

## Motion nr 1

### Motion om rörelseglädje i samarbete med Svenska Motionslandslaget

**Till:** Njurförbundets förbundsstämma

**Från:** Sven Jonsson

**Regionförening:** Njurförbundet Stockholm Gotland

**Datum:** 2026-02-16

#### Bakgrund

Vi vet alla om utmaningarna för en njursjuk person att ta tag i sin fysiska träning. Det handlar om trötthet och symptom. En uttalad trötthet (fatigue), muskelkramper och illamående orsakade av njursvikten är vanliga hinder. Sen kan dialysschema, dvs. patienter i hemodialys kan uppleva begränsad tid och energi. Även fysiska begränsningar finns, såsom muskelsvaghet och andra sjukdomar (som hjärt-kärlsjukdom). Allt detta gör träning svårbemästrad.

#### Problemformulering / Motivering

Alla föreningar inom Njurförbundet kämpar med att hinna, orka och klara av att skapa aktiviteter för sina medlemmar. Kan vi samverka, samarbeta med någon annan etablerad aktör och förbättra våra möjligheter och stimulans till fysisk aktivitet för våra medlemmar? Nationellt liksom regionalt?

I andra sammanhang talas det om rörelseglädje. Kan samverkan med Sveriges Motionslandslag och Svenska Motionsidrottsförbundet (Korpen) skapa ett stabilt, långsiktigt samarbete som på sikt får alla njursjuka att känna stolthet, att "vi är med i ett svenskt landslag, för en bättre njurhälsa och en bättre livskvalitet".

"Biverkan" av samarbetet, förutom rörelseglädje, kan för denna grupp bli; att de bromsar sjukdomen, förbättrar blodtryck och sin hälsa, de ökar sin fysiska kapacitet och får en förbättrad metabol kontroll.

"Genom Motionslandslaget gör vi rörelseglädje till "medicin" som bromsar sjukdomsförloppet så att alla med njursjukdom ska kunna leva ett rikt och långt liv"

#### Förbundsstämman föreslås besluta:

**att** Njurförbundet – utreder om och hur samarbete kan upprättas, samt att man kan formaliserar detta samarbete tillsammans med Svenska Motionslandslaget, med tydliga mätbara hälsoresultat som mål.

**att** Njurförbundet – utreder om klinisk forskning vill vara med i arbetet och ta fram god evidens om hälso nyttan av denna ansats.

**att** Njurförbundet - om samarbetet etablerats, att man till nästa kongress utvärderar om man erhållit en netto nytta, så etablerat samarbete på lång sikt kan fortgå.

#### Underskrift

Sven Jonsson

Grusåsgränd 116, sven.jonsson@njurforbudet.se, 070-6635011

Förbundsstyrelsens svar på motion nr 1

## **Motion om rörelseglädje i samarbete med Svenska Motionslandslaget**

### **Förbundsstyrelsens svar**

Motionärens förslag ligger i linje med Njurförbundets ändamål att stimulera förebyggande och hälsofrämjande verksamheter (Njurförbundets stadgar § 3). I föreslagen verksamhetsplan för åren 2026–2029 finns även förslaget att Njurförbundet ska ta fram ett koncept för digitala och fysiska livsstilsgrupper. Förbundsstyrelsen ser också andra möjliga samarbetspartners än Svenska Motionslandslaget. Den bäst lämpade kan föreslagen utredning utvisa.

Genom Njurfonden ges redan idag stöd till forskning som berör motionens betydelse för njursjuka.

**Mot bakgrund av detta föreslår förbundsstyrelsen förbundsstämman att besluta:**

- att** bifalla motionens första att-sats
- att** anse motionens andra att-sats besvarad
- att** bifalla motionens tredje att-sats

## Motion nr 2

### Ordförandekonferensdeltagare

#### Bakgrund

Under många år har vi, i Värmland och Västerbottens föreningarna, sett till att vi åker två till ordförandekonferenserna, för att introducera nya personer till förbundets verksamhet. Detta är av vikt för att få en förnyring i både föreningarna men framförallt i förbundet. Det är alltid lättare att åka tillsammans med någon man känner och har relation till när man ska träffa nya människor. Därför är det viktigt att det erbjuds att fler än ordföranden i föreningarna får delta på ordförandekonferenserna som hålls. Vi tycker det är viktigt för att få fler engagerade i förbundets arbete samt att få ett engagemang som håller över tid i regionföreningarna.

#### Yrkande

##### Förbundsstämman beslutar:

**Att** två deltagare är tillåtna att delta på ordförandekonferenser.

Umeå, 26 februari 2026

Njurföreningen Västerbotten & Njurföreningen Värmland

*Malin Haglund och Tony Karlsson*

Malin Haglund & Tony Karlsson

Kontaktuppgifter till Malin,

mail [malin.haglund@njurforbundet.se](mailto:malin.haglund@njurforbundet.se)

Telefon 0702662835.

## Förbundsstyrelsens svar på motion nr 2

### Ordförandekonferensdeltagare

#### Förbundsstyrelsens svar

Deltagande vid Njurförbundets ordförandekonferenser regleras i §8 i förbundets stadgar. Där föreskrivs att varje regionförening kan delta med en representant, ordförande eller en vald ledamot i regionstyrelsen. Som framgår av skrivningen i motionen har det under åren också tillämpats en möjlighet för regionföreningen att utöver detta sända en ytterligare deltagare som observatör eller åhörare. Denne persons kostnader har respektive regionförening dock svarat för. En praxis för deltagande vid ordförandekonferenser framtogs under mars 2020.

Vid senaste förbundsstämman 2023 ändrades stadgarna så att tiden mellan två förbundsstämmor är tre år. Förbundsstyrelsen har därmed en stor förståelse för bakgrundsbeskrivningen i motionen. Alltsedan pandemin har möjligheten till digitala ordförandemöten i de flesta fall ersatt de fysiska sammankomsterna. Vid dessa möten har också medgivits att fler än regionordföranden i respektive regionförening på ett enkelt sätt kunnat delta samtidigt som intentionen i motionen uppfyllts. Under perioden för de kommande tre verksamhetsåren beräknas fysiska ordförandemöten inträffa en till två gånger.

#### **Mot bakgrund av detta föreslår förbundsstyrelsen förbundsstämman att besluta:**

**att** bifalla motionen

samt

**att** Njurförbundet vid ett tillfälle mellan två förbundsstämmor svarar för kostnaden för resa och en övernattnig för ytterligare en person från respektive regionförening vid deltagande i fysiskt ordförandemöte under förutsättning att regionföreningen inte också är representerad i förbundsstyrelsen eller omfattas av annan förtroendevald roll såsom förtroendevald revisor, valberedningen, en representant från Barn- och föräldragruppen samt en från Ungdomsgruppen.

## Motion nr 3

# Motion om Dator och skrivare till Njurföreningen Örebro Län

**Till:** Njurförbundets förbundsstämma

**Från:** [Maria Nydahl]

**Regionförening:** [Njurföreningen/Örebro Län]

**Datum:** [2026-02-22]

---

### Bakgrund

Under 2025 köpte Njurförbundet Örebro in en enklare dator och skrivare för att för att kunna kommunicera på ett bättre sätt till våra medlemmar vid behov. Samt blev den till stor nytta när vi tillsammans anordnade den Digifysiska anhöriga träff under förra året. Vi märkte att den kom till stort användning för att kunna delta i detta event, samt för att kunna skriva ut olika typer av eventinbjudningar till bl.a. våra dialysavdelningar för att kunna möjliggöra att värva flera medlemmar. Att kunna marknadsföra våra event på många olika sätt möjliggjordes för oss när vi införskaffade både dator och skrivare till vår förening.

### Problemformulering / Motivering

Dåvarande informations möjligheter räckte inte för föreningen tidigare, så detta gjorde att vår förening beslutade oss för att införskaffa både dator och skrivare. Därför anser jag att vår förening och kanske även andra regionföreningar får möjlighet att få ett bidrag för att kunna inhandla detta, för vår del redan införskaffad utrustning.

### Förbundsstämman föreslås besluta:

**Att** förbundet avsätter medel för att Njurförbundets regionföreningar ska kunna söka bidrag från förbundet för inköp av nödvändig IT-utrustning.

---

### Underskrift

Maria Nydahl/Ordförande  
maria.nydahl@njurforbundet.se

---

## Förbundsstyrelsens svar på motion nr 3

### **Motion om Dator och skrivare till Njurföreningen Örebro Län**

#### **Förbundsstyrelsens svar**

Intäkterna till Njurförbundet kommer dels från intäkter som genereras i verksamheten dels från statsbidrag och från medlemsintäkter. De två senare är avsedda att bland annat täcka kostnader för personal, lokaler och basal kontorsutrustning. De totala kostnaderna bestäms efter den verksamhetsplan och den rambudget som förbundsstämman fastställer. I den nu föreslagna verksamhetsplanen finns personella resurser avsatta för att förstärka det regionala intressepolitiska arbetet genom att ge vägledning och råd. Dessutom har styrelsen i Njurförbundet underlåtit att genomföra någon justering av förbundsavgiften under den senaste tioårs perioden. Detta för att bland annat inte begränsa regionföreningarnas ekonomiska utrymme för sina verksamheter. Att ytterligare bidra med medel för investeringar i regional utrustning ryms inte i Njurförbundets verksamhet eller rambudget.

Samtliga regionföreningar inom Njurförbundet erhåller ett regionbidrag i varierande storlek. Därutöver tar regionföreningen ut en medlemsavgift, som för närvarande varierar, för den regionala verksamheten. Dessa tillsammans är avsedda för medlemsverksamheten och det intressepolitiska arbetet med hjälp av såväl personella resurser som lokaler, men också för basal kontorsutrustning. Dator och skrivare måste i det fallet numera betraktas som basal kontorsutrustning.

#### **Förbundsstyrelsen föreslår förbundsstämman:**

**att** avslå motionen