiviteter i någon form omkring den **12 september** som är den europeiska migrändagen.

Medlemsförmåner

Föreningen har förhandlat fram rabatterbjudanden för våra medlemmar på behandlingar hos olika mottagningar runt om i Stockholm, bl a Yogamottagningen, Samtalshuset och True by You som bland annat har skogsbad och stresscoaching.

Genom Huvudvärksförbundet erbjuds föreningens medlemmar också **telefonrådgivning av huvudvärkssjuksköterska** samt rådgivning i **arbetsrättsfrågor** och av **jurist**.

Huvudvärksföreningen Stockholm

Kansliet: Sankt Göransgatan 84, 3 tr, 112 38 Stockholm. **Aktiviteter:** ÅttiotvåAn, Sankt Göransgatan 82

Telefon: 070-483 60 07 E-post: stockholm@huvudvarksforbundet.se

Hemsida: [HTTPS://huvudvarksforbundet.se/foreningar/stockholm/](https://huvudvarksforbundet.se/foreningar/stockholm/)

Org nr: 802400–2530 BG: 5491–3710