

## **Årsrapport 2022:**

Antall medlemmer i utgangen av 2022 var 326 medlemmer

### **Medlemsmøter:**

19/2 Kinotreff på Edda, barnefilm

9/3 årsmøte på Scandic Maritim Hotell

20/4 Pizza og quiz på Il Forno, Haugesund

12/5 Foredrag med psykologspesialist Janette Røseth

19/6 Familedag i Nedstrand klatrepark

### **Kafetreff på Haugli Bakeri, Oasen & Haugli Bakeri, Akسدal:**

1/2, 8/3, 5/4, 3/5, & 7/6.

### **Treningsgruppe på Klinikk Selsaas:**

11/1, 13/1, 18/1, 20/1, 25/1, 27/1, 1/2, 3/2, 8/2, 10/2, 15/2, 17/2, 22/2, 24/2,

1/3, 3/3, 8/3, 10/3, 15/3, 17/3, 22/3, 24/3, 29/3, 31/3, 5/4, 7/4, 12/4, 14/4, 19/4, 21/4,

26/4, 28/4, 3/5, 5/5, 10/5, 12/5, 19/5, 24/5, 26/5, 31/5, 2/6, 7/6, 9/6, 14/6, 16/6, 21/6 & 23/6

### **HØSTPROGRAMMET:**

27/8 Nasjonal MS dag – Avlyst grunnet sykdom

21/9 Pizza og quiz på Il Forno, Haugesund

23-25/9 Kick off for UNGE, Lillestrøm

19/10 Tur ved Akسدalsvannet

22/10 Shuffleboard, Folkepuben i Haugesund (voksent arrangement) Avlyst grunnet for få påmeldte

4-6/11 Landsmøte i MS forbundet, Gardemoen (3 fra styre deltok)

25/11 Julebord på Dattera til Lothe, Haugesund

### **Kafétreff på Haugli Bakeri, Oasen/Akسدal:**

6/9, 4/10, 1/11 & 6/12

### **Treningsgruppe på Puls treningscenter, Oasen. Sammen med fysioterapeut:**

29/8, 31//, 5/9, 7/9, 12/9, 14/9, 19/9, 21/9, 26/9, 28/9, 3/10, 5/10,

10/10, 12/10, 17/10, 19/10, 24/10, 26/10, 31/10, 2/11, 7/11, 9/11, 14/11, 16/11,

21/11, 23/11, 28/11, 30/11, 5/12, 7/12, 12/12, 14/12, & 19/12.

### **LIKEMANNSAKTIVITET:**

#### **Likepersonarbeid 2022:**

**FEB.:** 22. feb.: Telefonsamtale, ca. 30 min. **MAI:** 05. mai: Informasjonsmøte om igangsetterkurs, Selvhjelp Norge - 2,

5 time. 27. mai: Telefonsamtale, ca. 45-60 min. **JUNI:** 09. juni: Igangsetter-kurs i regi av Selvhjelp Norge, 6 timer. 10. juni: Igangsetter-kurs i regi av Selvhjelp Norge, 6 timer. 17. juni: Telefonsamtale, ca. 20 min. **JULI:** 08. juli: Planleggingsmøte, selvhjelpsgruppe, 2 timer **AUG.:** 13. aug.: Telefonsamtale, ca. 15 min. **SEP.:** 6. sep.: Planleggingsmøte, selvhjelpsgruppe, 2 timer 8. sep.: Oppstart selvhjelpsgruppe 1. - 4 deltakere - 2 timer 16. sep.: Gå tur med en nydiagnostisert – 1t, 30 min. 27. sep.: Selvhjelpsgruppe 1. - 6 deltakere - 2 timer 30. sep.: LMS-kurs Helse Fonna, 45 min. + være til over lunsj, totalt: 2, 5 time. **OKT.:** 06. okt.: Nettverksmøte ifbm. selvhjelpsgrupper, 2 timer. 19. okt.: Telefonsamtale, 40 min. 20. okt.: Selvhjelpsgruppe 1. - 6 deltakere - 2 timer 26. okt.: Lunsj med nytt medlem, 2 timer. **NOV.:** 17. nov.: Selvhjelpsgruppe 1. - 4 deltakere - 2 timer 25. nov.: Lunsj med nydiagnostert, 2 timer. **DES.:** 01. des.: Selvhjelpsgruppe 1: - 4 deltakere - 3 time

Videre samarbeider en med MS sykepleierne og LMS på Haugesund Sjukehus.

### **UNGGRUPPA:**

Tanya & Linn Heidi er våre UNG-kontakter.

### **Inntektsgivende arbeid:**

Vi har dette året mottatt økonomisk støtte fra Karmøy kommune, Haugesund kommune, Skude og Aakra Sparebank og Helse Vest. Vi har og lagd julekalender som vi har hatt for salg.

### **Medlemskontakt:**

Jobben for å få inn mest mulig mailadresser har fortsatt, dette for å minske forbruket av porto.

Nettsidene våre er oppe og går, vi prøver å holde disse oppdatert best mulig.

Vi har 3 Facebook grupper, en for medlemmer, en for alle og en for UNG- gruppen.

Her deles relevant info om aktiviteter og artikler som berører MS og andre saker som kan være av interesse.

### **Øvrig aktivitet:**

Foreningen har god kontakt med MS sykepleierne på Haugesund Sjukehus.

Vi har deltatt på LMS sine kurs for nydiagnostiserte.

Her deles erfaringer med det å leve med MS samt informasjon om vår forening.

### **Styret:**

Styret har bestått av:

Tove Elise Paulsen, leder.

Marthe Morland, nestleder, styremedlem, sekretær. (avgått)

Marianne Solland Johnsen, styremedlem, kasserer.

Inger Lise P. Styve, styremedlem.

Tanya Solland Johnsen, UNG-kontakt, styremedlem/hjemmeside ansvarlig

Grete Yrkje, styremedlem.

Styret har hatt styremøter: 12/1, 28/2, 21/3, 2/5, 30/5, 13/6, 19/9, 17/10 & 30/11.

Foruten dette har vi løst saker og praktiske ting via messenger og mailkontakt.

Vi jobber fortsatt på for å engasjere vår sammensatte medlemsgruppe

på en best mulig måte.

