

# Namdal Parkinsonforening

## Innkalling til årsmøte 2024



Det innkalles til årsmøte for Namdal Parkinsonforening på kantina i Næringshagen(NA-bygget) lørdag 3.februar 2024 kl.12.00.

### Sakliste:

1. Åpning
2. Godkjenning av innkalling og sakliste
3. Valg av møteleder, sekretær og 2 til å underskrive protokoll
4. Årsmelding for 2023
5. Regnskap for 2023 med revisors beretning
6. Arbeidsprogram for 2024
7. Budsjett 2024
8. Valg
9. Valg av utsendinger til fylkesårsmøte fre.08.03.2024
  - 3 delegater velges fra NPF
10. Innkomne saker
  - Saker som ønskes behandlet på årsmøtet må være kommet til styret innen 27.januar 2023.

Styreleder orienterer om aktuelle saker.

Som vanlig blir det utlodning, ta gjerne med en gevinst.

Det serveres gryterett, kaffe og kake.

Påmelding innen 28.januar til Siri Aune tlf eller sms 90208355

Velkommen!

# Årsmelding for NPF 2023

Styret har bestått av:

Leder: Siri Aune

Nestleder: Harry Paulsen

Sekretær: Linda Hansen Ekrem/ Ingunn Henriksen

Kasserer: Paul Albert Selnes

Styremedl: Jon Heir

Styremedl: Ketil Vinje

Styremedl: Johann Smines

Varamedl: Linda Hansen Ekrem

Varamedl: Ingunn Henriksen

Valgkomite: Jan Vold og Svein Arild Rye

## Medlemmer:

Pr.31.12.2023 hadde foreninga 82 medlemmer, fordelt på 51 hovedmedlemmer og 31 pårørende /støttemedlemmer.

Sammenligner vi med 2022 har NPF færre medlemmer, vi har 4 flere hovedmedlemmer og 8 færre pårørende/støttemedlemmer.

## Styremøter:

Det er avholdt 4 styremøter.

## Årsmøtet 2024:

Årsmøtet ble avholdt i Namdalshagen 11.februar 2023 kl.13.00, med 22 fremmøtte.

## Årsmøte i Trøndelag Parkinsonforening:

NPF deltok med 3 medlemmer som hadde stemmeberettiget, Liv Røsdal, John Heir, Siri Aune og Ketil Vinje.

## Økonomi:

En av styrets prioriterte oppgaver var å forsøke å skaffe til veie friske midler via sponsorer og loddsalg. Styret via Harry Paulsen skaffet sponsorpenger og Ketil Vinje fikk en del fine premier til loddsalg. Til sammen utgjør dette at vi kan dra på turer, samt ha sammenkomster med bespisning og underholdning uten egenandeler for våre medlemmer.

### **Medlemsmøte:**

Vi har avholdt et medlemsmøte i Namsos der forventningene til alle fremmøtte var store. Det var fullt hus 29.mars da NPF i samarbeid med sykehuset Namsos hadde fått ordnet en avtale med overlege og nevrolog Anna Grav og parkinsonsykepleier Nina Nynes. Anna Grav fortalte om sykdomsutviklingen ved Parkinson. Nina Nynes formidlet parkinsonsykepleierens rolle ved en konsultasjon. Emner som riktig stemmebruk, fysiske øvelser og viktigheten med å ta med pårørende til konsultasjon på sykehuset ble belyst.

### **Sommerfest 17.juni**

Vår tradisjonelle grill og sommeravslutning ble etter 15 år flyttet til grillhuset på Spillum dampsg. Å arrangere sommeravslutning i Namdalen er alltid spennende med tanke på været, etter en måned med ustabil vær kunne vi ikke vært mer heldige med dagen. Det ble arrangert uhyøytidelige lagkonkurranser i boccia og krocket for de 23 fremmøtte. Vi hadde et aldersspenn fra 6-80 år på denne sommerdagen, håper den kan utvikles til å bli en flott familiedag. NPF og styret vil takke Coop Spillum for å ha stilt opp over år, med å sponse det meste av vår grillmat.

### **Medlemstur til Jøa:**

Det var en flott gjeng fra Namdal Parkinsonforening som dro på årets utflukt til Jøa 9.september 2023. Vi var 19 stykker som dro fra Namsos på formiddagen, vi ble guidet rundt Jøa og hadde en lengre spisepause på Faksdal brygge før vi dro hjem utpå dagen. Her var vi også svært heldig med været, dette måtte være årets siste sommerdag i Namsos med hele 21 grader.

## **Julelunsj på Lund:**

2.desember hadde vi vår tradisjonelle julelunsj på Lund, denne gangen var vi over 30 stykker som koste oss med god mat, musikk og underholdning.

## **Aktiviteter, trening og treffpunkt i Namsos:**

Trening på Træn mandager kl.09.30.	Kontaktperson:	Jon Heir	99524233
Logopedtrening mandager kl.11.00.	Kontaktperson:	Ketil Vinje	47606371
Kaffestund mandager kl.11.45	Kontaktperson:	Tove Rønning	97096584
Trening på Træn torsdager kl.09.00.	Kontaktperson:	Jon Heir	99524233
Trening i sal på Leka mandager	Kontaktperson:	Linda H. Ekrem	99697536
Fysiotrening på tirsdager på Leka	Kontaktperson:	Ingunn Henriksen	41140585

Siden mars 2022 har medlemmene hatt logoped trening hver mandag på kulturhuset, med logoped Laila Elverum. Treninga er har blitt et populært ukentlig samlingspunkt, der 8-12 personer møter opp på trening og en kaffekopp etterpå.

På Træn er det rundt 10-12 aktive medlemmer på nesten hver trening, de møtes 2 ganger i uka for trening og en hyggelig prat etter endt økt. Fysioterapeut Trond Gjørstad Larsen veileder og driver gruppa og enkeltindivider til å yte en ekstra innsats.

## Arbeidsprogram for 2024

Februar:	Årsmøte i Næringshagen 3.februar kl.12.00
Mars/april:	Medlemsmøte i Namsos-
Juni:	Grillfest på Spillum Dampsag- Jon, Liv
Mai eller August:	Sommertur- Harry
September/Oktober:	Medlemsmøte- i Namsos og på Rørvik- Linda.
November:	Julebord på Lundstua

### Faste aktiviteter:

Trening på Træn mandager kl.09.30.	Kontaktperson: Jon Heir	99524233
Logopedtrening mandager kl.11.00.	Kontaktperson: Ketil Vinje	47606371
Kaffestund mandager kl.12.00	Kontaktperson: Tove Rønning	97096584
Trening på Træn torsdager kl.09.00.	Kontaktperson: Jon Heir	99524233
Trening i sal på Leka mandager	Kontaktperson: Linda H. Ekrem	99697536
Fysiotrening på tirsdager på Leka	Kontaktperson: Ingunn Henriksen	41140585

### Prioriterte saker i 2024:

- Arbeide for å skaffe inntekt til foreninga ved loddsalg og egenandeler ved arrangement som koster penger.
- Høre med medlemmene hva de ønsker som tema på medlemsmøter.
- Høre med medlemmene vedrørende utflukter/turer.
- Forbedre vår hjemmeside og bruke den aktivt som informasjonskanal ut til våre medlemmer.
- Medlemsverving. Arbeide for å skaffe inntekt til foreninga ved sponsorbidrag
- Arbeide for å skaffe inntekt til foreninga ved å søke på tilskudd til ulike arrangement.
- Markere parkinsondagen, - 11.april.

## Budsjett Namdal Parkinsonforening 2024

### Inntekter:

Retur medlemskontingent	6 000,-
Kulturmidler/tilskudd	10 000,-
Grasrotandel	7 000,-
Momskompensasjon	5 500,-
Egenandeler	10 000,-
Loddsalg	20 000,-
Sponsorer/samarbeidspartnere	43 500,-
Sum	102 000,-

### Utgifter:

Godtgjørelse kasserer	5 000,-
Utgifter til regnskapsprogram	3 000,-
Medlemsmøter og årsmøte	15 000,-
Kostnader julebord	22 000,-
Kostnader styremøter	5 000,-
Grilldag/sommeravslutning	5 000,-
Dagstur/sommertur	25 000,-
Kostnader medlemsblad	14 000,-
Gaver	5 000,-
Diverse	2 000,-
Sum	102 000,-

## Valg av:

Valgkomiteen har lagt fram følgende forslag til innstilling.

### a. Styremedlemmer

Styrets leder:	Siri Aune	- velges for 1 år
Styremedlem:	Jon Marius Heir	- velges for 1 år
Styremedlem:	Harry Paulsen	- Ikke på valg
Styremedlem:	Ketil Vinje	- velges for 2 år
Styremedlem:	Liv Karin S. Røsdal	- velges for 2 år
Kasserer :	Paul Albert Selnes	- ikke på valg
Vara :	Linda Hansen Ekrem	- Ikke på valg
Vara :	Ingunn Henriksen	- velges for 2 år
Vara :	Johann Smines	- velges for 1 år

### b. Revisorer

Oddvar Rønning	- velges for 1 år
----------------	-------------------

### c. Valgkomite

Svein-Arild Rye	- ikke på valg
Jan Vold	- velges for 2 år