



Hør på meg

Møre og Romsdal Parkinsonforening

Medlemsblad nr. 1

Februar 2025

Årgang 19



Innhold:

Innkalling til årsmøte MRPF	2	Endring i utsending av informasjon ...	13
Årsmelding MRPF	2	Åpent medlemsmøte i Ålesund	14
Resultatrapport MRPF	5	Innkalling til årsmøte i NPF	14
Balanserapport MRPF	6	Innkalling til årsmøte i RPF	15
Arbeidsprogram MRPF	7	Arbeidsprogram RPF	15
Innkalling til årsmøte SPF	8	Årsberetning RPF	16
Årsmelding SPF	9	Stemningsfullt julebord	18
Arbeidsprogram SPF	12	En hilsen fra Romsdal	19

Innkalling til årsmøte i Møre og Romsdal Parkinsonforening

Lørdag 22. mars kl. 12.30, Vestnes Fjordhotell, Vestnes.

SAKSLISTE:

1. Godkjenning av møteinnkalling
2. Godkjenning av saksliste
3. Valg av møteleder
4. Valg av referent og to protokollunderskrivere
5. Informasjon fra lokalforeningene
6. Årsberetning fra MRPF for 2024
7. Regnskap for 2024
8. Arbeidsprogram for 2025
9. Budsjett for 2025
10. Veien videre for Fylkesforeningen
11. Innkomne saker
12. Valg

Vi har også i år valgt å holde årsmøtet på Vestnes Fjordhotell, da det er omtrent midt i fylket og det er mulig å ta buss helt fram. Bussholdeplassen er rett ved. Det blir servert kaffe og noe søtt i starten av møtet, og vi avslutter med middag før hjemreise.

ÅRSMELDING FOR MØRE & ROMSDAL PARKINSONFORENING FOR DRIFTSÅRET 2024

2024 har vært et aktivt år for Møre & Romsdal Parkinsonforening (MRPF), med aktiviteter mange steder i fylke i regi av lokalforeningene. Pr 31.12.2024 var medlemstallet 447 betalende medlemmer, pluss noen som ikke har betalt innen årsskiftet. Dette er en økning på hele 48 medlemmer i 2024. Vi registrerer en økning i alle lokalavdelingene.

Medlemsutvikling (Tall i parentes fra 2023)

Forening	Hovedmedlem	Pårørende	Støttemedlemmer	Totalt
Nordmøre	63 (55)	11 (9)	19 (24)	93 (88)
Romsdal	69 (60)	18 (15)	23 (19)	110 (94)
Sunnmøre	152 (135)	37 (34)	55 (47)	244 (217)
Tot. M&R	284 (250)	66 (58)	97 (90)	447 (399)

Møre & Romsdal Parkinsonforening har også i 2024 hatt arbeidsprogrammet som mål for arbeidet vårt. Årsmøtet for 2023, ble holdt 16.03.24 på Vestnes Fjordhotell. Der var 33 stemmeberettigede til stede.

Styret har i 2024 bestått av følgende:

Leder	Eli Karin Walle, elikarinwalle@gmail.com
Nestleder	Elisabeth Frøyen Aasen, elisabeth.f.aasen@gmail.com
Kasserer	Janne Husøy, jannehus@gmail.com
Sekretær	Oddny Vågen, oddny_vaagen@live.no
Styremedlemmer	Jørgen Hellevik, ov-hell@online.no
Varamedlem	Gunnar Frøyen, gunnar.froyen@gmail.com
Varamedlem	Karin Ingrid Nesje, karin.nesje@gmail.com
Revisor	Edith Dybvik

Foreningen har hatt 5 styremøter, og det har vært 21 saker til behandling i styret. I tillegg en rekke aktiviteter som blir beskrevet nedenfor. Flere i styret deltok også på felles styremøte i regi av MRPF i Molde 21.09.24. Leder Eli Karin Walle har vært sykmeldt siden ca. 1 november og nestleder Elisabeth F. Aasen har fungert som leder etter det.

Verv og deltakelse i møter.

I MRPF: Elisabeth Aasen nestleder, Jørgen O. Hellevik styremedlem og Gunnar Frøyen er varamedlem

I tillegg har Geir Sund, som leder av SPF og Roy Tore Høyen, som leder av Romsdal PF, deltatt på alle styremøtene.

Gunnar Frøyen er brukerrepresentant i ParkinsonNet og Medlem av Brukerutvalget i NAV Hjelpemiddelsentral

Jubileumsårskonferansen 8-10 nov på Gardermoen: Elisabeth F Aasen deltok fra MRPF. Geir Sund, Gunnar Frøyen og Jørgen Ove Hellevik deltok fra SPF

Medlemskontakt / Møteplasser

MRPF bruker SMS som den viktigste formidling av informasjon til medlemmene. Det fungerer svært bra. For å spare utgifter ønsker vi å gå over til epost ved utsendelse av informasjon til medlemmene.

I tillegg brukes medlemsbladet «Hør på meg».

Leder i Sunnmøre Parkinsonforening Geir Sund er Web-ansvarlig og holder nettsidene våre oppdatert.

Interessepolitikk

MRPF har to brukerrepresentanter, Tore Tokle og Gunnar Frøyen i forbindelse med utrulling av ParkinsonNet i Helse Midt-Norge. PN er en tverrfaglig opplæring av helsepersonell om Parkinson Sykdom. Det har vært arrangert fire grunnkurs i Helse Midt og i alt ca. 140 fagpersoner fra Møre og Romsdal har gått grunnkurs.

ParkinsonNet/Helse Midt arrangerte høsten 2024 grunnkurs for helsepersonell i Molde.

Det var stor søknad til kurset. Styreleder Eli Karin Walle holdt foredrag om Forbundet og May Britt Vikestrand fortalte hvordan det er å leve med Parkinson. Noen av våre medlemmer stilte opp som «markører» til faggruppene sine undervisningstimer.

Kompetanseheving.

Møre og Romsdal Parkinsonforening har to brukerrepresentanter i forbindelse med utrulling av

ParkinsonNet. ParkinsonNet er en tverrfaglig opplæring av helsepersonell om Parkinson Sykdom.

Det var arrangert tre grunnkurs i Helse Midt og i alt 162 fagpersoner fra Møre og Romsdal har gått grunnkurs.

Det bla avholdt fagsamling om ParkinsonNet på St. Olav den 14 mars Likepersonkurs Romsdal Parkinsonforening 30.05.2024, avholdt av Gunnar Frøyen ParkinsonNet kurs for helsepersonell i Molde den 16. – 17. oktober 2024, men over 70 deltakere.

AVSLUTNING

Foreningsarbeidet har fungert bra. Foreningen har en god økonomi, men årets drift ga et underskudd på kr 20 017,89. Årsregnskapet ligger vedlagt

Ålesund, januar 2025
Møre & Romsdal Parkinsonforening

Resultatrapport

Møre og Romsdal Parkinsonforening
992985836

Regnskapsår: 01.01.2024 - 31.12.2024

Gjelder periode: 01.01.2024 - 31.12.2024

Periode fg år: 01.01.2023 - 31.12.2023

	Periode	Akkumulert	Periode fg år:
Driftsinntekter			
3150 Momsrefusjon	13 365,00	13 365,00	14 764,00
3450 Grasrotandel Norsk Tipping	8 802,85	8 802,85	4 418,92
3910 Kontingent medlemmer	59 000,00	59 000,00	53 177,00
3985 Hør på meg, tilskudd fra lokalforeninger	22 979,00	22 979,00	17 501,50
	104 146,85	104 146,85	89 861,42
Driftskostnader			
4010 Helgesamling	-6 287,50	-6 287,50	-12 155,00
4020 Gaver, blomster m.v.	-649,00	-649,00	-569,00
4050 Møte, kurs, oppdatering o.l.	-37 577,92	-37 577,92	-33 461,38
4075 Kontingent, andre	-350,00	-350,00	-32 800,00
4085 Trykking Hør på meg	-37 481,37	-37 481,37	-40 332,00
4195 Porto	-8 475,11	-8 475,11	-10 200,87
4850 Landsmøte	0,00	0,00	-12 226,51
6710 Honorar revisjon	-1 000,00	-1 000,00	-1 000,00
6725 Styrehonorar	-11 250,00	-11 250,00	-12 750,00
6810 Datakostnad	-3 735,00	-3 735,00	-3 435,00
6815 SMS-Varsling	-1 736,00	-1 736,00	-2 031,00
6890 Annen kontorkostnad	-2 000,00	-2 000,00	0,00
7145 Reisekostnader	-15 490,84	-15 490,84	-7 332,14
7770 Bank og kortgebyrer	0,00	0,00	-24,50
7785 Bankomkostninger	-839,00	-839,00	-434,50
	-126 871,74	-126 871,74	-168 751,90
Driftsresultat	-22 724,89	-22 724,89	-78 890,48
Finansielle poster			
8031 Renteinntekter	2 707,00	2 707,00	1 957,00
Ordinært resultat før skatt	-20 017,89	-20 017,89	-76 933,48
Ordinært resultat	-20 017,89	-20 017,89	-76 933,48
Årsresultat	-20 017,89	-20 017,89	-76 933,48

Balanserapport

Møre og Romsdal Parkinsonforening
992985836

Regnskapsår 01.01.2024 - 31.12.2024

Gjelder periode: 01.01.2024 - 31.12.2024
Periode fg år: 01.01.2023 - 31.12.2023

	Ved periodens start	Endring	Ved periodens slutt	Periodslutt fg år
EIENDELER				
Omløpsmidler				
1590 Påløpne inntekter	17 166,00	12 319,85	29 485,85	17 166,00
1920 SBM 3900.34.72195	42 798,26	-1 847,58	40 950,68	42 798,26
1921 SBM 3910.22.34697	2 990,31	11 064,94	14 055,25	2 990,31
1922 Plasseringskonto SBM 3910.46.99883	196 268,72	-70 405,10	125 863,62	196 268,72
	259 223,29	-48 867,89	210 355,40	259 223,29
SUM EIENDELER	259 223,29	-48 867,89	210 355,40	259 223,29
EGENKAPITAL OG GJELD				
Egenkapital				
Egenkapital (innskutt og opptjent)				
2050 Annen egenkapital	-291 456,77	0,00	-291 456,77	-291 456,77
Ud disponert resultat				
Ud disponert resultat	0,00	20 017,89	20 017,89	76 933,48
Sum egenkapital (inkl. udisp. resultat)	-291 456,77	20 017,89	-271 438,88	-214 523,29
Gjeld				
Kortsiktig gjeld				
2450 Påløpne kostnader/forskuddsbetalt inntekt	-44 700,00	29 850,00	-14 850,00	-44 700,00
2960 Annen påløpt kostnad	0,00	-1 000,00	-1 000,00	0,00
	-44 700,00	28 850,00	-15 850,00	-44 700,00
Sum gjeld	-44 700,00	28 850,00	-15 850,00	-44 700,00
SUM EGENKAPITAL OG GJELD	-336 156,77	48 867,89	-287 288,88	-259 223,29
Saldo	-76 933,48	0,00	-76 933,48	0,00

Utskrevet av Janne Husøy 21.01.2025 18:04:55

Side 1 av 1

Visma eAccounting

ARBEIDSPROGRAM FOR MØRE OG ROMSDAL PARKINSONFORENING 2025

Vårt arbeidsprogram tar utgangspunkt i arbeidsprogrammet til Norges Parkinsonforbund som blant annet sier at det skal arbeides for å oppnå best mulig livskvalitet for alle som er rammet av Parkinson og deres pårørende. Hovedsatsingsområder: Pårørende og ParkinsonNet.

Medlemsarbeid:

Medlemmene i fylket er registrert i de 3 lokalforeningene. Disse har ansvar for medlemsmøter og aktiviteter lokalt. Fylkesforeninga har det formelle ansvaret.

Fylkesforeninga sine oppgaver:

- Samarbeide med de tre lokalforeningene, ha en koordinerende funksjon og bidra til at aktiviteter og tilbud blir tilgjengelige for alle medlemmer i fylket
- Gjennomføre arbeidsprogrammet innenfor budsjetttrammene
- Følge opp vedtak
- Gjøre organisasjonen mer synlig og tilgjengelig for medlemmene
- Ha en webansvarlig som oppdaterer heimesida vår
- Gi ut Hør på meg
- Oppdatere medlemslistene for å nå ut til alle medlemmene

Organisasjon og utviklingsarbeid:

- Synliggjøre organisasjonen gjennom markeringer av 40-års jubileet
- Arbeide for å rekruttere nye medlemmer og likepersoner
- Jobbe oppover mot NPF og utad mot ulike instanser i fylket til medlemmenes beste
- Gi ut Hør på meg minimum 3 ganger i året
- Motivere og inspirere medlemmer til å delta på likepersonkurs

Påvirkningsarbeid:

- Verve fagpersoner til ParkinsonNet i Møre og Romsdal
- Arbeide for å rekruttere nye medlemmer, særlig vekt på yngre Parkinsondiagnostiserte
- Påvirke medlemmene til å rekruttere fagpersoner til ParkinsonNet
- Oppfordre medlemmer til å melde seg inn i Parkinsonregisteret

Informasjon:

- Samarbeid med Lærings og mestringssenteret om kurs for nydiagnostiserte og andre aktuelle kurs
- Samling for likepersoner
- Sikre god informasjon til nydiagnostiserte i første møte med nevrolog
- Medvirke til at relevant informasjon om Parkinson sykdom er tilgjengelig på neuroavdelingene og andre aktuelle møtesteder.

Sunnmøre Parkinsonforening

Innkalling til Årsmøte 2025

Sunnmøre Parkinsonforening avholder sitt årsmøte 2025 på Baronen hotell, Spjelkavik Lørdag 01. mars kl. 12.00.

Vi starter med de innledende punktene til årsmøtet og spiser varm lunsj ca kl 12.30.

Påmelding: send epost eller SMS til Geir Sund, gnsund@gmail.com/916 09 718 innen 20. februar.

SAKSLISTE

- Sak 1 Valg av møteleder
- Sak 2 Valg av referent og 2 protokollunderskrivere
- Sak 3 Godkjenning av innkalling
- Sak 4 Godkjenning av saksliste
- Sak 5 Årsmelding 2024
- Sak 6 Arbeidsprogram 2024-2025
- Sak 7 Regnskap 2024
- Sak 8 Innkomne saker
- Sak 9 Budsjett 2025
- Sak 10 Valg

Årsmøtepapirene ligger på nettsidene til NPF, www.parkinson.no under Sunnmøre Parkinsonforening.

Årsmelding for 2024 og Forslag til Arbeidsprogram for 2024-2025 finner dere i medlemsbladet «Hør på meg».

Etter årsmøtet blir det medlemsmøte.

Styret
Sunnmøre Parkinsonforening

ÅRSMELDING FOR SUNNMØRE PARKINSONFORENING FOR DRIFTSÅRET 2024

2024 har vært et aktivt år for Sunnmøre Parkinsonforening (SPF), med aktiviteter både i Ålesund, Sykkylven og Ørsta/Volda.

Pr 31.12.2024 var medlemstallet 252 betalende medlemmer, pluss 7 som ikke har betalt innen årsskiftet. Dette er en økning på 35 medlemmer i 2024.

Sunnmøre Parkinsonforening har også i 2024 hatt arbeidsprogrammet som mål for arbeidet vårt.

Årsmøtet ble holdt 02.03.24 på Sunde Fjordhotell. Der var 33 stemmeberettigede til stede.

Styret har i 2024 bestått av følgende:

Leder	Geir Sund
Nestleder	Gunnar Frøyen
Kasserer	Jørgen O. Hellevik
Sekretær	Kari Steinsvik
Styremedlemmer	Leif Ståle Søvik Åse Annaniassen
Vara	Kjellaug Busæt Sverre Håkon Østraat
Revisor	Edith Dybvik

Foreningen har hatt 8 styremøter. I tillegg en rekke aktiviteter som blir beskrevet nedenfor.

Flere i styret deltok også på felles styremøte i regi av MRPF i Molde 21.09.24

Interessepolitikk

ParkinsonNet/Helse Midt arrangerte høsten 2024 grunnkurs for helsepersonell i Molde.

Det var stor søknad til kurset, spesielt fra Sunnmøre.

16 av deltakerne søkte SPF sitt tilskuddsfond om dekning av reiseutgifter og overnatting.

Alle ble innvilget. Samlet sum kroner: 36.703, -.

Medlemskontakt / Møteplasser

SPF bruker SMS som den viktigste formidling av informasjon til medlemmene. Det fungerer svært bra. For å spare utgifter ønsker vi å gå over til epost ved utsendelse av informasjon til medlemmene.

I tillegg brukes medlemsbladet «Hør på meg».

Leder Geir Sund er Web-ansvarlig og holder nettsidene våre oppdatert.

Minnegave:

SPF har mottatt 2 minnegaver ifb. dødsfall:

- * Anna Kristine «Lita» Opsahl sin bortgang kr 2.200
- * Kåre Gunnar Steinsvik kr 15.000 (inntektsføres i 2025)

Ålesund:

02.03: Medlemsmøte Fontenehuset. Gunnar fortalte om DBS.

20.03: Info fra rehabiliteringssenter, FysMed, Ålesund sykehus.

11.04: Parkinsondagen. Heldag åpent møte med info om Parkinson sykdom og SPF.

Julegilde.

Den 23. november ble julegildet arrangert på Sunde Fjordhotell.

Litt over 80 personer var til stede. Underholdning av «Låtlaget» og informasjon fra leder Geir. Loddsalget ga en inntekt på kr 9.600. Takk til alle som hadde med gevinster, og alle som kjøpte lodd.

Medlemstur.

Lørdag 8. juni arrangerte vi medlemstur til Nordøyane. Turen gikk fra Moa, via Skjelten og den nye Nordøy-vegen til Finnøy. Vi stoppet på Haramsøya og Fjørtoft. På sistnevnte sted fikk vi låne nøkler til kirken og de som ønsket det fikk se seg rundt i den fine kirken. På Finnøy Havstuer ble det servert nydelig fiskesuppe og en god dessert.

Været så langt hadde vært fint, men på retur ble det ingen stopp pga. sunnmørske regnbyger. Turen ble profesjonelt guidet av vår trofaste guide, Kari Steinsvik.

Aktiviteter

Bowling. Det faste tilbudet om Bowling i Ålesund er fortsatt populært. Gunnar Frøyen har hatt ansvar for påmelding. Det har vært 10 samlinger og til sammen har 56 forskjellige personer deltatt i løpet av året. Totalt 167 spillere, som gir et gjennomsnitt på 17 spillere pr. samling.

Rock Steady Boxing. Boksingen er populær, men det er plass til flere. Det har vært 16 påmeldte, men oppmøte har i snitt vært ca. 8-9 personer. De som deltar kommer med meget positive tilbakemeldinger.

Pårørendegruppe. Kari Steinsvik og Inger Sund har jobbet med et opplegg for pårørende. 1 samling i Ålesund med 5 deltakere. De var veldig fornøyde. Pårørende er vanskelig å få kontakt med, men det er viktig at også pårørende kjenner til sykdommen og hvordan den kan påvirke både den «syke» og resten av familien i fremtiden. Styret vil prioritere dette arbeidet videre.

Opplysnings/informasjonsarbeid.

Medlemsmøtene har alltid et faglig innhold i tillegg til det sosiale, informasjon fra NPF og orientering om hva som ligger på nettsidene til SPF og til forbundet.

Den planlagte oppgradering av Facebook-siden til SPF måtte utsettes. Dette prioriteres i 2025.

Møteplass/aktiviteter:

Ålesund: Vi har fortsatt med «åpent kontor» annenhver uke (tirsdager) på Fontenehuset, klokken 10-14. En uformell møteplass, hvor det er 2 personer fra styret til stede, og medlemmer kan komme innom for en kaffekopp og en prat. I tillegg til samtaler med medlemmer som stikker innom, blir det også utført en del styrearbeid/organisasjonsarbeid.

Sykkylven:

Det har vore 8 møter. Vi har lagt vekt på at dette skal vere ein møteplass for dei med Parkinson og pårørende. Her møter ein likesinna og utvekslar erfaring. Den sosiale biten er vel så viktig som den faglege. Dette år har vi hatt besøk av fagpersonar. Til møte i juni hadde vi besøk av nevrolog. Noko som var svært godt motteke.

Som før er vi i samarbeid med BOS, brukarorganisasjonane i Sykkylven. Vi deltek som vertskap på opne dagar. I år vart det 6 tysdagar der vi serverte lunsj og delte informasjon.

Vi hadde representantar på stand under Sykkylvsdagane.

Det er godt frammøte på aktivitetsgruppa så det vil vi halde fram med.

Ørsta/Volda:

Tur/kafetreff: Vi har vidareført opplegget med tur og kafetreff i heile 2024. Det har vore godt oppmøte på kafetreffet, noko dårlegare på turen i forkant. Etter oppmoding vart treffet flytta til første torsdag i måneden. Eit uformelt og uforpliktande møte over ein kaffikopp. annakvar gong i Ørsta (Alti) og Volda (Westre)

Parkinsontrening/ Rock Steady Boksing: Dette er noko vi har prøvd å få på plass lenge, og det viser seg at behovet absolutt er tilstades. Oppstart i november 2024. Trening kvar tirsdag på Sparebank1 Campus Arena (Volda) med godkjent RSB-instruktør. Eit lavterskeltilbod for ytre Søre Sunnmøre. Søkje og fekk Teftmidlar til innkjøp av boksekkekar frå Sparebank Møre.

ORGANISASJONSUTVIKLING

I 2024 har vi fått 35 nye medlemmer. Det er fortsatt en del av de pårørende som ikke er medlemmer. Det er viktig å få dem med, både for den Parkinsonrammede og fordi de er en ressurs for foreningen.

Vi er aktive for å verve nye medlemmer, og har god dialog med nevrologer og andre helsearbeidere.

Pr. 01.01.2025 har vi 259 medlemmer, hvorav 7 ikke har betalt kontingent for 2024.

158 Hovedmedlemmer

40 Nærmeste pårørende

61 Støttemedlemmer

Verv og deltakelse i møter.

I MRPF: Elisabeth Aasen nestleder, Jørgen O. Hellevik styremedlem og Gunnar Frøyen er varamedlem

I tillegg har Geir Sund, som leder av SPF, deltatt på alle styremøtene.

Gunnar Frøyen er brukerrepresentant i ParkinsonNet.

Jubileumsårskonferansen 8-10 nov på Gardermoen: Geir Sund, Gunnar Frøyen og Jørgen Ove Hellevik deltok fra SPF

AVSLUTNING

Foreningsarbeidet har fungert bra. Foreningen har en god økonomi, men årets drift ga et underskudd på kr 60.298,29. Tilskuddsfondet har i 2024 utbetalt kr 36.703

Ålesund, januar 2025
Sunnmøre Parkinsonforening

ARBEIDSPROGRAM SUNNMØRE PARKINSONFORENING 2024-2025

Arbeidsprogrammet for Sunnmøre Parkinsonforening tar utgangspunkt i arbeidsprogrammet til Norges Parkinsonforbund for 2023-2025 som ble vedtatt på Landsmøtet 2023 og i formålsparagrafen som blant annet sier at det skal arbeides for å oppnå best mulig livskvalitet for alle som er rammet av parkinsonisme og deres familier. Hovedsatsningsområde for NPF sentralt er pårørende og ParkinsonNet

Interessepolitikk

Sunnmøre Parkinsonforening vil arbeide for:

- Følge opp innføringen av ParkinsonNet på Sunnmøre og oppfordre fagpersoner til å delta på ParkinsonNet grunnkurs og samlinger.
- Lokale samlinger for ParkinsonNet-deltakere og orientering på medlemsmøter.
- Forbedre kontakten med pårørende og tilby aktiviteter rettet mot pårørende.

Medlemskontakt / Møteplasser

Sunnmøre Parkinsonforening vil jobbe for å ha god kontakt med medlemmene. Det er viktig at hele Sunnmøre involveres i ulike aktiviteter.

- Medlemsmøter med tema, men også vekt på samtale og utveksling av erfaringer.
- Sette fokus på ulike tiltak som SPF/MRPF definerer som Likepersonarbeid.
- Bidra til å opprettholde møteplass og aktiviteter i Sykkylven og Ørsta/Volda
- Tur /utflukt 2024-2025
- Bowling i Ålesund
- Gruppetrening m/fysioterapeut
- Rock steady boxing
- Pårørendegruppe
- Golf-gruppen

Informasjonsarbeid.

Norges Parkinsonforbund formidler kunnskap om parkinsonisme.

Sunnmøre Parkinsonforening vil arbeide for at:

- Utarbeide lokal informasjon om SPF som sendes ny medlemmer
- SMS brukes som informasjonsformidler.
- Holde internettsidene oppdatert og få medlemmene til å følge med på nettsidene til NPF/SPF.
- Arbeide for å få en fungerende Facebook side/gruppe for formidling.
- Markedsføre kurs og konferanser som arrangeres lokalt, slik at flere av medlemmene kan delta. Det er viktig at foreningen er representert på slike møteplasser.

Organisasjonsutvikling.

Norges Parkinsonforbunds arbeidsprogram for 2023 – 2025 fastslår at forbundet fortsatt vil arbeide for å øke medlemsmassen. Videre skal forbundet arbeide for å inspirere, motivere og skolere tillitsvalgte og styrke likepersonapparatet. Sunnmøre Parkinson forening vil derfor:

- Øke antall medlemmer, og spesielt medlemskategori: Nærmeste pårørende
- Få flere til å ta Likepersonkurs i 2024-2025.
- Arbeide for at flere av medlemmene, både Parkinsonister og pårørende, påtar seg tillitsverv. Skolering av tillitsvalgte skal prioriteres
- Arbeide for å finne gode brukerrepresentanter.
- At tillitsvalgte deltar på regionale møter og konferanser.

SUNNMØRE PARKINSONFORENING ENDRER UTSENDING AV INFORMASJON FRA SMS TIL EPOST

Utsending av SMS via medlemsregisteret påfører oss en god del kostnader.

Utsending av epost via medlemsregisteret er imidlertid gratis.

Når vi skal sende ut informasjon til mange er vi pålagt å bruke medlemsregisteret av personvern hensyn. Hver enkelt vil da ikke kunne se hvem andre som får informasjonen tilsendt.

Vær oppmerksom på følgende:

Når vi sender via medlemsregisteret vil det alltid komme NORGES PARKINSONFORBUND som avsender. Du bør derfor lese meldinger fra Norges Parkinsonforbund og ikke oppfatte alt fra denne avsender som reklame eller generell informasjon.

Ved innkalling til årsmøtet 01.03.25 vil vi sende ut en epost til samtlige medlemmer med innkalling. Der settes også en svarfrist av hensyn til at det serveres varm lunsj.

Hvis du ikke har mottatt epost om innkalling til årsmøte innen utgangen av uke 6, kan det skyldes:

- Eposten har havnet i søppelmappen. Sjekk denne
- Vi har registrert feil epostadresse til deg i medlemsregisteret
- Vi har ingen epostadresse til deg i medlemsregisteret

Hvis vi har feil/ingen epostadresse til deg, vennligst send oss korrekt epostadresse. Har du ikke epostadresse er det fint om vi får beskjed om det også, så kan vi bruke SMS til deg om ønskelig.

Ta kontakt enten med Gunnar Frøyen eller Geir Sund ved behov for endring av registrert/manglende epost adresse.

Endring kan også sendes til: sunmore@parkinson.no

Geir Sund
leder SPF

ÅPENT MEDLEMSMØTE I ÅLESUND

29.01 holdt Sunnmøre Parkinsonforening et åpent medlemsmøte på Baronen hotell i Spjelkavika.

Tema: Spise/svelg-vansker og viktighet av tidlig oppfølging av logoped.

Logopedene Bjarte Høydal og Torunn Skaue foreleste om temaene. En lydhør forsamling på ca 30 personer deltok aktivt med spørsmål.

I tillegg ble medlemmene informert om SPF sine aktiviteter og planer for 2025.



Logoped Bjarte Høydal orienterer om Dysfagi.

Foto: Geir Sund

Innkalling til årsmøte i NORDMØRE PARKINSONFORENING

Nordmøre parkinsonforening skal ha medlemsmøte den 13. februar, kl. 16:00 på Grand Hotel, Kristiansund.

Påmelding innen 9. februar til Karin Ingrid Nesje, mobil 942 10 251

Til behandling: Vanlige årsmøtesaker

Saker som ønskes tatt opp må være meldt til leder, Arne W Fjellstad 41 76 56 19 innen 6. februar.

Med vennlig hilsen
Arne W Fjellstad
Leder

INNKALLING TIL ÅRSMØTE I ROMSDAL PARKINSONFORENING

Torsdag 20. februar 2025 kl. 18.00. på Krona, Romsdalsmuseet i Molde.

- Saksliste:**
- Godkjenning av møteinnkalling.
 - Godkjenning av sakliste.
 - Valg av møteleder.
 - Valg av referent og 2 til å underskrive protokollen.
 - Årsmelding for 2024.
 - Regnskap for 2024.
 - Arbeidsprogram for 2025.
 - Innsendte forslag/saker.
 - Budsjett for 2025.
 - Valg.

Til orientering:

Etter årsmøtet vil det bli avholdt medlemsmøte med kaffe , kake og noe og bite i. Hyggelig og sosialt samvær.

Molde den 25.01.2025.

ARBEIDSPROGRAM FOR ROMSDAL PARKINSONFORENING 202

Vårt arbeidsprogram tar utgangspunkt i arbeidsprogrammet til Norges Parkinsonforbund som sier at det skal arbeides for å oppnå best mulig livskvalitet for alle som er rammet av Parkinson og deres pårørende.

**Hovedsatsningsområder er; Pårørende og Parkinson-Net
Medlemskontakt / møteplasser**

- med tema, særlig Medlemsmøter Parkinsonrettet informasjon fra leger og helsepersonell.
- Medlemsturer. Flere korte turer i eget nærområde med vekt på sosialt samvær.
- Trening med PWR.
- Boksing med Moldekameratene.
- Pårørendetreff.
- Julemøte

Organisasjon

- Rekruttere nye medlemmer og gjøre Likepersonarbeidet bedre kjent.
- arbeide for at flere tar på seg tillitsverv og skolering av tillitsvalgte.
- Tillitsvalgte deltar på regionale møter og konferanser.

Informasjon

- Bidra til at ny diagnostiserte får nødvendig informasjon om våre tilbud.
- Bruke vårt medlemsblad «Hør på Meg» til informasjon ut til våre medlemmer.
- Øke kommunikasjon med medlemmer via epost / SMS.

Årsberetning for 2024

Romsdal Parkinsonforening

Generell informasjon

Antall aktive, betalte medlemskap	117	Antall likepersoner	3
Antall styremøter	7		
Har hatt minst én medlemsrettet aktivitet i 2024.	x		
Fylkestilhørighet	Møre og Romsdal		
Kommunetilhørighet	Molde		
Dato og sted for årsmøtet:	20. februar 2025 på Krona, Romsdalsmuseet.		

Styrets beretning

Innledning

Styret har hatt 7 styremøter og behandlet 30 saker.

Sittende styre pr. 31.12.2024

VERV:	NAVN:
LEDER	Roy Tore Høyer
SEKRETÆR	Eli Karin Walle
KASSERER	Jan Erik Bjørshol
STYREMEDLEM	Reidun Moltubakk
STYREMEDLEM	Bergfrid L. Færøyvik
VARAMEDLEM	Björg Hovde
VARAMEDLEM	Helene Bø

Dato for valg av styret: 15.februar 2024.

Funksjonsperiode: 16.02.24 – 20.02.25.

Medlemsmøter 2

- Medlemsmøte i etterkant av årsmøte den 15.02.24. på Krona Romsdalsmuseet.
- Medlemsmøte den 23.10.24.på Krona Romsdalsmuseet.
- Felles styremøte med Sunnmøre, Romsdal og Nordmøre Parkinsonforeninger den 21.09.24 på Krona Romsdalsmuseet. Vi var så heldige å ha vår nye Generalsekretær Kristin Ruud på besøk til dette møtet.

Likepersonsarbeid

Foreningen arrangerte Likepersonkurs i Molde den 30.05.24

Deltakere; Roy Tore Høyer
Reidun Moltubakk.
Bergfrid L. Færøyvik

Kursleder; Gunnar Frøyen fra Ålesund Parkinsonforening.

Yngrearbeid: Intet spesielt.

Fysisk aktivitet/treningsgrupper

- Trening med fysioterapeut PWR trening med Sigurd E. Vatne er i gang igjen etter en pause. Her er det ønskelig og plass til flere deltakere.
- Boksing i regi av Moldekameratene Bokseklubb fungerer godt. Trening hver mandag og torsdag kl. 16.00 med 10-15 deltakere.
- Bordtennis er en fin aktivitet for Parkinsonrammede. Styret er i gang med tanke om en mulig oppstart i løpet av året.

Sosiale tiltak, arrangementer og andre aktiviteter

- Tur til Damvokterhytta ble avlyst grunnet dårlig vær.
- Pårørende gruppe samles ca. 1 gang pr. mnd. på Frivilligsentralen i Molde.
- Parkinsondagen ble markert med stand på Moldetorget Kjøpesenter den 11.04.24.
- 40 års jubileet ble markert med stand på Storsenteret/ Roseby Kjøpesenter den 9.11.24.
- Årets julebord ble avviklet på Alexandra Hotell i Molde torsdag 5.12.24. med 22 deltagere. God underholdning av visegruppa Kvammeratene.

Arbeid rettet mot helsepersonell

- Parkinson Net arrangerte Grunnkurs om Parkinson sykdom for helsepersonell i Molde den 24.-25. oktober 2024. Vår forening stilte med tre frivillige med Parkinson diagnose (såkalte Objekter) som stod til disposisjon for kurs deltakerne.

Arbeidsgrupper, utvalg og prosjekter

- Vestnes Parkinsongruppe er en gruppe av våre medlemmer som har bopel i Vestnes Kommune. Gruppen har eget treningsopplegg/turprogram og har sine møter på Frivillighuset på Vestnes. Kontaktperson her er Helene Bø.

Medlemsutvikling

- Medlemstallet holder seg stabilt, med en liten økning år for år.
- 2023 108 medlemmer
- 2024 114
- 2025 117

Sted og dato
Molde 23.01.2025.

Underskrift, leder eller to styremedlemmer

Roy Tore Høyer
Styreleder

STEMNINGSFULLT JULEBORD PÅ ALEXANDRA

Tekst og foto Svein Lindøy

Romsdal Parkinsonforening arrangerte triveleg julebord på Hotel Alexandra torsdag 5. desember. 22 frammøtte fekk oppleve tre timar med variert program, god mat og god stemning. Leiaren i foreininga, Roy Høy, losa oss stødig gjennom kvelden og bidrog sjølv med å synge diktet DA, En hyllest til Molde. Hovudunderhaldninga for kvelden var bandet Kvameratene med Ole Foss og Ole Kjell Orset, forsterka av to dyktige og songglade tredjeklassingar frå Kvam skole, Anna og Inaaya. Dei gjorde stor suksess og skapte god stemning med sine populære låter og juleviser. Etter ein nydeleg julebuffé hadde Anne Lise Vatne Eide eit interessant innslag med eigne dikt om nornene i norrøn mytologi. Så var det ein runde med årsal før festkvelden vart avslutta med felle songen Deilig er jorden. Dette tradisjonelle førjulsarrangementet er eit kjærkome innslag i adventstida, som mange set stor pris på.



EN HILSEN FRA ROMSDAL!

Hei alle sammen!

Godt Nytt År til dere alle, både gamle og nye medlemmer. Så er vi i gang igjen. Årsmøte er det som står nærmest. Av våre nå 117 medlemmer er det kun 20-25 som møter opp på årsmøtet. Vi ønsker og håper på flere nå i 2025. Årsmøtet er vårt høyeste organ, der viktige avgjørelser tas, og vil du være med å påvirke er det viktig at du møter opp.

Vårt styre har ikke lagt noen store planer for 2025. Det har vært stille en stund, men vi er åpne for gode ideer og gode forslag til arrangementer og særlig til korte turer i vårt eget nærrområde. Vi har nå en aktiv gruppe på Vestnes som både trener sammen og går turer sammen. Det hadde vært kjekt om vi kunne ta turen over fjorden og hive oss på en av deres turer.

Personlig er jeg veldig glad i Moldemarka og jeg lover ny tur til Damvokterhytta som også har fått en oppgradering.

Aktiviteter;

Parkinson treningen med Sigurd E. Vatne er i gang igjen. Her er det ønskelig og plass til flere.

Boksetreningen går også bra.

Fysisk trening er jo veldig viktig. Vi har sendt ut en invitasjon, en forespørsel om å melde sin interesse for Bordtennis. Hittil er interessen lunken, men vi jobber med saken.

Likepersoner;

Vår forening har vært uten såkalte Likepersoner i en periode. Derfor er det gledelig å melde at vi nå har fått 3 slike.

Vi holdt kurs i sommer og var så heldige å få Gunnar Frøyen fra Ålesund Parkinsonforening til kursleder.

Reidun Moltubakk, Bergfrid F. Lindøy og jeg er nå godkjente/registrerte Likepersoner.

Landsmøtet;

Det er med stor spenning vi av-venter hva som skjer på Landsmøtet til Norges Parkinsonsforbund i mai måned i år.

Et utvalg er i arbeid som har som mandat å komme med forslag om eventuell ny organisering. Blir det som før eller blir det noe helt nytt? Vi venter i spenning.

Helt til slutt ønsker jeg alle våre medlemmer i Romsdal
En fortsatt god vinter og en enda mer fargerik og grønne vår!

Mvh.
Roy Tore Høy
Leder Romsdal Parkinson Forening.

Grasrotandelen: Org.nr. Spillere

Møre og Romsdal PF	992 985 836	14
Nordmøre PF	992 617 969	31
Romsdal PF	986 224 025	14
Sunnmøre PF	983 493 831	51

Vil du gi din støtte til MØRE OG ROMSDAL PARKINSONFORENING?

992 985 836

Grasrotandelen gir deg som spiller mulighet til å bestemme hvem som skal mottat noe av overskuddet til Norsk Tipping. Hver gang du spiller kan du velge å støtte det laget eller foreningen du mener fortjener det mest Vi oppfordrer til å støtte oss i Møre og Romsdal Parkinsonforening.

For å være grasrotgiver må du være kunde hos Norsk Tipping.

Ved spill hos Norsk Tipping vil inntil 5 prosent av spillinnsatsen gå direkte til din grasrotmottaker, og best av alt, hverken innsats, premie eller vinnnersjansje reduseres.

Grasrotandelen gjelder for alle Norsk Tippings spill, bortsett fra Flax, Extra og Belago.

Gjennom å være grasrotgiver er du med på å oppfylle små og store drømmer for din grasrotmottaker.

Du kan bli grasrotgiver på en av følgende måter:

- Hos kommisjonæren
- Mobilspill
- Noers Tipping sine sider
- SMS, send Grasrotandelen 992985836 til 2020

For mer informasjon, se:
www.norsk-tipping.no

Snakke med en av våre likepersoner?

Pasientlikepersonar:

Steinar Furnes	tlf.: 952 55 100
Alf Inge Jenssen	tlf.: 957 51 730
Borgar Mattland	tlf.: 917 87 055
Aase Nielsen	tlf.: 980 64 993
Geir Sund	tlf.: 916 09 718
May Britt Vikestrand	tlf.: 414 62 312
Gunnar Frøyen	tlf.: 915 73 940
Bergfrid F. Lindøy	tlf.: 411 02 415

Pårørendelikepersonar:

Solveig Austnes	tlf.: 412 35 277
Annbjørg Furnes	tlf.: 913 93 286
Inger Sund	tlf.: 913 82 164
Roy Høyner	tlf.: 464 31 426
Reidun Moltubak	tlf.: 473 24 640



Hva er en likeperson? Likepersonsarbeid handler om å være i samme båt, og utveksle erfaringer om sykdommen. Likepersonene er skolert i Norges Parkinsonforbund, og de har avlagt taushetsløfte, så vær trygg!

Adresse- og telefonliste

Norges Parkinsonforbund

Norges Parkinsonforbund, Storgata 33, 0184 Oslo
E-post: post@parkinson.no – www.parkinson.no



Åpningstider Parkinsontelefonen: • 22 00 82 80

- Mandag kl. 16.00 – 21.00
- Onsdag kl. 12.00 – 16.00

Her kan du treffe skolerte og hyggelige likepersoner fra NPF.



Spørsmål om Parkinson?

Gå inn på Norges Parkinsonforbund/Tilbud og aktiviteter/Spørsmål og svar. Her treffer du bl.a. helsefaglig rådgiver i NPF,
Lemia Boussaada.



Møre og Romsdal Parkinsonforening

Eli Karin Walle

Skogveien 6A, 6415 Molde
Mobil: 412 72 915
E-post: elikarinwalle@gmail.com
www.parkinson.no/moreogromsdal



Nordmøre Parkinsonforening

Arne Westye Fjellstad

Sandbuktveien 54
6530 Averøy
Mobil: 417 65 619
www.parkinson.no/nordmøre



Sunnmøre Parkinsonforening

Geir Sund

Skjongmyra 10, 6050 Valderøya
Mobil: 916 09 718
E-post: gnsund@gmail.com
www.parkinson.no/sunnmøre



Romsdal Parkinsonforening

Roy Tore Høyner

Damvegen 9, 6414 Molde
Mobil: 464 21 426
E-post: skarvatnet@yahoo.no
www.parkinson.no/romsdal

FASTE TILBUD OG AKTIVITETER:**SUNNMØRE PARKINSONFORENING:**

- Tirsdager kl. 12.30 – 13.30, onsdager 14.00 – 15.00 og fredager 10.00 – 11.00. Parkinsongruppen på Frisksenteret på Moa i Ålesund. Kontakt frisksenteret v/Hildegunn for mer informasjon og påmelding.
- Siste torsdag hver måned kl. 18.00 – 20.00: Bowling på Nye Baronene Bowling i Spjelkavik.
- Første torsdag hver måned: Kafétreff/tur Ørsta/Volda
- Rock Steady Boksing. Ålesund bokseklubb, Brusdalsvegen 212A. Tid: tirsdager kl 17.00 - 18.45. Interesserte kan ta kontakt med Geir Sund. Tlf 91609718, gnsund@gmail.com

ROMSDAL PARKINSONFORENING:

- Boksing hver mandag og torsdag kl 16.00 i Idrettens Hus
Påmelding: post@moldekameratene.no
- Parkinsontrening PWR v / manuellterapeut Sigurd Eriksen Vatne mandager kl 14 på Moldegård fysioterapi (etasjen over Rema1000 på Storsenteret). Påmelding på tlf 71251552
- Pårørendetreff ca hver måned på Frivillighetssentralen. Ved interesse ta kontakt med Reidun Moltubak (tlf 47324640) eller Eli Karin Walle (tlf 41272915)

NORDMØRE PARKINSONFORENING:

- Hver mandag kl. 14.30-15.30: PWR-trening med fysioterapeut på Storhaugen helsehus.
- Hver onsdag kl. 9-15: Møt frisklivsveiledere ved Storhaugen helsehus, Tempoveien 23.
- Bowlingen har startet igjen! Siste torsdag i måneden kl. 13.00 på Futura blir det bowling med pizza og brus etterpå. Håper mange møter opp.

Medlemmene må følge med på kulturkalenderen i TK.

Noter gjerne alle aktuelle datoer i kalenderen med det samme!



Henning har gitt parkinson et ansikt.
Du kan gi alle med parkinson en sterk stemme.

INNMELDINGSSKJEMA

Navn: Født:

Adresse:

Postnummer og -sted:

Telefonnr. privat: Mobiltilf:

E-post:

Innmeldt/vervet av:

Medlemstype

- Har selv parkinson 450,-¹⁾
- Nærmeste pårørende (samme adresse som medlem) 350,-
- Støttemedlem 350,-

1) Prisene gjelder fra 2022.

Hvis du ønsker å melde inn din nærmeste pårørende, skriv vedkommendes navn og fødselsdato her:

Medlemskap

Som medlem i Norges Parkinsonforbund mottar du medlemsbladet Tema parkinson fire ganger i året, og du får tilbud om aktuelle sentrale aktiviteter.

Når du melder deg inn i Norges Parkinsonforbund blir du automatisk tilknyttet nærmeste fylkes- og lokalforening. Foreningene arrangerer møter, kurs, seminarer og har uformelle møteplasser. Flere har også treningsgrupper eller fysioterapitilbud. Aktivitetene er mange og varierte. Noen lokalforeninger har også et eget medlemsblad. Dersom du ønsker å tilhøre en annen forening enn den du bor nærmest, vennligst spesifiser dette i innmeldingen, eller send en e-post til post@parkinson.no.

Med din hjelp

kan vi fortsette å jobbe for at alle som blir berørt av parkinson står bedre rustet til å takle sykdommen – i dag, og i årene som kommer.

Sendes: Norges Parkinsonforbund • Karl Johans gate 7 • 0154 Oslo,
eller bruk **innmeldingskjemat** på www.parkinson.no

Avsenderadresse:
Møre og Romsdal PF
Eli Karin Walle
Skogveien 6A
6415 Molde



Til

Husk: **Meld fra** til forbundet eller lokallaget om adresseforandring!!

Vil du verve medlemmer? På kupongen nedenfor finner du de opplysningene som trengs ved innmeldelse av nye medlemmer:

Jeg/vi ønsker å bli hovedmedlem / pårørende / støttemedlem i NORGES PARKINSONFORBUND

(stryk det som ikke passer), eller kryss av.

Endring av personopplysninger

(Er alt medlem/støttemedlem)

Navn:

Adresse:

Postnr. og sted:

Telefon: Mobil:

E-post:

Fødselsdato: 19

*Hvis du ringer lederen i lokalfor-
eningen du vil tilhøre, vil du også
få hjelp til å melde deg inn.*

.....
Signatur