



Bilde; Hilde B. vik

## Nyhetsbrev vår 2011.

**msforbundet**  
Nord-Gudbrandsdal  
MS-forening

**Nå** kan vi vel se og kjenne etter våren. En lang vinter går mot slutten. Da titter vi frem fra våre huler, myser mot solen som gir oss god energi. Et nytt brev får du av lokallaget ditt, håper det gir deg nyttig informasjon som du kan bruke.

**Årsmøte** avholdes på Nordlandia Otta Hotell onsdag 23. mars kl. 18.30

Ta kontakt om du trenger skyss.

**Åpen**, Gammelbanken, Vinstra. 1. April kl.12.00

**MS-Konferansen.** Tema i år er; "Vannlatingsproblemer? Det finnes muligheter." Oslo Airrport hotell Gardermoen 12. mai. Påmelding 12. april hos; [kari@ms.no](mailto:kari@ms.no) eller

tlf 22 47 79 90

Deltageravgift; 350,- medl. som lokallaget dekker, og 800,- ikke meld.

**Humor & Mestring.** Tema møte på Vinstra 19. mai 2011. Gammelbanken.

Dokumentarfilmen MS/Berntsen vises, og Linda vil være tilstede for å fortelle og svare på spørsmål.

### **Vi reiser til Lom i september.**

Årets tur går til Lom lørdag 17. september. ”Fossbergom står fram som ein tettstad med særpreg, og politikarane i Lom har heile tida lagt stor vekt på byggeskikk og lokale tradisjonar” reklameres det med på hjemmesida til Lom Kommune. Her er det mye å se på. Vi har fått en lov om Universell utforming, det er nok en utfordring for mange og ikke bare for Lom. Denne loven får vi høre mer om. Vi avslutter dagen med en middag på Fossheim Hotell. Mer om påmelding og program kommer senere

**Barn & MS & Familie.** Dette blir tema i høst i Lesja/Dovre. Du vil få mer nyttig info om dette etter hvert som styret jobber med temaet. Kom gjerne med innspill og ønsker.

Vi setter fokus på hvordan det er å ha en mamma eller pappa, eller et søsken med MS.

### **Grasrotandelen.** Har du spilt Lotto eller tippet?

Vi er veldig glad for pengene dere har bidratt med gjennom Grasrotandelen ☺.

Pengene bruker vi til beste for medlemmene. I vår var 3 medlemmer på kurs i regi av MC-forbundet. I høst har 1 medlem deltatt på brukerkurs. Som medlem i MS-forbundet kan du velges som brukerrepresentant i det kommunale Rådet for mennesker med nedsatt funksjonsevne. **Grasrotandelen gir oss store muligheter.**

Det er ikke for sent for deg eller for noen du kjenner å knytte dere til Nord-Gudbrandsdal MS-forening nå. Dette kan du gjøre hos tippekommisjonæren eller på [denne siden](#) på internett. Du kan også laste ned en App fra app.com og søke på norsk tipping.

**Hjemmesiden vår.** Gå inn på [www.ms.no](http://www.ms.no) og under fanen lokallag finner du Nord-Gudbrandsdal. Her ligger info om møter og arrangement. Kunne du tenke deg å ha være med å ha ansvar for hjemmesiden vår? MS-forbundet anbefaler at minst 2 i foreningen kan dette. Det er morsomt og enkelt arbeid. Nytt kurs i Oslo 29. mars. Ta kontakt med Hilde.

Vi har også en gruppe på facebook. [www.facebook.com](http://www.facebook.com) Nord-Gudbrandsdal MS-forening. Der legger vi også ut info om møter og arrangement



# Møt ung-kontakten

Magnhild  
Teígum!

Jeg er Magnhild og bor i Skjåk sammen med familien min som består av; Kai som er samboeren min og fem flotte unger.

Til daglig jobber jeg som resepsjonist, servitør og "alt-mulig-dame" på Skjåk Turistheim.

## Bok & Film.

Skulle jeg nevne forfatter måtte det bli Isabel Allende, Jean M Auel, Magnhild Bruheim.

Leser gjerne Se og Hør eller andre ukeblader også.

Jeg ser gjerne filmer som ikke trenger mye konsentrasjon. Da kan det gjerne være drama og humor i den. Men har jeg det stille rundt meg kan jeg se nesten hvilken som helst film. Jeg er veldig lettrørt, og lever meg fort inn i filmene.

## Barn & Fritid.

I og med at jeg har fem barn, så er det de tiden går med på. Skulle gjerne hatt tid til å engasjere meg mer i Ms gruppa, men tiden er ikke helt på min side til det per i dag. Har vært på de kursene jeg har fått tilbud om å være med på, og det har vært svært lærerikt. Ellers forsøker jeg å stille opp på de møtene som er. Skulle ønske jeg var en pådriver til å få i gang mer her i norddalen, men her er det tiden som spiller inn.

## Mat & Drikke.

Uff... Jeg er ikke så glad i å være på kjøkkenet. Jeg bruker på å si at jeg er en hverdagskokke, men, jeg kan glimte til en sjelden gang med en bedre middag, kake ( til bursdager ) eller litt mer tidkrevende mat.

Jeg reiser gjerne/helst til; Familie og venner hvor de nå bor. Ellers har jeg et stort ønske om en hytte på fjellet, men så var det å finne de riktige lottotalle da...

## *Hvorfor trenger vi en forening som vår?*

"Foreningen trenger vi for å komme nærmere svar på spørsmål som dukker opp etter å ha fått diagnosen MS. Å se at vi ikke er alene og å se muligheten til å komme i kontakt med andre i samme situasjon er noe vi finner gjennom foreningen. Foreningen er den som kan gi oss mer kunnskap og informasjon om sykdommen."

*Hva synes du er bra/viktig med å være medlem i ms-foreningen?*

”Jeg meldte meg inn først og fremst for å få se hva MS er, og for å akseptere at det var denne sykdommen jeg fikk. Jeg tror at vi alle før eller siden får ett eller annet, så hvorfor ikke MS? Å være medlem er å få informasjon. Det er også en kanal til andre som får sykdommen. Kanskje er vi med på å ”ufarliggjøre” sykdommen? Mange tror MS syke bare sitter i en stol, men vi fungerer da fortsatt til mye, selv i rullestol. Og det er mange som fungerer som friske mennesker. Stadig forskninger på MS er med på å gjøre hverdagen lettere for mange. Som medlem får vi den informasjonen mange leger ikke sitter med.”

Barn & MS.

*”Jeg er et bevis på at det går fint å ha barn selv med MS!”*

Jeg tror ikke det hadde blitt fem barn om jeg hadde vist at jeg hadde MS før jeg ble gravid. Da hadde jeg nok tenkt meg om mange ganger før jeg eventuelt hadde valgt å få et barn. Så bra er det at jeg ikke viste noe før jeg var på veg med de to siste. Kanskje hadde det blitt med ett eller to... Selv om jeg har fullt opp med barn, jobb, hus, fritidsaktiviteter, så har jeg også tid for en prat. Om det ikke passer der og da, ringer jeg gjerne opp igjen. Ønsker alle en fin tid fremover. Vet det er mange som lengter etter sommeren, nå er den nærmere dag for dag.  
Varme senvinterhilsen fra

Magnhild.



Bilde; Linda Berntsen

"Rør ikke ved mitt hjerte i dag,  
våren har gjort det alt. "

Inger Hagerup

**Kontaktpersoner;**

Sel/Vågå	Hilde Bjerknes Vik	91695447	Leder
Fron	Elinor Rudidalen	415 40 407	Likemann
Dovre/Lesja	Linda Berntsen	993 55 996	Nest-leder
Lom /Skjåk	Aud Kvamme	990 41 361	
	Magnhild Teigum	414 51 499	Ung-kontakt