

ÅRSMELDING FOR Nord-Gudbrandsdal MS-forening

Perioden 1.1.2009-31.12.2009

Foreningens styre i perioden

Leder	Hilde Bjerknes Vik
Nestleder	Linda Berntsen
Sekretær	Mari Teigum
Kasserer	Ragnhild Bakkom
Styremedlem	Minni Bråten
Styremedlem	Anita Skjellen
1. varamedlem	Elinor Rudidalen
2. varamedlem	Ingrunn Skar
Valgkomité	Jarnfrid Aurmo, Hjørdis Sveigdalen Bente Moen
Revisor	Gunn Myrhaugen

Medlemstall pr 31.12 2009 er 60 medlemmer

Foreningens aktiviteter i 2009**Møtevirksomhet****Styrets arbeid** Det har vært avholdt 4 styremøter og behandlet 16 saker**Årsmøte** ble holdt på Grand Gjestegård på Otta 5. mars 2009
Årsmeldingen og regnskapet ble opplest og godkjent.**Medlemsmøter**

Torsdag 5. mars	Årsmøte, Grand Gjestegård Otta
Tirsdag 26. mai	Medlemsmøte i Fron på Sødorp Gjestegård Vinstra. Ergoterapeuten i Nord-Fron kom og snakket om energiøkonomisering og viste fram småhjelpemidler.
Tirsdag 22. sept	Medlemsmøte Lom/Skjåk på Frivjugsentralen i Skjåk. Tema: Er det INGENTING som hjelper mot fatigue ??? Vi ser en DVD og deler erfaringer
Torsdag 19.nov	Temamøte: Min Psykiske Helse Frichs kafeteria Dombås. Vi fikk besøk av psykiatrisk sykepleier i Dovre kommune, Leena Kaarbø. Leena snakket om det å leve med MS og ikke minst mestringsstrategier

Vi har satt opp drosje til medlemsmøter for rullestolbrukere som ikke har mulighet til annen transport, drosjene har også muligheter til å ta med andre som skal til medlemsmøtet. Ta kontakt med lederen i styret om du trenger transport.

Andre aktiviteter

Lørdag 8. august Dagstur til Lesja
2 medlemmer har vært med på 2 samlinger for unge med MS
1 medlem har vært på likemannskurs
Lederen har vært på Ledermøte
Salg av Skrapelodd ril inntekt for Lokalforeningen og MS-forbundet

Informasjon om MS til 3 grupper elever til elever på Helsearbeiderlinja på Nord-Gudbrandsdal Vidaregåande skole avd Otta og ambulanspersonell i Dovre

Kontakt med lokalavisene

Leserbrev i forbindelse med MS-dagen om Universell utforming

Leserbrev og intervju om Grasrotandelen
Intervju om Hjelpemidler i forbindelse med møtet i Fron
Intervju og leserbrev der vi takket de som støtter oss med Grasrotandelen
Forhåndsomtale om møtet på Dombås

Dessuten har det også vært reportasje om en ung bonde som satser tross sykdom.

Lokale aktiviteter

Det har i 2009 vært ca 10 lokale treff i Skjåk, Otta, Fron og Dombås.

Aktivitetene i 2009 har vært en blanding av forskjellige aktiviteter. Vi har få medlemsmøter, og uformelle treff i de forskjellige kommunene. Oppslutningen har vært litt blandet. De lokale arrangementene er helt avhengig av lokale kontaktpersoner som stiller opp og kaller sammen til treff, og dette er også det mest praktiske når det gjelder å finne møtested og møtetidspunkt. I Nord-Fron har vi endelig funnet et lokale som passer oss godt. Frivillighetsentralen stiller med et fint møterom i et gammelt laftet hus. Ekstra koselig er det at de har tent opp i en stor gammel peis. Medlemmer fra vår forening har deltatt på kurs for unge inspiratorer. Dette var 2 helgekurs som MS-forbundet hadde fått støtte til gjennom Helse og Rehabilitering. MS oppstår gjerne i ung alder. Mange kan jo da få plager som er usynlig for andre. Derfor kan det være nyttig og nødvendig "å utdanne" unge. Disse kan være en døråpner for andre unge med MS.

På landsmøtet i 2007 ble det bestemt at det skulle organiseres **et lotteri**. Hvert medlem fikk skrapelodd for 500 kr som de skulle selge. Lokalforeningen ville få halvparten av overskuddet. Det var mulig å sende loddene tilbake og det ble sendt med en returkonvolutt. For vår forening var prosenten for retur ganske høy. Det er ikke alle som kan komme seg ut og selge lodd, og terskelen for å selge lodd har vært ganske høy. Dette forstår vi og respekterer fullt ut.

Vi er veldig glad for å få en **ny likemann**. Elinor Rudidalen har vært på Likemannskurs og er sertifisert som likemann i MS-forbundet.

Nord-Gudbrandsdal MS-forening har **hjemmeside** <http://www.ms.no/nordgudbrandsdal/>
Vi har også nettopp kommet på **facebook**, her må du registrere deg, så søker du på Nord-Gudbrandsdal MS forening

Grasrotandelen gir oss muligheter

Vi vil med dette rette en stor takk til alle som støtter oss via Grasrotandelen. Vi har per i dag 54 støttespillere blant medlemmer og andre. Vi vet ikke hvem dere er, så derfor gir vi dere her en kjempestor takk. Og vi har per 31.12 2009 fått inn ca 9500 kr. Dette vil vi bruke til beste for medlemmene våre. Gi oss et hint hvis det er et kurs du vil på eller har et forslag til aktivitet.

Handlingsplan 2010

4 medlemsmøter
Lokale treff i samarbeid med medlemmene
En åpen likemannsgruppe i Fron
Undersøke om det er interesse for Selvhjelpsgrupper og evt sette i gang med dette
Teaterforestillingen Peer Gynt og middag på Gållå
Være synlig i lokalmiljøet

Otta 1.2. 2010

Hilsen Styret v / Hilde Bjerknes Vik