

## LOKALLAGSSAMLING

### LØRDAG 28. OKTOBER KL 10.00 – 15.30 PÅ ROSFJORD HOTELL, LYNGDAL

- Samlingen vil handle om styrearbeid og inspirasjon. Det blir fokus på ulike roller og oppgaver i et lokallagsstyre og praktiske eksempler.
- Øyunn Kleiven, lege og stipendiat kommer for å informere om «Fysisk aktivitet og hjertehelse for mosjonister».
- Geir Høybjør, geriater fra SSHF kommer for å snakke om «Demenssykdommer og kommunikasjon».
- En presentasjon av prosjektet «Musikk og trening gir mening» er under arbeid. Og så blir det rom for erfaringsutveksling!

### VIKTIGE DATOER I HØST

- 1. august** Frist for stoff til «Hjerte og hjerne» om noen har «noe» til høstnummeret
- 25. august** Bestillingsfrist for demensaksjonsuka
- 30. august** Neste fylkesstyremøte  
Evt. søknader til fylkesstyret må være inne før det.
- 15. september** Søknadsfrist Extra Express
- 21. september** Den internasjonale Alzheimerdagen
- Uke 38** (18. – 24. september) Demensaksjonsuka
- 28. oktober** Lokallagssamling for styremedlemmer i lokallagene og andre spesielt interesserte.



**OLE SIGURD FIDJESTØL** er nyvalgt fylkeskasserer. Han er 52 år og utdannet ingeniør, siviløkonom, regnskapsfører og lektor. I 17 år har han drevet eget autorisert regnskapsførerselskap. Politiker på fylkestinget og sitter i sin 4. periode i Marnardal kommunestyre. De senere år er viet til helseproblematikk. Ole Sigurd er samfunnsengasjert og ønsker å bidra på flere felt i fylkesstyret.

**RITA AAGEDAL**, nyvalgt styremedlem i fylkesstyret i år. Hun er 63 år og har jobba mange år i Telenor, men er nå blitt pensjonist.

Rita er en aktiv dame som stortrives ute i naturen både sommer og vinter. Hun er også en kløpper på sykkelen. Et sterkt samfunnsengasjement (ikke politisk) er nok hovedgrunnen til at hun ble med i helselaget.



Hei alle sammen

En travel vår med bl.a. "Hopp for hjertet" og mange hjerteuke aktiviteter er nå unnagjort.

**Vi kan GRATULERE 6. klasse på Tonstad skole som fylkesvinner i Vest-Agder i år.**



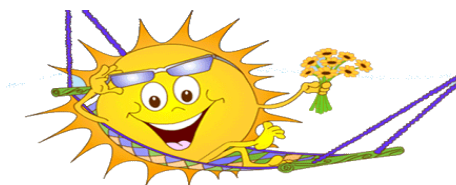
Det er så flott å se all aktivitet det er i lagene, og kjempebra at dere søker om tilskudd. Dermed ser vi at våre satsingsområder treffer "blink", ikke minst på den fysiske aktiviteten med blant annet gågrupper.

Jeg tenker også på høstens aktiviteter, med Demensaksjonen og Alzheimerdagen i september. Det er svært viktig at vi får inn midler til å fortsette det viktige arbeidet i tiden etter at TV-aksjonsmidlene tar slutt. Kanskje en kan ha et samarbeid med skole, speider, Lions eller et helselag i din nærhet for å dra i gang årets innsamling.

I oktober innbyr vi også til lokallagssamling, et forum for informasjon, inspirasjon og ikke minst sosialt samvær.  
**Meld dere på, og vær med å bidra til ny giv for alle våre lag.**

**Med takk for en flott innsats ønskes dere alle en flott og velfortjent ferie!**

Sommerhilsen fra Liv Målfrid, fylkesleder



**Fylkeskontoret har helt sommerstengt fra 10.juli til 7.august**

**LEDER I LOKALLAGENE MOTTAR FLERE EKSEMPLARER AV «ROGVA»NYTT, FOR Å DELE UT TIL ALLE MEDLEMMENE I STYRET.**

**HUSK Å TA MED INFORMASJONEN TIL DE ANDRE STYREMEDLEMMENE!**



FØLG OSS PÅ FACEBOOK. BRUK SIDEN AKTIVT! LEGG GJERNE INN AKTUELL INFORMASJON OM NASJONALFORENINGENS SAKER OG KOMMENTARER.

<https://www.facebook.com/nasjonalforeningenvestagder>

Fylkeskontoret for Rogaland og Vest Agder, Torgveien 15C, 4016 Stavanger.

Tlf: 51 52 43 55, E-post: [rogva@nasjonalforeningen.no](mailto:rogva@nasjonalforeningen.no)

## «AKTIVITETSVENN» – STATUS OG PLAN VIDERE I VEST-AGDER

Aktivitetsvenn drives nå i over 140 kommuner i landet, og mange er i gang med oppstart. Målet for 2017 er at alle kommunene i Vest-Agder skal få informasjon om tilbudet. Dette skjer ved «informasjons- og oppstartsmøter», et uforpliktende informasjonsforum for kommuner som vurderer/ønsker å etablere Aktivitetsvenn. Fem kommuner deltok på oppstartsmøte i Kvinesdal 5. april. De resterende kommunene som ikke har fått informasjon er invitert til Songdalen kommune 29. august 2017.

**Siste nye Aktivitetsvennkommune i Vest-Agder er Hægebostad. Veldig stas å ha dem med på laget!**

**Vil dere vite mer, kontakt Veronica R. Bongard på tlf. 92 84 71 51 /e-post: [vebo@nasjonalforeningen.no](mailto:vebo@nasjonalforeningen.no)**



## DEMENSAKSJONEN 18. – 24. september 2017!

Nå nærmer sommerferien seg! Frivilligheten har godt av pauser, og vi håper på en fin sommer! Allerede i august er det tid for planlegging av årets Demensaksjon. Det ligger mye informasjon på medlemsnett som kan være nyttig, både for bøsseaksjonen og for dere som skal samarbeide med skoleklasser som har valgfaget «Innsats for andre».

Her finner du all informasjon: [www.nasjonalforeningen.no/medlemsnett/demensaksjonen-2017/demensaksjonen-medlem/](http://www.nasjonalforeningen.no/medlemsnett/demensaksjonen-2017/demensaksjonen-medlem/)

**Bryr ungdom seg om mennesker med demens?** Ja, det gjør de! Se filmene som ligger på medlemsnett og la deg imponere over engasjementet og viljen til å gjøre en innsats for andre.

**Hva gjør vi med mor i ferien?** Det kan være en utfordring for mange som har foreldre eller pårørende med demens. Mange sliter med skyldfølelse fordi de tar seg en velfortjent ferie. Tenk om vi en vakker dag kunne slippe det.

**Hjelper det å forske?** Foreløpige resultater viser det, og derfor er det viktig å forske mer for å finne behandling og kur mot Alzheimer og andre demenssykdommer. Det er derfor demensaksjonen er så viktig!

ET ALTERNATIV TIL KONTANTER ER NÅ PÅ Plass :

**SMS OG Vipps**  
by DNB

Husk å informere om muligheten til å gi både via SMS og Vipps, for de som ikke har kontanter.

Send sms **SAMMEN** til **2216** (50,-)  
Vipps til **2216**

EN VAKKER  
DAG HAR  
VI GLEMT  
DEMENS

## NASJONALFORENINGENS HJERTEUKE 8.-14. MAI



Vi gratulerer Laudal helselag med vel gjennomført hjertemarsj 10.mai 2017 - og vinneren av quizen med hjertesunn ananas!

Øyslebø helselag har servert en sunn og god lunsj til 4. og 5. klasse ved barneskolen på Øyslebø. I forkant informerte vi litt om hva vi jobber med. Hyggelig å kunne bidra til hyggestund for denne flokken med fine barn .

## 4 163 BARN I VEST-AGDER HOPPET SEG GJENNOM TO UKER I MAI 😊



Elever ved Kvås skole deltar i Nasjonalforeningens hoppetau-konkurranse "Hopp for hjertet" i to uker. Fredag 5. mai serverte Kvås helselag lunsj til hele skolen. Fysisk aktivitet og sunt kosthold er godt for helsen!



**HOPPENDE GLADE** var de i 6. klasse på Tonstad skule da de mottok nyheten om at de hadde vunnet 1.premie i hoppetau-konkurransen. Klassen fikk kr. 3000 og Kin-ball i premie

FOTO: TOR SINDRE TJOMLID  
(Bildet er fra avisen Agder)