



ÅRSMELDING 2019

**LANDSFORENINGEN FOR SLAGRAMMEDE
TRØNDELAG**

ÅRSMØTE FOR LFS-TRØNDELAG

TORSDAG 12. MARS KL. 19.00

STED:

**Valentinlyst helse og velferdssenter
Anders Estenstads vei 7**

DAGSORDEN

1. Åpning
2. Konstituering
3. Årsmelding
4. Regnskap
5. Forslag til budsjett 2020
6. Innkomne forslag
7. Valg

LAGETS VIRKSOMHET

Vi er en landsomfattende forening bestående av slagrammede, pårørende, og andre interesserte. Pr. 31.12.2019 hadde LFS Trøndelag 160 medlemmer.

Vårt formål er å ivareta slagrammedes /pårørende sine interesser, spre informasjon om hjerneslag og drive likepersonsarbeid.

Vi arrangerer medlemsmøter/ temamøter, dagstur og weekendtur, sosiale treff og uteaktivitetene vår-sommer.

Vi har i 2019 sendt ut 9 rundskriv til våre medlemmer om invitasjoner på våre arrangement. Styret har hatt 7 styremøter og behandlet 45 saker.

Styret etter årsmøtet 16. mars 2019:

Leder	Hilde Andresen	Gjenvalgt for 2 år
Økonomiansvarlig	Randi Osmundnes	Ikke på valg
Styremedlem	Brit Bævre Lund	Valgt for 2 år
Styremedlem	Torbjørn Krogstad	Valgt for 2 år
Styremedlem	Rosmari Kjervågsund	Ikke på valg
Styremedlem	Anna Aakvik	Ikke på valg
Styremedlem	Robert Vevang	Gjenvalg for 2 år
Vara	Jorunn Johansen	Gjenvalg for 1 år
Vara	Idar Lund	Valgt for 1 år
Valgkomité		
Berit Rønning		Valgt for 1 år
Roar Rønning		Valgt for 1 år
Åse Meslo Kleveland		Valgt for 1 år
Revisor:		
Magne Osmundnes enstemmig		Valgt for 1 år.

På valg 2020:

ROLLE	NAVN	Velges for:
Økonomiansvarlig	Randi Osmundnes	2 år
Medlem	Rosmari Kjervågsund	2 år
Medlem	Anna Aakvik	2 år
Varamedlem	Jorunn Johansen	1år
Varamedlem	Idar Lund	1år
Valgkomite		
Leder	Berit Rønning	1 år
Medlem	Roar Rønning	1 år
Medlem	Åse Meslo Kleveland	1 år
Revisor		
Revisor	Magne Osmundnes	1år

TEMA/MEDLEMSMØTER

Temamøte 17 januar

Tema: Logoped Emte Mittet informerte om hva logopedtjenesten kan tilby slagrammede.

Sted: Valentinlyst Helse/omsorgssenter.

Til stede: 13

Inntekt av loddsalg: kr.920.-

Årsmøte 14. mars

Sted: Valentinlyst Helse- og velferdssenter.

Tilstede:16

Inntekt på loddsalg: kr:1150.-

Temamøte 28.mars

Tema: Representanter fra Unicare Helsefort informerte om sitt rehabiliteringstilbud for slagrammede.

Sted: Valentinlyst Helse- og velferdssenter.

Til stede: 15

Inntekt på loddsalg: kr.990.-

Temamøte 3.oktober

Tema: Leif Une informerte om Keen Activ interaktivt spill.

Roger Amundsen informerte om LFS.

Sted: Valentinlyst Helse- og velferdssenter.

Til stede:26

Inntekt på loddsalg: kr. 1280.-

Julebord 9.november

Sted: Teknobyens Kantine

Til stede: 41

Inntekt på loddsalg: kr.2550.-

En god del av våre aktiviteter har latt seg gjennomføre til lave kostnader takket være tilskudd fra blant annet: **Grasrotandelen, Bingo-inntekter, Ekstrastiftelsen og minnegaver.**

En stor takk til Konica som gratis kopierer våre rundskriv.

Vi retter også en stor takk til Goman for deres bidrag til våre tilstelninger.

Vi har fått endel gaver fra ulike bedrifter i Trøndelag som vi bruker som gevinster ved våre utlodninger, så vi er dypt takknemlig for givergleden.

Aktiviteter vår-sommer-høst

De fleste overlever et hjerneslag, men livet kan bli totalt forandret pga små eller større funksjonshemninger. Derfor har vi i Trøndelag høyt fokus på å skape opplevelser som kan bidra til en bedre situasjon for slagrammede og deres pårørende.

Vårt aktivitetstilbud har som formål å få oss ut på turer, kjenne på mestringsfølelsen og skape gode øyeblikk sammen. Alle de steder vi besøker er tilrettelagt for bevegelseshemmede og har handicap WC.

En kveld i mai møttes vi på Granåsen hopparena. Vi ruslet rundt på arenaen, og noen testa formen med trappetrening. En god rast tok vi på hytta v /skianlegget.

Vår dagstur i starten på Juni gikk til vakre fjellbygda Tydal.

I slutten av juni møtte vi opp på Skansen der vi tok en rusletur på den flotte tilrettelagte promenaden som ligger vakkert ved Trondheimsfjorden.

Olavfestdagene i starten på august er et fast innslag på våre aktiviteter. Noen av oss tok en spasertur gjennom gamle Bakklandet ved Nidelva, før vi traff gode LFS venner ved Domkirken. Der var det et yrende liv av mange som også ville få med seg noe av det Olavfestdagene kan by på.

En sommerdag i august tok vi en tur på tilrettelagte stier ved Haukvannet. En god rast tok vi ved hytta Hauken som vi hadde leid for anledningen.

I september gikk vår weekendtur til vakre Røros og Røros hotell.

Treff for slagrammede og pårørende:

Det er viktig både for slagrammede og deres pårørende å komme i kontakt med likesinnede, det er med på å bryte isolasjonen, hindrer depresjon og kan bidra til økt selvbildet.

Vi i Trøndelag inviterer derfor jevnlig til sosiale treff der vi kan komme på uhøytidelig treffsted der slagrammede-pårørende og assistenter har noe timer sammen i en egnet restaurant. Alle våre steder skal være tilrettelagt for rullestolbrukere.

Vårt medlem **Berit Rønning** er en viktig støttespiller i denne aktivitet, da hun finner aktuelle spisesteder og inviterer våre medlemmer.

Dette er et veldig populært tiltak, og vi ser dette er med på å øke trivsel og samholdet blant våre medlemmer.

LIKEPERSONS-ARBEID

De fleste overlever et hjerneslag, men kan slite med funksjonshemninger og dårlig selvbilde. Livet kan bli totalt forandret og behovet for å etablere et nytt sosialt nettverk kan være nyttig. Det er viktig både for slagrammede og deres pårørende å komme i kontakt med likesinnede, det er med på å bryte isolasjonen, hindrer depresjon og kan bidra til økt selvbildet.

Alle våre likepersoner har vært på kurs i regi av LFS sentralt eller NHF og er godkjent som likepersoner og kan derfor dele sine erfaringer med andre som vil ha behov for dette.

Etter forespørsel fra ulike rehabiliteringssenter m.m har flere av våre likepersoner hatt samtaler med mennesker som trenger en å snakke med som har vært i samme situasjon.

Vi har ofte telefonsamtaler med mennesker som sårt trenger en prat med en likeperson. Dette er til hjelp for mennesker i en veldig vanskelig livssituasjon. Vi tilbyr og utfører likepersonssamtaler ved behov på disse arrangementene.

Vi i LFS Trøndelag ser at våre tiltak hjelper, og dette har også vært med på å få de yngre med i foreningen.

Hilde Andresen /sign./

Likepersonssamtaler på fysikalsk medisin og rehabilitering Lian

Vi samarbeider med Klinikk for fysikalsk medisin og rehabilitering Lian (Fys. med. Lian) om å tilby likepersonssamtaler. Vi har faste møter en gang pr. måned, og dette er ett tilbud til inneliggende pasienter/ pårørende, men tidligere pasienter kan også komme for en samtale hvis det er ønskelig.

Oppmøte av pasienter varierer på grunn av lange dager med opptrening, og da er det ikke mye overskudd til overs for en sliten kropp.

Vi har også hatt likepersonssamtaler utenfor "kontortiden", både på Fys. med. Lian og ved hjemmebesøk. Samtaler via telefon er vi åpne for, og dette forekommer.

Vårt ønske for fremtiden er at det må kurses og godkjennes flere likepersoner. Vi savner spesielt likepersoner som er slagrammet og vet mye om sin egen situasjon som kan formidles videre.

Torbjørn Krogstad /sign/

OPPLYSNING OG INFORMASJON

Sosiale medier:

Vi informerer om foreninga vår, gjennom til enhver tid oppdatert hjemmeside og facebook.

Hjemmeside: www.lfstrondelag.com.

Facebook: Landsforeningen for slagrammede Trøndelag.

Medlemsbladet Slagordet:

Vi har i løpet av året hatt flere innlegg i vårt medlemsblad der vi fått fortalt om lagets arbeid. Slagordet ligger tilgjengelig for nedlasting på LFS sine hjemmesider www.slag.no.

Vi deler vi ut våre brosjyrer på legekontorer og aktuelle steder. Ved besøk på de forskjellige rehabiliteringssenter/sykehus har vi gitt ut tidsskriftet vårt: «Slagordet». og hefte Hjerneslag-hjem-hva nå?

Stand i regi av LFS er en viktig arena for å fortelle om slag, veien videre og om LFS. Vi treffer «mannen» i gata. Vår brosjyre fra LFS sin landsdekkende kampanje VÆR RASK, REDD LIV» benyttes på alle våre stands for å få formidle viktigheten med å handle raskt ved mistanke på hjerneslag. Vi knytter kontakter og får ofte høre mange gripende historier fra mennesker som dessverre har fått oppleve å bli rammet av hjerneslag eller blitt pårørende til slagrammede.

10 -11. apr. Midtnorsk Hjelpemiddelmesse Trondheim spektrum

Vi fikk formidlet om LFS og om slag på vår stand, de som deltok på denne var: Hilde Andresen ,Robert Vevang, Brit B Lund , Randi Osmundnes , Åse Kleveland og Torbjørn Krogstad.

29 oktober markerte vi verdens hjerneslagdag:

Vi hadde stands på Kunnskap senteret og Nevrobygget på St Olav hospital. Der fikk vi mange gode samtaler med slagrammede, pårørende og andre interesserte, og mye infomateriell ble delt ut.

De som deltok på dette var: **Anna Aakvik, Jorunn Johansen, Hilde Andresen og Torbjørn Krogstad. Idar Lund, og Brit Bævre Lund.**

Fys med Lian St. Olav

Mange av oss deltar på møter, temakafe som de arrangerer og vi har representanter i utvalg som fys.med Lian er underlagt. Sammen med andre landsforeninger benytter vi oss også av møtelokaler til våre styremøter.

På temakafe den 5 desember deltok **Hilde Andresen og Torbjørn Krogstad** der de fikk fortalte om LFS og vårt tilbud til slagrammede/pårørende.

Hver mnd. får pasienter/pårørende besøk av våre likepersoner som bl. annet formidler om det å bli rammet av slag, veien videre og om LFS.

Våre likepersoner som har besøkt institusjonen i 2019 har vært: **Robert Vevang, Torbjørn Krogstad, Rosmari Kjervågsund, Åse Meslo Kleveland, Hilde Andresen og Gunhild Espnes.**

TILLITSVERV

En av oppgavene vi i LFS har, er å være brukerrepresentanter i diverse brukerråd og i forskningsprosjekter. Dette gir oss en mulighet til å være med å påvirke hverdagen og fremtiden til både slagrammede og pårørende. Brukermedvirkning er en lovfestet rettighet, og dermed er noe tjenesteapparatet må forholde seg til.

Vi i brukerråd er et bindeledd mellom institusjoner og pasientene. Der kan vi fremme saker som berører pasientene. Vi blir også ofte bedt om å uttale oss om saker som institusjonen ønsker svar på. Det har vært mange konstruktive diskusjoner, som ofte har ført fram til gode resultater.

Vi er også med på å øve press overfor kommunene, når ledelsen ikke når fram. Jeg opplever at vi blir tatt godt imot og vi føler oss som likeverdige partnere. Når det gjelder forskningsprosjekter, er de ofte avhengig av oss for å få tildelt forskningsmidler. Det kan noen ganger bli til at vi føler oss som gissel og ikke blir tatt med i prosessen. I andre prosjekter er vi veldig til stede, og blir spurt til råds.

Vi føler vi er en viktig brikke i prosjektet både med råd, og når vi kommer med korrigeringer i forhold til vår virkelighet.

Vi ønsker oss flere innspill fra dere som bruker institusjonene slik at opphold kan bli best mulig.

Randi Osmundnes/sign/

Jorunn Johansen

- Varamedlem av Slagrammedes Minne- og Forskningsfond.
- Medlem i valgkomite LFS sentralt
- Brukerrepresentant i prosjektene Nor-Coast og Midt nor stroke.

Randi Osmundnes

- Brukerrepresentant *Last Long prosjekt*. St. Olav hospital.
- Deltaker i prosjekt: *Dag til dag variasjoner i fysisk aktivitet hos pas som er innlagt med akutt hjerneslag*.
- Brukerrepresentant i utvalget for *Regionalt standardisert pasientforløp (SPF) for hjerneslag*.
- Representant i prosjektgruppen for etablering av et Mestringshuset Olavsgården.
- Brukerrepresentant i brukerutvalget ved Unicare helsefort.
- Fondsstyremedlem i LFS `s sentralt solariditetsfond.

Hilde Andresen

- Sekretær i LFS Sentralt.
- Nestleder i Brukergruppen v/ Klinik for fysikalsk medisin og rehabilitering, St. Olavs Hospital HF.
- Brukerrepresentant i prosjektene: Midt nor stroke, og Nor-Coast.

DELTAGELSE VED KURS/MØTER/KONFERANSER

8 mars: Årsmøte LFS sentralt 9 – 10 mars Gardemoen

Randi Osmundnes og Anna Aakvik var våre delegater på årsmøtet.

27 april NHF Regionens årsmøte på Scandic Hell, Stjørdal

Anna Aakvik og Hilde Andresen var våre delegater på årsmøtet.

21 mars Fellesmøte med lokale brukerorganisasjoner på Fys. Med. Lian.

Randi Osmundnes og Anna Aakvik deltar på dette.

14 mai: Fellesmøte for brukerorganisasjonene i regi av FFU på Rådhuset,

Torbjørn Krogstad og Andre Krogstad deltok

24.08: Funkisdagen i regi av NHF Trøndelag

Hilde Andresen deltok på stand sammen med LFS sentralt.

24-25-26 sept.- 17-18 okt- kurs i helsepedagogikk

Randi osmundnes deltok.

19.11: Informasjonsmøte på Persaunet aktivitetssenter

Brit Bævre Lund deltok.

28. november: Dialogseminaret om rehabiliteringstjenester på st. Olav

Brit Bævre Lund og Hilde Andresen deltok.

5.desember: Tema kafé på Fys. med. Lian.

Torbjørn Krogstad og Hilde Andresen deltok med innlegg om LFS Trøndelag.

9.12: Temamøte for likepersonarbeidere NHF Trøndelag

Torbjørn Krogstad deltok.

ÆRESMEDLEMMER

Æresmedlemskap i LFS Trøndelag tildeles personer som har bidratt utover hva man kan forvente.

Våre æresmedlemmer pr.31.12. 2019

Aase og Ivar Lian:

Aase Lian var drivkraften til at vår lokal foreningen LFS Sør-Trøndelag ble opprettet i 1991. Sammen med sin støttespiller og ektemann **Ivar Lian** drev hun foreningen i 20 år, slik at den i dag er en lokalforening det kan stå respekt av.

Åse Meslo Kleveland:

Åse har vært en veldig viktig ressurs i den daglige driften av LFS- Trøndelag siden 1992. Med sitt uendelige engasjement for slagrammede og pårørende, og et smittende humør så har hun vært med og spredd glede og gitt omsorg for oss alle i LFS.

Bent Indredavik professor / avdelingssjef på slagenheten St. olav

Bent er en pioner innenfor forskning og behandling av hjerneslag. For oss har han vært en viktig samarbeidspartner og vi har nytt godt av hans kunnskaper.

SLUTTORD

LFS Trøndelag er et aktivt lag, og samarbeidet i styret har vært veldig godt. Vi arbeider for å ivareta slagrammede og pårørende sine interesser, og å spre kunnskap om hjerneslag.

Vårt ønske for fremtiden er at det må kurses og godkjennes flere likepersoner. Vi savner spesielt likepersoner som er slagrammet og vet mye om sin egen situasjon som kan formidles videre.

Vi vil takke alle som har vist interesse og støttet oss i vårt arbeid, og vi ønsker at flere vil se nytten av å være med i LFS.

En stor takk til våre medlemmer som møter opp på våre arrangementer, og har med gaver til utlodning på medlemsmøter, dette gir oss kjærkommen inntekt.

En spesiell takk til NHF-Trøndelag for all god hjelp og støtte i 2019.

Trondheim, 31. januar 2020

Hilde Andresen/sign./
leder

Torbjørn Krogstad/sign./
nestleder

Randi Osmundnes /sign./
økonomiansvarlig

Robert Vevang /sign./
styremedlem

Brit Bævre Lund /sign./
styremedlem

Anna Aakvik/sign./
styremedlem

Rosmari Kjervågsund /sign./
styremedlem

Idar Lund/sign./
varamedlem

Jorunn Johansen /sign./
varamedlem