



Vestfold Parkinsonforening

## Forslag til



Vestfold Parkinsonforening

# Arbeidsprogram for 2020

### Foreningens hovedmål:

Arbeide for at foreningens medlemmer, de parkinsonrammede og deres familier, kan oppnå best mulig livskvalitet. Videre at flest mulig av de parkinsonrammede og deres familier i Vestfold får tilbud om de tjenester VPF og Norges Parkinsonforbund tilbyr.

### Vi vil arbeide for dette ved å:

- Tilby medlemmene varierte aktiviteter og arrangementer.
- Støtte forbundet i arbeidet med at alle deler av samfunnet tilrettelegger best mulig for parkinsonrammede.

### Arbeidsområder:

#### Videreføre aktiviteter:

- **Medlemsmøter:** 3 medlemsmøter, årsmøte, sommertur og julebord. På møtene legger vi vekt på parkinsonfaglig innhold og hyggelig sosial omgang.
- **Treningstilbudet:** Fortsetter med de samme treningsgruppene som i 2019, og følger opp initiativ til bedre treningstilbud og sosiale aktiviteter for unge parkinsonrammede.
- **Parkinsonskolen:** Samarbeide med Lærings- og Mestringscenteret (LMS) ved Vestfold sentralsykehus om å arrangere dette kurset vår og høst.
- **Likepersoner:** Fortsette å tilby samtaler med utdannede likepersoner til parkinsonrammede og pårørende som måtte ønske dette og bedre tilbudet ved å utdanne flere likepersoner.

#### Øke medlemsantallet:

- Det er mange parkinsonrammede i Vestfold som ikke er medlemmer i fylkesforeningen og som derfor ikke nyter godt av tilbudene våre. Vi ønsker å nå ut med informasjon om våre tilbud til så mange som mulig av disse, slik at de melder seg inn.

#### Økonomi:

- Det er ikke noe mål å øke overskuddet vårt i 2020, men heller legge opp aktivitetnivået slik at vi balanserer utgifter og inntekter. Dette gir muligheten til å redusere egenandelene ved deltagelse på sommertur, medlemsmøtene og julebordet.

#### Sammenslåing av fylkesforeningene i Vestfold og Telemark:

- Resultatet av regionreformen og nye vedtekter i Norges Parkinsonforbund innebærer at de to fylkesforeningene skal legges ned og ny fylkesforening opprettes for området Vestfold og Telemark fylkeskommune.
- Styrene i de to fylkesforeningene har valgt 3 stykker fra hver forening til et sammenslåingsutvalg som skal forberede denne sammenslåingen som starter etter årsmøtene i de opprinnelige fylkesforeningene i februar/mars 2021.
- Sammenslåingsutvalget foreslår at det opprettes ett lokallag i Telemark og ett lokallag i Vestfold til erstatning for de nedlagte fylkesforeningene. Disse skal ha som primær oppgave å opprette aktivitetstilbud til medlemmene i de to gamle fylkene.

Treningstilbudet består av:

2 PWR-baserte treningsgrupper ukentlig i Sandefjord	2 LOUD-baserte treningsgrupper ukentlig i Sandefjord
PWR-basert trening i Larvik	PWR basert trening i Horten
Qi-gong-trening ukentlig i Sandefjord	Tai chi-trening ukentlig i Tønsberg
Kor i regi av Tønsberg og Færder Voksenopplæring	2 LOUD-baserte treningsgrupper ukentlig i Larvik
PWR-basert trening ukentlig i Tønsberg	LOUD-basert trening ukentlig i Tønsberg
Bowling-tilbud annenhver tirsdag (oddetalls- uker) i Larvik for Larvik og Sandefjord	Boksing i Tønsberg 2g/uke, i samarbeid med bokseklubben TK
Boksing i Sandefjord ukentlig	Plass til mer!!