

MØTEDAGER / AKTIVITETER FOR TELEMAR MS - FORENING I 2024

Dato	Tema	Aktivitet	Sted
30. Januar	Hvordan påvirker fysisk aktivitet oss? Hvordan komme i gang «over dørterskelen»?	Foredrag v/Sara Lundin	Pors klubbhus kl.18.00
27. Februar	Årsmøte m/valg	Ide dugnad etter årsmøtet.	Pors klubbhus kl.18.00
2. April OBS dato pga påske!	MS-Teamet fra Sykehuset Telemark kommer og informerer.	Info rundt forskning/nyheter	Pors klubbhus kl.18.00
30. April	Hvordan redusere konsekvenser av kronisk sykdom? Samspill mellom kropp og sinn	v/Spesialist i klinisk psykologi Jon Haug	Pors klubbhus kl.18.00
25.-26. Mai	Tur til Thon Hotell Opera i Oslo Hver og en kommer til Oslo på egenhånd. Middag m. dessert er inkludert og serveres 19:00 Mer informasjon kommer på e-post og Facebook	1000,- pr person. Bindende påmelding til: Kari Lie: 903 61 779 Betaling og påmelding innen 20 april! Kto: 2670. 34. 33064 Vipps 111443 Husk navn!	Dronning Eufemias gate 4 0191 Oslo Tlf nr 24 10 30 00
27. August	Fra arbeidsmaur til ufør	Tove Midtbø forteller om sin erfaring: Fra en aktiv hverdag til et liv som ufør	Pors Klubbhus kl. 18.00
Lørdag 31. August	Vi markerer Nasjonal MS-Dag. FAMILIEDAG med grilling for store og små, med og uten familie	Mer informasjon kommer på e-post og Facebook	Skien Fritidspark kl. 13-16
24. September	Hygea Porsgrunn Butikk med medisinske og ortopediske artikler.	Hva kan de hjelpe våre medlemmer med?	Pors klubbhus kl. 18.00
29. Oktober	Informasjon fra MS-forbundet	Generalsekretær Magne W. Fredriksen	Pors klubbhus kl. 18.00
Oktober eller November mnd	MS – konferansen Tema og dato: Ikke fastsatt ennå	Informasjon og bindende påmelding til: svein.heibo64@gmail.com SMS tlf: 97 08 20 69	Sted: Langesund Info kommer her: http://telemarkms.no
26. November	Julebespisning	Siri dekker på med sin fantastiske julemat 😊 Husk: Overnatting for dem med lang reisevei	Pors Klubbhus kl 18:00

Alle møter som er på Pors klubbhus i Porsgrunn starter kl.1800.

Møtene er den **siste tirsdagen** i hver måned med enkel bevering og loddsalg.

Telemark er ett stort fylke. Bor du/dere langt unna og har lang reisevei?

Ta kontakt med en i styret - så kanskje vi kan ordne en overnatting ifbm medlemsmøter

Snu ark for mer info !

Familiemedlemskap:

Ved ett betalt familiemedlemskap så får også pårørende, med lik adresse som hovedmedlemmet, våre arrangement til medlemspris. Har du behov for hjelp og har et ledsagerbevis utstedt av kommunen? Da kommer ledsager med på våre arrangement også til medlemspris.

Bindene påmelding:

Til arrangement med påmelding, vil vi se oss nødt til å fakturere den enkelte for den faktiske kostnaden dersom de ikke stiller opp som avtalt.

Grasrotandel:

Vi er med i Grasrotandelen til Norsk Tipping, org.nr. **883530632**. 7% av det du spiller for går til Telemark MS-forening uten at det koster deg noe. Kommisjonæren hjelper deg med å finne Telemark MS-forening i tippe-oppsettet.

Kontonummer til Telemark MS-forening:

2670.34.33064

VIPPS:

111443

E - post adresser

For å kunne nå ut til alle medlemmer med informasjon er vi avhengig av oppdaterte e-post adresser. Dette forenkler styret sitt arbeid. Dere uten e-post adresse vil kun få informasjon en gang pr år i form av møteplan og julekort. Får du ikke e-post? Send rett e-post adresse til: telemarkmsforening@outlook.com

Facebook

Foreningen vår har en hemmelig FB gruppe. I FB gruppa blir det lagt ut fortløpende informasjon fra MS-forbundet og vår egen forening. For å bli lagt til som medlem her i denne FB gruppa:

Legg til Torbjørn Laundal som venn.

Så legger han dere til som medlem i Telemark MS-forening sin FB gruppe.

Se vår hjemmeside:

<http://telemarkms.no>

Trenger du noen å prate med?

Ungkontakter (for dem under 40 år) er :

Torbjørn Laundal tlf: 924 50 005

e-post: tobben@gmail.com

Likepersoner

for dem med MS:

Svein Olaf Heibø tlf : 97 08 20 69

Ine Holm Knudsen tlf : 99 26 59 87

Halvor Bjørkum tlf: 466 69 829

Torbjørn Laundal tlf: 924 50 005

for pårørende:

Gun Inger Heibø tlf: 900 38 999

Hilsen styret i Telemark MS-forening