

Oslo 4.februar 2010

Da er vi i gang med et nytt år. Årsmøtene nærmer seg raskt. Det er en fin anledning til å profilere det lokale arbeidet i lokalavisen.

Jeg minner om at dere skal sende inn årsmelding og regnskap til MS-forbundet. I tillegg er det viktig at vi får informasjon om nye verv, slik at Kari kan oppdatere medlemsregisteret.

Landsmøtet 2010

Landsmøtet til MS-forbundet skal i 2010 arrangeres på Raddison Blu Hotell, Trondheim Airport fra 29.oktober til 31.oktober.

Landsmøtet vil starte med en åpen temakonferanse på fredag. Offisiell åpning av konferansen er på fredag kveld.

Egen invitasjon til landsmøtet vil bli sendt ut i mars sammen med informasjon om frister for innsendelse av lovendringer og andre saker.

"Lokale forandringsagenter"

I 2010 skal vi gjennomføre et prosjekt som vi har kalt "Lokale forandringsagenter". Til dette har vi mottatt prosjektmidler fra Stiftelsen Helse og Rehabilitering. Hensikten med prosjektet er å bygge opp kompetansen i styrene i lokalforeningene samt å skape utvikling og å øke den frivillige innsatsen. Det vil bli arrangert kurs åtte steder rundt i landet i tiden mai til oktober 2010. Kursene vil gå over to dager og kommer til å ta opp ulike temaer omkring det å drive en lokalforening. Kurssteder og programmet blir klart i løpet av februar og

vil bli sendt ut til lokalforeningene umiddelbart. Dersom noen har spørsmål er det bare å kontakt Lise på telefon 22 47 79 99. Velkommen til kurs!

Telefonmøter

Minner dere om at MS-forbundet har fast avtale for telefonmøter. Ved å benytte denne kan dere ha gratis telefonmøter i lokalforeningen. Telefonmøte bestilles hos Kari – 22477990 eller kari@ms.no.

Stiftelsen Helse og Rehabilitering

Vi minner om muligheten for å søke prosjektmidler fra Stiftelsen Helse og Rehabilitering for prosjekter som gjennomføres i 2011. Både lokalforeningene og regionslagene kan søke gjennom forbundet sentralt. Dere finner mange ideer og tips i Prosjektbiblioteket på www.helseogrehab.no.

Søknadsprosessen foregår elektronisk. Fristen inn til oss er *15. mai 2010*. Kontakt Lise for mer informasjon på telefon 22 47 79 99 eller lise@ms.no.

Momsrefusjon

MS-forbundet må innen 1.mai få innsendt kopi av kvitteringer på kostnader som dere har betalt tjenestemoms på. Det vil si kostnader til porto, regnskap, revisjon, advokat. Vi søker refusjon for disse kostnadene hos staten. Refusjonsbeløpet vil bli sendt ut i januar 2011.

MS-konferansen 2010

Tema: Kognitive utfordringer – med fokus på mestring

Region Nord:
Bodø, Skagen hotell – 23. september

Region Midt:
Molde, Hotel Seilet – 7. mai
Trondheim, Radisson Blu Hotell,
Trondheim Airport – 20. Mai

Region Vest:
Stavanger, St. Svithun Hotell – 9. juni

Region Sør:
Drammen - First Ambassadør Hotell – 7. september
Kristiansand - Scandic Hotell – 29. september
Larvik - Quality Hotell Grand Farris – 20 oktober

Region Øst:
Oslo, Thon Hotell Opera – 26. mai

Vær oppmerksom på at datoene for konferansene i Stavanger og Larvik er endret fra første informasjon og at det i MS-bladet står feil hotell for konferansen i region Øst. Vi vil passe på at alle som melder seg på konferansen i Oslo får beskjed om ending av hotell.

Målgruppe:
Helsepersonell i spesialist- og kommunehelsetjeneste, personer med MS, pårørende og andre interesserte.

Målsetting:

Gi deltakerne innsikt i hva kognitive utfordringer er, og gi dem eksempler på hvordan få en enklere hverdag.

Informasjon om påmelding kommer i MS-bladet som går ut i løpet av 2 uker.

Likemannsarbeid 2010

Oppfølgingskurs for sertifiserte likemenn

Kurs for de som har vært likemenn i tre år arrangeres til våren, og det er nettopp sendt ut brev til likemennene med kopi til lokallagslederene i de foreninger.

Kursene vil bli 16. -18. april og/eller 7. – 9. mai avhengig av antall påmeldte.

Kurs for nye likemenn (både pmMS og pårørende)

Det er fortsatt foreninger som ikke har likemenn i det hele tatt, mens andre har så stor aktivitet at de ønsker å ha flere likemenn. Generelt så trenger vi spesielt likemenn for unge og pårørende, men også andre der det ikke er noen fra før. Så se allerede nå etter ”den gode likemann” – personer som egner seg til å bli likemenn (les kriterier for å bli likemann i likemannsveilederen). Har du den ikke, så finns den på www.ms.no eller be om å få den tilsendt – kontakt vårt sentralbord på tlf. 22 47 79 90.

Eget brev med påmeldingsslipp vil bli sendt ut i september.

Kurset gjennomføres 19. – 21. november 2010 (fra kl. 17.00 fredag – kl. 13.00 søndag).

Er det noe dere lurer på - eventuelt om dere ønsker hjelp til å finne en likemann, så ta kontakt med Gurli på tlf. 22 47 79 95. Hun kan også henvise til foreninger som satser på likemannstjeneste og får det til.

MS-telefonen 22 42 45 45 – betjent mandager 11.00 – 15.00 og onsdager 17.00 – 21.00

Siden slutten av september har tjenesten vært betjent. Det har ikke vært veldig mange telefoner, men erfaringen fra andre organisasjoner viser at det tar tid og opparbeide tjenesten. Vi ønsker å drive tjenesten et år til, før vi evt. vurderer å utvide med telefonvakt for pårørende og flere personer med MS. Det er i dag 8 personer som på skift betjener telefonen og to vikarer (alle har MS). Det var bare en pårørende som meldte seg til å være telefonvakt for pårørende da vi startet. Trenger dere flere "visitt-kort" med MS-telefonen for å markedsføre den forskjellige steder, så er det bare å kontakte sentralbordet tlf. 22 47 79 90.

Ny likemannstjeneste – Likemannsgruppe på telefon

En av våre erfarne likemenn Gunn-Berit Olsen, Harstad og omegn MS-forening skal prøve ut en gruppe på telefon. Det foregår på den måten at hun benytter MS-forbundets telefon-møtenummer, så det vil ikke være noen kostnader forbundet med tjenesten. Samtidig kan det være et tilbud til folk som av forskjellige årsaker har vanskelig for å komme seg ut for å delta på en fysisk likemannsgruppe, eller det er så langt å kjøre at det av den grunn er umulig. En liten annonse om det kommer nå i MS-bladet som kommer ut om to uker. Fint

om dere kan markedsføre det på medlemsmøter

Prosjekt: Brukerrepresentasjon

MS-forbundet er med i et samarbeidsprosjekt om brukermedvirkning, sammen med Epilepsiforbundet og Parkinsonforbundet. Det startet allerede i begynnelsen av 2009 med en kartlegging av brukerrepresentanter. Det var ca. 50 personer som meldte inn at de er brukerrepresentanter i et eller annet offentlig utvalg. Det er Epilepsiforbundet som har prosjektlederen, og grunnet skifte av prosjektleder tre ganger, så har prosjektet blitt forsinket flere ganger. På siste møte for en uke siden ble det bestemt at det skal arrangeres kurs i april, så vi regner med at vi snart sender ut invitasjon til dem vi har kartlagt så langt. Ønsker dere mer info, så ta kontakt med Gurli på tlf. 22 47 79 95.

Rettighetstelefon

MS-forbundet har opprettet en rettighetstelefon hvor personer med MS og pårørende kan få råd og veiledning. Telefonen betjenes av Bente Skog som er klinisk sosionom og par- / familieterapeut. Telefonen er betjent mandag er kl.16.00 -19.00. Mobil: 44 21 85 39.

Grasrotandelen – nye muligheter i 2010

De fleste av dere er godt i gang med å markedsføre Grasrotandelen lokalt. Dette er en god inntektskilde og mange av dere har allerede mottatt Grasrotmidler til foreningen.

For å lykkes i dette arbeidet er dere helt avhengig av å markedsføre lokallagets registreringsnummer (grasrotnummer). En oversikt over disse numrene finner dere på våre nettsider. Lag små visittkort og plakater, del ut informasjon så ofte dere kan.

Vi bistår gjerne om noen av dere har behov for litt hjelp for å komme i gang. Dere finner dessuten masse informasjon om dette på www.grasrotandelen.no.

Tips til kursaktivitet i lokalforeningen

På fjorårets MS-konferanser var tittelen Levevaner ved MS. Et av temaene var MS og røyking.

Forskning har vist at røyking øker risikoen for å få MS, hvis man er disponert for det. Det viser både en svensk og en norsk studie. Selv om man ikke har studier som viser at MS blir forverret av røyking, så er det mange som vurderer å slutte og som trenger hjelp til det.

Hos fylkesmannen i det enkelte fylke sitter det egne folkehelserådgivere som har oversikt over lokale røykesluttkurs og over lokale kursledere som kan kontaktes

Man kan da gå inn på www.tobak.no for å finne materiell, kursmanualer osv.

For mer informasjon er det også mulig å ta kontakt med Helsedirektoratet ved

Sigrud Skattebo på
sigrud.skattebo@helsedir.no

Det kan arrangeres som studiering, og for å få hjelp til å søke om penger til det, så kan Lise Johnsen i MS-forbundet kontaktes på lise@ms.no eller tlf 22 47 79 99.

MS- prisen

MS-prisen 2010 skal deles ut på MS-dagen. Styret i MS-forbundet ønsker å engasjere lokalforeningenes styrer til å sende inn forslag til kandidater til MS-prisen 2010.

Formålet for MS-prisen:

Å rette oppmerksomhet mot MS-saken.

Hvem kan tildeles prisen: Prisen tildeles personer som har utført handlinger MS-forbundet ønsker å uttrykke takknemlighet for og / eller sette fokus på

Som dere ser er formålet meget åpent. Det betyr at dersom dere har en kandidat som har gjort en innsats for MS-saken vil vedkommende kvalifisere til å være en kandidat. Vi ber om at dere skriver en begrunnelse for hvorfor deres kandidat bør få MS-prisen

Forslag på kandidat må være sendt MS-forbundet innen 1.mai 2010.