



# Fylkesnytt



I denne utgivelsen:

- Ord fra fylkesleder
- Kontornytt
- Glimt fra lokallag

## Vinteren/ våren 2015:

Fylkesårsmøte Troms: 11. - 12. april

Fylkesårsmøte Nordland: 17. - 19. april

Fylkesårsmøte Finnmark 18. - 19. april

Fylkeskontoret ønsker alle et spennende og aktivt 2015, og ei god påske!



## **Kjære medlemmer i nasjonalforeningen i Finnmark**

### **Den viktige jobben**

Først av alt vil jeg ønske alle sammen et riktig godt nytt og flott arbeidsår. Måtte vi lykkes i å oppnå målene til Nasjonalforeningen om å gi kunnskap, informasjon, ny forskning og komme med tiltak som bedrer folkehelsen i Norge. Ja, for den del i hele verden. Måtte vi en gang klare å knekke gåten til den lunefulle demenssykdommen som gir så mye smerte og tristhet. Det er mitt aller største ønske.

I Finnmark kunne vi for en tid siden lese i media om en trist sak i en av våre kommuner. En demenssyk mann hadde forvillet seg ut av huset, kanskje fått ett epileptisk anfall og blitt liggende i 17-18 graders kulde. Dessverre gikk det helt galt. Mannen omkom før noen fant han. En svært trist hendelse for alle de nære og kjente av han. En hendelse vi helt klart skulle vært foruten i Norge. Men, dessverre, er ikke dette eneste episode av samme slag som har skjedd i Norge de siste år. Denne triste hendelse får meg til å sette søkelys på to områder. Kommunenes tilbud til demenssyke og deres pårørende, samt oppgavene som de lokale demensforeninger kan ha. Jeg tar ikke noen stilling til sakens triste omstendigheter. Men føler et behov for å si at når personer har fått konstatert en demenssykdom, og kommet i en slik fase at de trenger omsorg hele døgnet, må de ikke under noen omstendighet overlates til seg selv. Uansett forhold i kommunen hva angår ledige omsorgsplasser, økonomi eller bemanning. Kommunenes første og viktigste oppgave er å ta vare på de syke som trenger omsorg. Der kan vi ikke svikte. Som politiker i Finnmark i mange år kjenner jeg til hvor presset kommunene er på alle felt. I dette bildet kan det forekomme glipper i form av utilstrekkelig omsorg på ett eller annet vis slik at vi får uønskede hendelser. Mange kommuner presses økonomisk og da kan det være kvalitet på tjenester som må lide. Det er her de lokale demensforeninger kommer inn. Det er ikke nødvendigvis slik at alle kommuner har helse og omsorg fremst i tankene når budsjettene sys sammen. De demenssyke har få pressgrupper som taler deres sak. Mange ganger er de pårørende så sliten etter en lang periode med omsorg at de ikke klarer å ta rollen og kjempe politisk for sine syke. Demensforeningene i Nasjonalforeningen har et stort nettverk som det kan trekkes veksler på. Vi har mange gode krefter både på faglig område, organisatorisk og helsepolitisk. Min oppfordring er derfor at vi bruker de ressursene som Nasjonalforeningen har, jobber målrettet i de lokale demensforeninger med kommunene og det lokale demensteam i håp om å få til så gode systemer som forhindrer uønskede hendelser. Gjennom lokalt arbeid, åpenhet, pårørendeskoler og

andre samarbeidstiltak kan vi bidra til at de som er syk får den omsorg de behøver og fortjener. Det er den viktige jobben vi i Nasjonalforeningen kan gjøre.

Vennlig hilsen

*Bernt-Aksel Jensen*

fylkesleder i Finnmark

## **Til helselag og demensforeninger i Nordland**



Fra en avtroppende fylkesleder.

Jeg har nå vært fylkesleder i Nordland i en god del av min aktive tid i Nasjonalforeningen og har vært med på masse spennende. Det er nå på tide å avslutte mens "leken er god" som det heter i ordspråket. Disse årene har vært en lærerik tid siden en får innblikk i organisasjonens arbeid på alle nivåer. Jeg har møtt mange flotte mennesker – både sentralt, i de andre fylkene og på grasrota i Nordland. Det er likevel en person jeg vil nevne spesielt og det er forhenværende generalsekretær Vidar G.

Wilberg. Han var en flott person og jeg følte at vi tillitsvalgte ble lagt merke til når vi kom på sentrale samlinger og møter og han var raus med klemmer. Det var saker hvor vi ikke var enige, men hadde likevel god kontakt. Spesielt var det for meg i 2009 da han kom til fylkesårsmøte på Sortland hvor jeg fikk tildelt Nasjonalforeningens Hedersmerke – det var stort for meg! Tidene forandrer seg og nye mennesker kommer til med nye arbeidsmåter og nye ideer. Det er slik det skal være – vi må følge utviklingen i samfunnet og i organisasjonslivet. Og så er det sunt å bytte på rollene slik at de nye ideene får komme lettere til.

Takk for meg og lykke til dere som fortsetter og til dere nye som kommer til!

Vennlig hilsen

*Unni Glad*

fylkesleder i Nordland

## **Kjære medlemmer i nasjonalforeningen i Troms**

Fylkesstyret jobber med å forberede årsmøtet som skal være på Sommarøy.

For meg som ny leder er det mange ting å sette seg inn i sånn at det blir noen lunde rett.

Regionmøtene skal også avvikles i til tider lunefult vær.

Men det går mot lysere tider og da går ting litt lettere.

Ønsker alle ei fin tid fram mot april da vi møtes på Sommarøy.

Vennlig hilsen

*Rigmor Yttergård*

fylkesleder i Troms

## **Kontornytt**

Nå har det nesten gått tre måneder siden jeg begynte i jobben som daglig leder på fylkeskontoret. Det har vært tre travle, hektiske og lærerike måneder, med møter både i Nordland, Troms og Finnmark. Det er veldig trivelig å treffe alle dere der ute i lokalmiljøet, som gjøre en fantastisk innsats for Nasjonalforeningen, enten det er fylkesstyrer, lokale styrer, medlemmer i helselag eller demensforeninger. Håper å treffe mange av dere også på årsmøtene som snart står for tur.

Vi har nå gjennomført 5 regionmøter i Nordland og ett i Troms med litt variabelt oppmøte. Her får man blant annet vite hva fylkesstyret jobber med, hvilke årsplaner de har, info om årsmøter og andre møter/samlinger. Som om ikke det var nok, treffer du medlemmer fra andre helselag og demensforeninger og får høre hva de har gjort og har tenkt å gjøre i år. Her er det masse ideer å plukke opp av tiltak som er gjort med stort hell.

Vi på kontoret er til for dere og ønsker å hjelpe dere til å få best mulige forutsetninger for å gjøre en god jobb i lokalmiljøet. Ta kontakt med oss hvis du lurer på noe eller trenger hjelp.

Er du i Bodø må du gjerne stikke innom kontoret for en prat og kaffe/sjokolade.

Med hilsen

*Per-Olaf, Maja, Marlene, Toril, Inger Marie og Kirsten*

# Glimt fra lokallag

## Musikalsk hyggestund



Tana demensforening arrangerte musikalsk kavalkade for beboere, pårørende og ansatte, samt noen andre interesserte i stua på Omsorgssenteret i adventstiden. Det ble en trivelig stund med positive tilbakemeldinger!

## Julebord



Fauske demensforening, helsetunets venner har også denne gang arrangert julebord for pasientene ved helsetunet. Dette har blitt et årlig tiltak, som settes stor pris på av pasienter og deres pårørende som også blir innbudt. Flott og godt koldtbord med dessert fra Fauske storkjøkken, og drikke etter ønske ble servert. Marianne og Marvin sørget for sang og musikk. For at alle som ønsker det skal få plass, har det vært julebord i kafeen 3 kvelder med i alt ca. 140 personer. Foreningen har mottatt en pengegave som ønskes brukt til sosialt tiltak, og derfor brukes denne gaven å dekke noe av utgiftene til dette.



## Julemesse

Bardal helselag stod for julemesse i desember som samlet nærmere 100 mennesker. Ved siden av helselagets overveldende tilbud av alle typer matvarer, hadde sju-åtte andre utstillere og tilbydere funnet sin plass på bygdehuset i Bardal for å vise fram storslagen kreativitet og noen ekstra godbiter for dem som kom bakerst i køen da alle stormet mot helselagets julegodter.



## 90- årsjubileum



Ljønes og Kvikstad markerte sitt 90-årsjubileum 20. januar. Det ble en enkel markering på Skjerstad med servering, og en av fylkesstyrets representanter var tilstede og sa noen velfortjente ord.



## Et vellykket arrangement



Etter en del ideutvekslinger og planleggingsmøter var det en spent komite som åpnet dørene på Samfunnshuset i Kirkenes en lørdags formiddag i januar. Ville det komme folk? Vel, kakefatene ble nesten tomme, fruktbegrene var populære og ikke minst de velsmakende irakiske "kubbene" med salat solgte unna. Det var en jevn strøm av mennesker som kom innom, kjøpte lodd, drakk kaffe og koste seg med de forskjellige innslagene som ble presentert. Det var 3 av helselagene og demensforeningen i Sør-Varanger kommune som var villige til å gjøre en ekstra innsats fordi de ønsket å gjøre et forsøk på å snu den negative trenden med at medlemstallet i lokallagene synker. De ønsket å gjøre seg synlig, vise hvilken betydning det forebyggende helsearbeidet har hatt og fremdeles har. Dette ble presentert gjennom power-point-bilder som rullet og gikk på en storskjerm under hele arrangementet. Det var en stor stand med brosjyrer for hjerte og demens, samt de nye lokallagsbrosjyrene.

Det var foredrag om demens, seniordanseoppvisning, linedance, korsang og demonstrasjon av stavgang. De aller fleste ble med på den populære sittedansen. Småbarnsforeldrene satte stor pris på lekekroken for barna, der de kunne leke med ball og rockeringer på gymmattene og med bordaktiviteter som lego, fargelegging og puslespill.

Jeg kommer gjerne til andre lokallag og hjelper til med lignende arrangement.

Vennlig hilsen

*Kirsten Greiner Ovesen*

aktivitetskoordinator i Finnmark

## Nyttårskaffe

Vefsn helselag inviterte til hyggelig nyttårskaffe for beboere ved Vefsn sykehjem 6. januar. Trofaste musikere har stilt opp i år også. Jarle Mørtzel og Endre Moe på trekkspill og Harald Landsem på gitar. De koste seg og laget stemning i salen og spilte flott musikk. Denne gang var det Aud Fagereng som har en flott sangstemme som stilte opp som sanger. Noen danseglade fikk også svingt seg. Vår alle kjæres Berith Pauline Olderskog leste opp flotte tekster med både omtanke for andre og ikke minst med litt humor i. Alle koste seg, på beboere og pårørende, og ikke minst medlemmene i Vefsn helselag som hadde laget i stand det hele. Det ble absolutt en vellykket ettermiddag.



Ny håndbok for styringsdokumenter og organisasjonskunnskap gjeldene fra 2014. Ta kontakt med oss på fylkeskontoret dersom du ønsker en slik.

**Minner om at 1. april er fristen for å ha gjennomført årsmøte og sendt inn årsrapport til fylkeskontoret.**



# Oversikt over ledere i alle lokallag:

## **Nordland:**

Arnøyen HL	Morten Moen	908 45 453
Ballangen DF	Charlotte H. K Jentoft	995 60 609
Bardal HL	Magni Sandal	750 48 719
Beiarn DF	Gudbjørg Navjord	414 08 559
	<a href="mailto:gudna@online.no">gudna@online.no</a>	
Blokken HL	Vigdis Kristiansen	911 78 551
Bodø DF	Anne-Gro Abrahamsen	900 27 642
	<a href="mailto:annegroa@gmail.com">annegroa@gmail.com</a>	
Borge HL	Tone May Nordstrand	918 94 416
	<a href="mailto:tonenordstrand@yahoo.no">tonenordstrand@yahoo.no</a>	
Breines HL	Marit N Pedersen	991 08 968
	<a href="mailto:manype@gmail.com">manype@gmail.com</a>	
Bygdlandet HL	Gunn Bertinussen	971 06 771
Digermulen HL	Ann-Kristin Willassen	975 06 525
	<a href="mailto:owillassen@gmail.com">owillassen@gmail.com</a>	
Dønna DF	Sigrid Almås Horsgård	911 46 585
	<a href="mailto:s-horsga@online.no">s-horsga@online.no</a>	
Fauske DF	Erna Josefsen	917 53 341
	<a href="mailto:ernajosefsen@fauske.kommune.no">ernajosefsen@fauske.kommune.no</a>	
Fauskeidet HL	Elisabeth Laksosnes	404 23 422
	<a href="mailto:elisabethlaksosnes@hotmail.com">elisabethlaksosnes@hotmail.com</a>	
Gildeskål DF	Tove Gjærde	992 33 488
	<a href="mailto:tove_st@hotmail.com">tove_st@hotmail.com</a>	
Hadsel DF	Karin Olufsen	480 43 614
	<a href="mailto:karin.olufsen@trollfjord.no">karin.olufsen@trollfjord.no</a>	
Hattfjelldal og Grane DF	Rigmor Eidissen	751 84 911
	<a href="mailto:rigmor.eidissen@hattfjelldal-kommune.no">rigmor.eidissen@hattfjelldal-kommune.no</a>	
Herringen HL	Jorid Bratteng Aanes	924 63 285
	<a href="mailto:jorit.bratteng.aanes@4h.no">jorit.bratteng.aanes@4h.no</a>	
Hommelstø HL	Hilde Søla	481 92 387
	<a href="mailto:hilda@soela.net">hilda@soela.net</a>	
Husvær HL	Solveig Theimann	951 88 668
Håpet HL	Rita Jorun Berger	955 25 382
	<a href="mailto:rjoberg@online.no">rjoberg@online.no</a>	
Kjella HL	Ann Helen	45 44 38 22
Konsvik HL	Lisbeth Irene Naustvoll	750 92 107
Kosmo HL	Solveig Aadahl	756 41 208
Leirfjord DF	Lill Evelyn Mathisen	977 51 378
	<a href="mailto:lillevelyn@hotmail.com">lillevelyn@hotmail.com</a>	
Lødingen DF	Solveig Storfjord Hanssen	404 10 939
	<a href="mailto:solveig.hanssen@lodingen.kommune.no">solveig.hanssen@lodingen.kommune.no</a>	
Ljønes og Kvikstad HL	Inger-Lise Kaspersen	755 39 288
	<a href="mailto:kvikstad@hotmail.com">kvikstad@hotmail.com</a>	
Lurøy og Onøy HL	Jorid Sund	472 67 036
Løkta HL	Kristen Jørgensen	416 22 768
	<a href="mailto:kirjorgensen@yahoo.no">kirjorgensen@yahoo.no</a>	
Meløy DF	Oddrun Urskog	757 51 529
Meløy HL	Arild Amundsen	902 71 207
	<a href="mailto:bomullshuset@live.no">bomullshuset@live.no</a>	
Misvær HL	Anna- Martha Fløttkjær	755 38 285
Narvik DF	Anne-Lise Christensen	970 43 154
	<a href="mailto:anne-lic@online.no">anne-lic@online.no</a>	

Nerlandet HL	Hilbjørg Bakke	906 36 797
Nesna DF	Ann Lisbeth Sandvær	414 97 614
	<a href="mailto:als@hinesna.no">als@hinesna.no</a>	
Nesnastranda HL	Ingunn Storrø	750 57 522
Nordfold HL	Elin Bartholsen	416 11 482
Rana DF	Eirin Johansen Myran	951 36 236
	<a href="mailto:eirinmyran@hotmail.com">eirinmyran@hotmail.com</a>	
Rødøy HL	Evelyn Fredriksen	478 65 971
Sandhornøy HL	Tommy Westblikk	918 48 517
	<a href="mailto:tommy@gpt.no">tommy@gpt.no</a>	
Sandset HL	Jan R. Fjellheim	911 86 676
	<a href="mailto:Jan_fjellheim@hotmail.com">Jan_fjellheim@hotmail.com</a>	
Saura HL	Synnøve K Christensen	411 01 622
	<a href="mailto:ter-ch2@online.no">ter-ch2@online.no</a>	
Skillebotn HL	Birgitt Jensen	750 26 807
Sortland DF	Mona Sandvold	992 38 754
	<a href="mailto:monasa2@tnett.no">monasa2@tnett.no</a>	
Steigen HL	Marthe Rita Kristiansen	976 86 304
	<a href="mailto:mrita@online.no">mrita@online.no</a>	
Strønstad HL	Marit H. Nilsen	934 06 497
	<a href="mailto:salongbe@online.no">salongbe@online.no</a>	
Syltern og Skille HL	Ragnihild Hongbarstad	970 89 245
Sømna DF	Klara Storvik	918 05 813
Tysfjord DF	Inga Karlsen	915 72 720
	<a href="mailto:inga.karlsen@trollfjord.no">inga.karlsen@trollfjord.no</a>	
Vefsn HL	Guri Estensen	991 62 947
	<a href="mailto:g-est@online.no">g-est@online.no</a>	
Vefsn DF	Turid Myrnes Olaussen	915 79 815
	<a href="mailto:Olaussen@nax.no">Olaussen@nax.no</a>	
Værangfjord HL	Inger Monsen	954 90 352
	<a href="mailto:idm@online.no">idm@online.no</a>	
Vevelstad HL	Sigrid Velvestad	416 85 299
	<a href="mailto:svevelst@online.no">svevelst@online.no</a>	
Vikbotn HL	Åshild Andreassen	761 28 118
Viljen HL	Herdis Olsen	760 75 206
Vågan DF	Heidi Solberg	958 76 034
	<a href="mailto:heidi.ah.solberg@gmail.com">heidi.ah.solberg@gmail.com</a>	
U.L. Håpets HL	Margit Andersen	476 10 305
	<a href="mailto:magidutti@hotmail.com">magidutti@hotmail.com</a>	
Øksnes DF	Dag Jørn Nilsen	993 23 836
	<a href="mailto:dag.jorn.nilsen@vkbb.no">dag.jorn.nilsen@vkbb.no</a>	
Øresvik HL	Marianne Benjaminsen	952 40 206
	<a href="mailto:mbenjaminsen@hotmail.com">mbenjaminsen@hotmail.com</a>	
Aas HL	Anita Johansen	750 93 127

### **Troms:**

Bardu DF	Guro Øverås	970 56 159
	<a href="mailto:guro.overas@tiscali.no">guro.overas@tiscali.no</a>	
Breidablikk HL	Inger Hanstad	771 84 544
Hamnvåg HL	Mai-Lis Kristoffersen	777 26 307
	<a href="mailto:mlkristo@online.no">mlkristo@online.no</a>	
Harstad DF	Unni Dalsnes Jakobsen	415 99 267
	<a href="mailto:udajak@gmail.com">udajak@gmail.com</a>	

Helselaget Liv	Espen Løftingsmo	412 00 086	<a href="mailto:espen.loftingsmo@nordixnett.no">espen.loftingsmo@nordixnett.no</a>
Mefjordvær HL	Evelyn Johansen	905 60 402	
Mårtind HL	Svanhild Strømsnes	777 26 727	
Salangen DF	Agnes Amundsen	993 97 745	<a href="mailto:agnesla@online.no">agnesla@online.no</a>
Senjahopen HL	Ragnhild Hellemo	456 01 367	<a href="mailto:ragnhild@hellemo.no">ragnhild@hellemo.no</a>
Sørreisa HL	Lilly Westgaard	778 61 753	<a href="mailto:lillyjohanne@yahoo.no">lillyjohanne@yahoo.no</a>
Tromsø DF	Roy Samuelsen	916 43 088	<a href="mailto:roysamue@online.no">roysamue@online.no</a>
Tromvik HL	Marit Sundby	480 72 414	<a href="mailto:marit.sundby@wavelan.no">marit.sundby@wavelan.no</a>
Vannareid HL	Anne Kristenesen	415 01 895	
Vern HL	Rigmor Eriksen Ytregård	994 78 123	<a href="mailto:rigy@online.no">rigy@online.no</a>
Vårvon HL	Randi Moen	900 68 343	

## ***Finnmark:***

Alta DF	May Elin Dagsvold	971 48 098	<a href="mailto:med@kraftlaget.no">med@kraftlaget.no</a>
Alta HL	Dagny Lillemoen	971 03 700	<a href="mailto:dagny.li@kraftlaget.no">dagny.li@kraftlaget.no</a>
Bjørnevåtn HL	Aslaug Seljesæther	920 25 234	
Bugøynes HL	Hanne Ingilæ	400 83 611	<a href="mailto:h-ing@getmail.no">h-ing@getmail.no</a>
Elvenes HL	Beryl Klerck Kristensen	789 90 818	
Gjesvær HL	Inger Karin Berg	482 86 6 8	<a href="mailto:walsoe@epost.no">walsoe@epost.no</a>
Jakobsnes HL	Evelyn Olsen Lid	789 90 719	
Karasjok DF	Marit Ellen A Amundsen	472 32 200	<a href="mailto:marehelle@gmail.com">marehelle@gmail.com</a>
Karasjok HL	Lillian Kemi	988 85 436	<a href="mailto:lilliankemi@gmail.com">lilliankemi@gmail.com</a>
Kautokeino DF	Inger Marie Bongo Eira	908 84 403	<a href="mailto:imbeira@9520.no">imbeira@9520.no</a>
Lebesby HL	Margunn H Birkeland	784 99 104	
Loppa DF	Ragnhild Martinsen	976 78 321	<a href="mailto:ragnhild.martinsen@live.no">ragnhild.martinsen@live.no</a>
Neiden HL	May Torild Karikoski	980 55 441	<a href="mailto:od-myhr@online.no">od-myhr@online.no</a>
Nesseby DF	Klara Helander	415 14 358	<a href="mailto:klara.helander@yahoo.no">klara.helander@yahoo.no</a> <a href="mailto:itam@start.no">itam@start.no</a>
Nyborg HL	Lydia Michelsen	789 58 179	
Sør-Varanger DF	Gry Bodil Malin (postmottaker)	928 80 834	<a href="mailto:gbm@tschudilogistics.com">gbm@tschudilogistics.com</a>
Tana DF	Erna Fjell Dahl	414 58 489	<a href="mailto:erna@ossimellom.net">erna@ossimellom.net</a>
Vadsø DF	Jenny Eriksen	992 66 079	<a href="mailto:jenny.eriksen@gmail.com">jenny.eriksen@gmail.com</a>

## Tips oss!

Du kan hjelpe med å få de gode historiene i Nasjonalforeningen for folkehelsen kjent. Du tipser oss ved å sende en e-post til: [fintrno@nasjonalforeningen.no](mailto:fintrno@nasjonalforeningen.no) eller ring oss: 755 23 429

Send oss gjerne tips, bilder og informasjon om aktuelle arrangement/tiltak/planer i regi av lokallaget du tilhører.

## Åpningstider

**Kontorets kjernetid er 09.00-15.00**

Men de fleste dager er vi tilgjengelig både før og etter.

Daglig leder er tilgjengelig på 970 60 352.

---

### Med vennlig hilsen

*Per- Olaf Fure*  
daglig leder  
tlf: 970 60 352

*Toril Johansen*  
aktivitetskoordinator Troms  
tlf: 952 75 517

*Maja Henriksen*  
kontormedarbeider

*Kirsten G. Ovesen*  
aktivitetskoordinator Finnmark  
tlf: 419 27 170

*Marlene Bjørnbakk*  
prosjektleder aktivitetssvenn Nordland  
tlf: 452 78 333

*Inger Marie Olsen*  
prosjektleder aktivitetssvenn Troms/  
Finnmark  
tlf: 902 05 505

### Nasjonalforeningen for folkehelsen

Storgata 30, 8006 Bodø  
Telefon: 75 52 34 29 (Per-Olaf 970 60 352)  
e-post: [fintrno@nasjonalforeningen.no](mailto:fintrno@nasjonalforeningen.no)