

Nyhetsbrev fra Nord-Gudbrandsdal MS-Forening.



☺ Nord- Gudbrandsdal MS-forening har for tiden 57 medlemmer og har de siste 2- 3 årene hatt mye aktivitet. Vi ønsker å nå flest mulig, både de som er rammet av MS, pårørende og ikke minst en viktig gruppe for oss; helsepersonell.

☺ Vi avholder jevnlig medlemsmøter, sosiale treff, tema-dager og turer. Samt at vi har jevnlig kontakt med medlemmer via internett og sms. Tilbakemeldinger vi har fått sier at folk ønsker kontakt og de sier det er godt at foreningen er der. Kontaktpersonene i kommunene er

Lom og Skjåk	Mari Teigum	909 70 694	
Sel og Vågå	Hilde Bjerknæs Vik	916 95 447	61 23 12 77
Dovre og Lesja	Linda Berntsen	993 55 996	
Sør- og Nord-Fron	Per Arne Grø	920 92 571	

☺ 22.05 Milano kafé (gamle Svendsens kafé) Hundorp, Kl. 12.00. Da kommer MS-sykepleier Kristin Flø, fra sykehuset innlandet. Hovedtema for dagen er;

"Det gode liv..."

Kristin vil si noe om Ms-sykdommen til å begynne med. Etter hvert snakker vi og tenker høyt om hvordan det er å leve med denne sykdommen. Det går an å ha et godt liv med MS. Håper du vil dele erfaringer og stille spørsmål, slik at vi kan knytte erfaringer,

opplevelser og kontakter videre. Vi håper at så mange som mulig deltar denne dagen. Kristin har mye kunnskap om MS

☺ MS-konferansen i Oslo: Tiltak for en bedre hverdag.

MS-konferansen i region øst går av stabelen fredag 4. april på Radisson SAS Scandinavia Hotel i Oslo. Den er åpen for helsepersonell, personer med MS og andre interesserte. <http://www.ms.no/cgi-bin/msforeningen/imaker?id=18964>

☺ Et lærings- og mestringskurs for pasienter med multippel sklerose (MS) vil bli arrangert på nytt i vår. Det blir i Lom, og går over 3 dager. Ambulerende rehabiliteringsteam på Lillehammer står som arrangør.

God tilbakemeldinger både fra ms-rammede og fra pårørende er en av årsakene til at man arrangerer kurset på nytt.

Kurset passer både for de som nettopp har fått diagnose og for de som har hatt det lenge.

☺ Veileder i rehabilitering av mennesker med progredierende nevrologiske sykdommer

http://www.helsetilsynet.no/upload/publikasjoner/veiledningsserien/veileder_rehabilitering_progredierende_nevrologiske_sykdommer_ik-2716.pdf

Rehabilitering i kommunene er en viktig og lovbestemt oppgave i samarbeid med spesialisthelsetjenesten. Denne veilederen har vi funnet kan være et nyttig redskap i hvordan dette skal være.



☺ Vi er så heldige at vi har en likemann. Hun heter Marit Våge og bor på Lesja. En likemann er en person med MS/pårørende/venn til en som har MS, og en likemann har gått på kurs i likemannsarbeid, som handler om erfaringsutveksling. For å bli likemann må man ha et gjennomarbeidet og reflektert forhold til sin egen MS, og være i stand til å dele erfaringer, lytte og vise omsorg for andre pårørende/venner.

Hun kan treffes på tlf; 6124 5228 og mail; marit.vaage@traasdahl.no

☺ Hjemmesida vår inneholder mye informasjon <http://www.ms.no/nordgudbrandsdal>

Vennlighilsen Styret i Nord-Gudbrandsdal MS-Forening

Linda Berntsen