

## Grunnlagsåret 2025

### ÅRSMELDING FRA LOKALFORENINGENE

**Lokalforening/region:**  
**ROGALAND MS-  
FORENING**

**Kommunetilhørighet:**  
**Alle kommuner i  
Rogaland**

**Fylkestilhørighet:**  
**Rogaland**

**Dato for valg av styret i lokallaget som satt  
den 31. desember 2025: 10.02.2025**

**Styret er valgt for perioden:  
10.02.2025 – 18.02.2026**

#### Navn og adresse på styrets medlemmer pr. 31. desember 2025:

|                              |                                                                        |
|------------------------------|------------------------------------------------------------------------|
| Leder:                       | Therese Wammeli Johannesen                                             |
| Nestleder                    | Åse Kristine Skjæveland                                                |
| Sekretær                     | Aina Kathrin Orø Halvorsen                                             |
| Kasserer                     | Helle Hørdum Svensen                                                   |
| Styremedlem                  | Even Soldal Jensen                                                     |
| Varamedlem 1                 | Elisabeth Ottestad                                                     |
| Varamedlem 2                 | Maren Orstad – Trakk vervet sitt tidlig 2025                           |
| Ungkontakt                   | Even Soldal Jensen                                                     |
| Revisor                      | Ernst Herredsvela og Oddbjørn Tengesdal                                |
| Stiftelsen RK/MS             | Siri Katrine Malde og Therese Wammeli Johannesen                       |
| G. og E. Mathisens Stiftelse | Siri Katrine Malde                                                     |
| Rep. Region Vest             | Helle Hørdum Svensen og Therese Wammeli Johannesen<br>(ikke gjenvalg). |
| Rep. LMS SUS                 | Therese Wammeli Johannesen                                             |
| Kontaktlikeperson            | Therese Wammeli Johannesen                                             |
| Rep. sentralstyret           | Even Soldal Jensen                                                     |

## **Beskrivelse av aktiviteter som er gjennomført i løpet av året:**

2025 har vært et år med høy medlemsaktivitet i foreningen.

Faste kaffetreff, bli-kjent-treff, Qigong (meditativ avspenning og pusteøvelser), meditasjon, kransekurs, kurvfletting, pizzatreff, fast trening i Stavanger, Sandnes og Egersund, temakvelder, kino, familiedag i Kongeparken med mer. Flere av aktivitetene ble testet for første gang i 2025, hvorpå vi ser at etterspørsel og antall deltakere tyder på at dette er tilbud vi bør satse mer på i 2026.

Vi arrangerte også Kick-Off for alle Rogaland med stor suksess. Her med workshop og foredrag innen hukommelse, sjiraffspråket/kommunikasjon og forskning på MS samt nye behandlingstilbud. Felles middag, quiz og sosialt la til rette for en svært hyggelig kick-off. Tilbakemeldingene er overveldende gode, hvilket har resultert i at vi ønsker å videreføre dette for 2026.

## **Samarbeid med LMS og SUS**

Therese Johannesen er kontaktlikeperson ved SUS og holder dialog med nevrologisk dagpost og LMS (læring og mestringssenteret). I den anledning har hun deltatt på to kurs (vår og høst) som går over to dager i regi av LMS ved SUS, for ny diagnostiserte med MS. På kurset stiller også nevrolog, sosionom, spesialist sykepleiere, fysioterapeut som alle tar opp tema innen sitt fagfelt relatert til MS. Therese har bidratt med informasjon om foreningen og erfaren bruker innlegg på kurset. Foreningen opplever at kursene er en god arena for rekruttering av nye medlemmer, og vi får flere innmeldinger etter hvert kurs.

## **Temadager/Temakvelder**

Temadagene/kveldene har blitt populære. Kjennetegn for disse arrangementene er at det skal være faglig høyt fokus hvor vi har med oss fagpersonell fra ulike fagområder, slik som: kognitiv terapi, psykisk helse, forskningsmiljøet, og spesialisthelsetjenesten for å nevne noen. Hovedintensjonen med disse temadagene er å gi deltakerne gode mestringsstrategier for økt livskvalitet, økt kunnskap om diagnosen, herunder: symptomer, sykdomsutvikling, forskning, behandling, rehabilitering og habilitering for å nevne noe, både for den med MS og dens pårørende. Vi har også innført hobbybasert temakvelder, dette for å inspirere til hyggelige fritidsaktiviteter for mestring og glede i hverdagen.

## **Tema i 2025:**

- 1. Tema 12. mai: Ortopediske hjelpemidler med foredrag ved psykolog Benjamin Silseth.**
- 2. Temakveld: MS og tilrettelegging i arbeid og skole.**
- 3. Temakveld: Vår i hage og på balkong.**

## **#treningsglede**

Treningstilbudet til våre medlemmer, i Stavanger, Sandnes og Egersund, er svært populært. Tilbakemeldingene vi får fra deltakerne er at dette er et tilbud som ikke bare gir god fysisk helsegevinst, men også god psykisk helsegevinst. Samholdet, mestringsfølelsen og personlig utvikling står høyt. Treningstilbudene har vært en medlemsfordel i Rogaland MS-forenings siden første trening 15. mai 2017. Det er ukentlig trening, med noen unntak grunnet ferier og lavsesong.

## **Ung med MS**

Ung-gruppen har et variert tilbud av aktiviteter jevnt fordelt utover året.

Det er en jevn tilstrømning av nye ansikter, som tar kontakt og etter hvert stiller opp på de aktivitetene som avholdes. Gruppen viser forskjellige interesser, noen liker best å møtes rundt aktivitet, andre møtes helst ved roligere omstendigheter som middag og spillekvelder.

Ca. 35-40 forskjellige medlemmer har møtt på de ulike aktiviteten avholdt i 2025. Noen en gang, andre flere ganger.

## Voksen med MS 40+

Ved oppstarten av gruppen Voksen med MS ble det raskt interesse for å bli medlem i den lukkede FB-gruppen, slik vi har sett de siste årene i tilsvarende gruppe: ung med MS. Gruppen har nå 173 medlemmer. Det er en jevn tilstrømning av nye ansikter, som tar kontakt og etter hvert stiller opp på de aktivitetene som avholdes.

## Julekalender 2025

Med inspirasjon fra Haugaland MS-forening som for noen år siden startet med salg av julekalender, fikk vi i 2023 endelig anledning til å selge vår egen julekalender.

I 2025 solgte vi på ny julekalender, og grunnet mye annet arbeid var vi noe sent i gang på året med å kontakte mulige givere. Vi ble nok en gang positivt overveldet over givergleden bland de vi kontaktet. Mange lokale firma ønsker å kunne bidra i slike gode tiltak for å støtte lokale pasientorganisasjoner. I tillegg så er dette en fin måte for de å kunne få litt ekstra reklame.

## Oversikt på solgte kalendere:

**2023: 277 kalendere**

**2024: 211 kalendere**

**2025: 347 kalendere**

Styret er veldig takknemlige og glade for alle som har deltatt og bidratt gjennom 2025. Jobben som gjøres er for å gi våre medlemmer opplevelser, faglig påfyll og en trygg arena der man kan gjøre erfaringsutveksling med likesinnede og skape nye relasjoner og bekjentskap. Dette er også årsaken til at vi ønsker å ha enda mer fokus på at våre arrangementer er en medlemsfordel for de som har betalt sin medlemskontingent. Arrangementer der vi åpner opp for deltakelse for personer uten medlemskap vil ikke lenger ha reduserte priser, da det er medlemmene våre som skal ha fordelene med sponsede og sterkt reduserte priser.

Vi opplever dessverre fortsatt at mange melder seg på aktiviteter uten å varsle frafall. Dette gir foreningen unødvendige økte utgifter og mindre midler å bruke på andre aktiviteter. Foreningen forplikter seg til betingelsene for våre bookinger av arrangementer, der det er tidsfrister for reduksjon og avbestillinger. Styre oppfordrer derfor alle medlemmer som melder seg på aktiviteter til å være flinke til å varsle ved frafall.

Stavanger 23/01/2026

Leder, Therese M. Wammeli Johannesen

Dato: 23/01-2026

Underskrift:   
Leder