



## **Her får du et lite nyhetsbrev fra MS-Foreningen i Nord Gudbrandsdalen.**

Vi har hatt mange fine treff og aktiviteter så langt i år. Vi hadde så lyst til å fortelle litt mer om de siste aktivitetene før ferien.



### **Trening.**

Onsdag 9 mai. Kl. 12.00 er det temamøte om trening på Grand Gjestegård, Otta.

Trening, trenger vi det? Og fysioterapeut Hans Martin Fossen fra Sel kommune kommer.

Her er det mye fin og informasjon å hente. Vel møtt.

### **Internett.**

Vi har egen nettside hvor du finner informasjon om vårt lokallag. Du går inn på

[www.ms.no](http://www.ms.no)

Og deretter lokallag, scroll ned til nord-gudbrandsdal. Der legger vi inne nyheter, aktiviteter og bilder. Det er verd å ta en titt.

### **Haverdalseter.**

18. August tar vi turen til Haverdalseter. Der skal vi spise god mat, kose oss og nyte gode omgivelser. Du må gjerne ta med deg familie. For de som er avhengig av rullestol, så gjør vi så godt vi kan for at dette skal bli en bra dag. Info legger vi ut på nettsida så snart vi kan.

## **Likemann.**

Vi er så heldige at vi har fått vår egen likemann. Marit Våge, bosatt i Lesja er sertifisert likemann.

Hun kan du kontakte om du vil snakke med noen om ms.

## **Nyhetsbrev.**

Vi i Nord-Gudbrandsdal Ms-forening prøver å nå alle medlemmene våre. Vi vil vise at vi har et godt lokallag og at vi har forskjellige aktiviteter, og da er informasjon viktig. Dette gjør vi blant annet ved å sende ut nyhetsbrev.

Portoutgiftene utgjør en stor pott på budsjettet, derfor benytter vi oss av mail. Om du heller vil ha informasjon i posten, kan dere kontakte meg på telefon eller mail. De som arbeider i helsevesenet får noen ganger dette fra oss, og de skriver det ut og henger det slik at det er synlig for mange. Gi oss beskjed om du ikke ønsker å motta dette fra oss.

Med vennlig hilsen  
Nord-Gudbrabdsdal Ms-Forening.  
Linda Bertnsen  
[linda.berntsen@start.no](mailto:linda.berntsen@start.no)

