

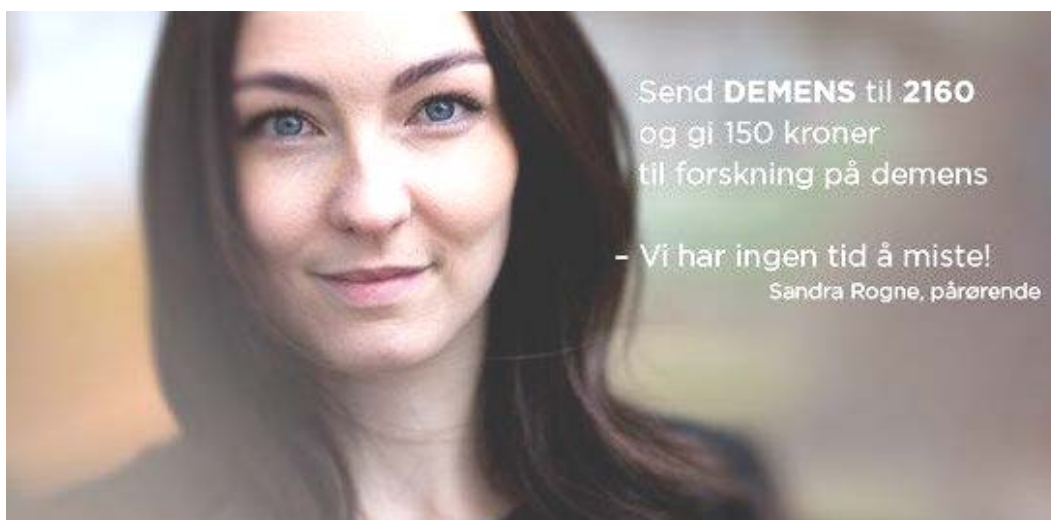
Nasjonalforeningen
for folkehelsen



FYLKESPOSTEN Nr. 3 - 2015

Nyhetsbrev for Nasjonalforeningen for folkehelsens medlemmer i fylkene Buskerud, Akershus, Vestfold, Oslo og Østfold

*La gå på omgang i styret eller kopier opp til styremedlemmene.
E-post ansvarlig sender elektronisk versjon til de som har e-post i lokallaget.*



DEMENSLINJEN

 **23 12 00 40**

Viktig for å sikre god informasjonsflyt!

Send oss gjerne fortløpende informasjon hvis dere har vervet nye medlemmer, fått nye e-post adresser, etc. Da slipper vi unødvendige forsinkelser.

Når dere sender e-post til oss, husk å benytte våre e-post adresser:
Buskerud, Akershus og Vestfold - bav@nasjonalforeningen.no
Oslo og Østfold - osos@nasjonalforeningen.no
Da ser alltid en av oss på kontoret e-posten.

Velkommen til alle som er påmeldt Inspirasjonssamlingen på Flå!

Demensaksjon 2015

70 prosent av det som samles inn går til forskning, de resterende 30 prosent går tilbake til fylkesstyret til fordeling lokalt.

I flere fylker er det vedtatt at potten til lokal fordeling spares til etter at TV-aksjonsmidlene er brukt. Det er godt å ha noe å tære på når de store midlene er brukt opp!

Demensprisen 2015, Østfold

gikk til Kathrine Skauge for stort engasjement for personer med demens og deres pårørende. Kathrine Skauge holdt innlegget "Hverdagens utfordringer med demens" for ca. 50 fremmøtte ved et åpent møte i regi av Nasjonalforeningen Østfold fylkeslag.

På bildet ses fra venstre: prisvinner Kathrine Skauge, fylkesleder Wenche Westgaard, og Paul Steinar C. Kokkim leder i Nasjonalforeningen Sarpsborg demensforening.



Demensprisen 2015, Oslo



gikk til Finn Robin Sørllø som selv har sykdommen demens. En velfortjent pris. Han frontet TV-aksjonen med sitt ansikt og har stilt opp i mange andre sammenheng, blant annet i møte med helseministeren.

Finn Robin har holdt mange foredrag for både helsepersonell og allmennheten som representant for Nasjonalforeningen for folkehelsen.

Demensprisen Akershus 2015

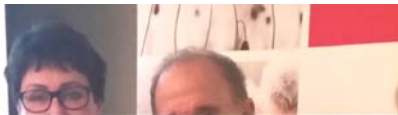
Gratulerer til Turid Aas Lundby som fikk Demensprisen i Akershus! Turid har selv demens, og har vært en viktig talsperson for økt kunnskap og åpenhet om demens. Utdelingen fant sted på et åpent møte om demens i Hurdal. Møtet var et samarbeid mellom Nasjonalforeningen Hurdal helselag og Nasjonalforeningens fylkeslag i Akershus.

Vi gratulerer med en vel fortjent Demenspris 😊.

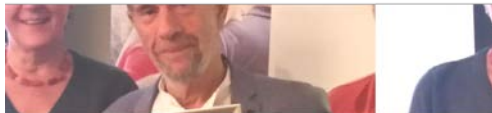
Fra venstre: fylkesleder Karin Carlson og Turid Aas Lundby



Demensprisen Vestfold 2015



gikk til spesialpsykolog Clas Hirsch fra Sykehuset i Vestfold. Prisen ble overrakt av fylkesleder Marit Thorvaldsen på et åpent møte om demens på Sandefjord Motor Hotel, 7. oktober 2015.



Hirsch fikk prisen for sin formidlingsevne om et vanskelig tema. Hirsch holdt selv kveldens foredrag med tittel «Når demens rammer familien», og han er heller aldri vanskelig å spørre når man trenger foredragsholder om de forskjellige demenssykdommene.

Fra venstre: Marit Thorvaldsen og prisvinner Clas Hirsch.



Demensprisen Buskerud 2015

vil ikke bli utdelt før etter at denne Fylkesposten går i trykken.

Samling på Sørmarka for dem som har fått demens midt i livet

Møteplass for mestring for Østlandet, ble gjennomført på Sørmarka 3.-9. september. I år var samlingen ledet av Birgit Riise Gjerstad som var med på å starte opp de aller første samlingene i Møre og Romsdal.

10 ivrige deltakere med demens i tidlig fase, møtte opp sammen med sine nære pårørende. Det var fullspekkede dager med morgentrim (til Beatles musikk) kombinert med mer alvorspreget og nyttig stoff både i plenum og i grupper. Alle deltakerne ga uttrykk for at de var kjempefornøyde med samlingen, både det faglige, men også (ikke minst) det sosiale.

For «arrangør-gjengen» oppleves samlingen som noe av det mest meningsfylte man kan drive med i Nasjonalforeningen for folkehelsen. Derfor håper vi at det vil bli satt av nye friske midler til dette i demensplan 2020.

Demensvennlig samfunn

Sarpsborg kommune har nå underskrevet avtalen om et mer demensvennlig samfunn. Kommunen vil arbeide for å legge forholdene til rette for å gi demensrammede en bedre hverdag, og at det skal være større åpenhet om demens. Man skal bl.a. gjennomføre kurs for taxi-sjåførere, bussjåførere og butikkpersonale. En arbeidsgruppe som skal løse prosjektet videre ble dannet.



Foran på bildet; ordfører Sindre Martinsen-Evje og daglig leder fylkeskontor Elisabeth Madsen. Med på bildet er også helsesjef Øivind Werner Johansen, Anne Stang (Kurland Bofelleskap), Kristin Westberg (teamleder Borgen sykehjem), Anne-Brit Sande (teamleder Eplehagen), Bente Skauge (demensteamet), Nina Mikkelsen (teamleder helse enhet) og Steinar Kokkim (leder av Sarpsborgs demensforening/teamleder Hagvoll).

Bildet tatt av Sarpsborg kommune.

Halden demensforening i farta

I årets demensaksjon trådte demensforeningen til som aldri før. Det ble gjort en heltemodig innsats på stand tre dager i demensuken. Ikke bare fikk man inn ca. 18.000 kroner, man klarte også å verve flere nye medlemmer.

Poenget er at man hele tiden var å se *foran* standen på Tistasenteret, ved å ta direkte kontakt med senterets besøkere. Det ble rom for gode samtaler, spøk og latter og ikke minst mye fokus på demenssaken. Mange hadde fremdeles kontanter, men de som ikke hadde, ble oppfordret til å gi via sms.

På bildet fra v. Finn Eng, Kari Torvanger og Arve Tønnesen.



Tilskudd til deltakelse på kurs om demens

Det er nå opprettet en ny tilskuddsordning for Nasjonalforeningen for folkehelsens medlemmer. Tilskuddet gis til medlemmer som vil delta på kurs om demens og er en del av TV-aksjonsmidlene.

Personer med demens og pårørende oppfordres spesielt til å søke.

Det gis kursstøtte på inntil kr. 5000 pr. person.

Midlene kan gå til kursavgift, reise og opphold. Utgiftene må dokumenteres. Søknadsskjema finner du på medlemsnett.

Spennende foredrag i Ris Storstue om aldring

120 interesserte tilhørere var samlet i Ris Storstue da Verena Dehli fra Nasjonalforeningen Vinderen Helselag ønsket velkommen til foredrag i demensuken.

«Når fødselsattesten din lyver?»

Dr.med. Siri Rostoft fengslet forsamlingen med et kåseri om forskjellen mellom kalenderalder og biologisk-alder. Hun understreket hvor viktig det var for helsevesenet i sin behandling av eldre på alle trinn å foreta en individuell vurdering, når det gjelder bl.a. funksjonalitet hos pasientene. Det er ikke tilstrekkelig etter hennes skjønn kun å vurdere det



rene sykdomsbildet ved behandling og medisinerer. De fleste av oss vil individuelt bevege oss inn i en av kategoriene kjekk/middels/skrøpelig og det må også tas i betraktning ved behandling.

Dr. Rostoft avsluttet med oppfordring til sunt levesett og ikke minst til sosialt felleskap.

Nasjonalforeningen Vinderen Helselags nye vervebrosjyre ble delt ut og foredragsholder ble overrakt takk og blomster av Verena Dehli.

Flott forsamling i Ris Storstue

Kurs for Aktivitetsvenner til personer med demens i Stokke kommune, Vestfold



Det er nylig avholdt kurs for Aktivitetsvenner, og arbeidet med å koble personer med demens med frivillige er i gang! Arbeidsgruppen har skrevet under på en samarbeidsavtale med blant annet ordfører i Stokke, Erlend Larsen. Forankring i kommunens ledelse er en viktig forutsetning for å lykkes med prosjektet, og sikrer et mer forpliktende samarbeid over tid.

Det er også interesse for å starte en demensforening i Stokke. Vi ser at det skapes interesse for demenssaken gjennom etablering av prosjekt Aktivitetsvenn. En positiv bieffekt!

På bildet ses arbeidsgruppen ved etablering av Aktivitetsvenn i Stokke: (fra høyre) Janne Moholt, Tine Haug- Hansen, Rigmor Sørensen, Anne- Britt Greff, og Eva Løberg.

Aktivitetsvenn Oslo

I Oslo er vi godt i gang med høstens kurs. Det er mange personer med demens som venter på en aktivitetsvenn, og vi jobber nå med å rekruttere flere frivillige, både unge og eldre. Det er avholdt to kurs allerede, og ett arrangeres før jul, 10. og 11. november.

Ida Øybekk Neess holdt blant annet innlegg på demensdagen i Oslo for elever på helse -og sosialfag og Miljøbehandlingens ABC. I desember skal hun også holde innlegg på Demensdagene i Oslo. Det merkes stor interesse for Aktivitetsvenn både fra helsepersonell og pårørende. Spennende arbeid framover!

Aktivitetsvenn i Akershus

Aktivitetsvenn er i full sving i Nittedal og Eidsvoll kommune. En suksessfaktor i begge kommunene er deres tradisjon for samarbeid mellom frivillig og kommunal sektor. Det arrangeres en erfaringsamling for oppstartede kommuner i Akershus, Oppland og Hedmark i slutten av oktober. 27 personer er påmeldt så langt. Et av temaene for samlingen er hvordan motivere de som har demens for aktivitetsvenntilbudet.

Vi leter nå etter en åpning for å etablere Aktivitetsvenn i Follo-regionen. I den forbindelse er to masterstudenter i Folkehelsevitenskap ved Norges miljø- og biovitenskapelige universitet (NMBU) engasjert for å kartlegge ressurspersoner og mulige samarbeidspartnere i Follo.



Ditte Staldgaard og Vaiva Lieblein, masterstudentene fra NMBU



Sørums kommunen ønsker nå å etablere Aktivitetsvenn og er godt i gang med å etablere en arbeidsgruppe.

Aktivitetsvenn i Buskerud

Nore og Uvdal kommune skal arrangere hyggekveld for sine 12 aktivitetsvenner som har vært engasjert i snart ett år. Nå er Rollag kommune klare for å etablere Aktivitetsvenn. I midten av november arrangeres et åpent møte for innbyggere i Rollag, og i slutten av november arrangeres første aktivitetsvennkurs. Kongsberg kommune ønsker også å starte Aktivitetsvenn. De har etablert en arbeidsgruppe og arrangerer informasjonsmøte i slutten av november.

Aktivitetsvenn i Østfold

Eline Sannes Riiser har tatt over prosjektansvaret for Østfold da Thale Waaler Eggen har overtatt jobben som nasjonal prosjektleder i Aktivitetsvenn. Trøgstad og Båstad helselag skal arrangere aktivitetsvennkurs i samarbeid med Askim og omegn demensforening. Østfold er et skikkelig gla'fylke som viser stort engasjement for Aktivitetsvennprosjektet.



Historie fra lokallag som ikke fikk plass i forrige nummer:

Resultater fra Hoppetaukonkurransen 2015 i Oslo

Lilleborg skole klasse 4b vant førstepremien.

Klasse 4a fra Lilleborg, ble nummer 2.

Klasse 5c fra Svendstuen ble nr. 3.

Gratulerer!

Alle klassene hadde oppnådd 600 poeng. Totalt deltok 68 klasser – 8561 elever.

Blant skolene i vårt distrikt, Slemdal, Vinderen, Grindbakken og Svendstuen, vant klasse 5c fra Svendstuen.

Vinderen helselag deler hvert år ut lokal premie til beste klasse, og klasse 5c fikk premien på kr. 2000.- fredag 12. juni.

Elevene var meget overrasket og glade.

På spørsmål fra undertegnede om de visste

hvorfor Nasjonalforeningen arrangerer Hoppetaukonkurransen hvert år (10. år i år) var svarene:

for at vi skal holde oss i form, og for samholdet. BRA!!

Lærer Åsa Cecilia Tønnesen hadde fortalt meg at noen av guttene først ikke ville delta – de var fotballspillere!

Læreren holdt på sitt og sa at alle skal delta. I ettertid har disse guttene uttrykt at de var glade for at de ble med. De hadde lært klassen bedre å kjenne og de mente det var blitt et bedre samhold!

En stor takk til en sporty og dyktig lærer som gjennomførte hopping på en time hver dag. Hun fortalte at sist år, i 4. klasse, hadde hun benyttet hoppetau som oppvarming i hver gymtime – så da hun hørte om hoppetaukonkurransen var hun ikke i tvil om at hun ville delta med sin klasse!

Klassen har allerede laget en liste med forslag over hva de kan tenke seg å gjøre for premien!

Takk for en flott innsats!

Vennlig hilsen

Nasjonalforeningen Vinderen helselag v/Mette Berents



Lise Sterud takket for seg i Nittedal

Etter 34 år og 7 måneder(!) gikk Lise Sterud av som leder i Nasjonalforeningen Hakadal helselag da lokallaget holdt et ekstraordinært årsmøte. Årsaken til det årsmøtet skyldes forslaget om å skifte navn fra Hakadal helselag til Nittedal helselag. Årsmøtet var enig i navneskiftet – og heretter er det offisielle navnet nå Nasjonalforeningen Nittedal helselag.

Lise Sterud ble behørig hyllet for sin lange innsats som leder. Det vanket gaver og gode ord fra medlemmene i lokallaget og fra fylkesleder Karin Carlson.

Lise Sterud holdt en takketale – hvor hun blant annet takket medlemmene for et svært godt samarbeid gjennom alle disse årene.

Som ny leder i Nasjonalforeningen Nittedal helselag ble Happy-Tom Christiansen valgt.



Lise Sterud og Happy-Tom Christiansen

Vervekonkurransen

Nye medlemmer som registreres i perioden 1. februar til 31. oktober i år, gir grunnlag for å delta i vervekonkurransen om to hovedpremier i form av iPad/nettbrett.

I november trekkes det to vinnere blant lag/medlemmer som har vervet fem eller flere nye medlemmer i den angitte perioden.

Internettsider

Nasjonalforeningen for folkehelsen har fått helt nye nettsider og medlemsnett. Håper dere vil ta dem i bruk.

Nettbutikken kommer på plass i november.

Materiell kan inntil videre bestilles via telefon og e-post til ekspedisjonen.

Tips oss!

Du kan hjelpe med å få de gode historiene i Nasjonalforeningen for folkehelsen kjent.

Oslo og Østfold tipser oss ved å sende til: osos@nasjonalforeningen.no

eller ring oss: tlf. nr. 40 44 57 56.

Buskerud, Akershus og Vestfold tipser oss ved å sende til bav@nasjonalforeningen.no

eller ring oss: tlf. nr. 23 12 00 88.

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

Viktige nettsider:

Nasjonalforeningen for folkehelsen: <http://nasjonalforeningen.no>

Medlemsnett: <http://www.nasjonalforeningen.no/medlem>

Min Side: <http://service.nasjonalforeningen.no/minside>

(for å justere medlemskap/se medlemsliste for eget lag)

Nettbutikk: <http://www.nasjonalforeningen.no/nettbutikk>

Nasjonalforeningens hjelpetelefoner – Demenslinjen og Hjertelinjen med nye plakater

Disse var vedlagt lokallagssendingen i august og kan også bestilles i nettbutikken. Bli med på å spre informasjon om våre tilbud ved å henge opp plakater på egnede steder som for eksempel legekantoret, biblioteket, sykehjemmet og andre steder der det kan passe.

Både Hjerter- og Demenslinjen betjenes av fagpersoner med god kompetanse, og kan svare på de fleste spørsmål innenfor områdene hjerte og demens.



Hotellavtale

Nasjonalforeningen har inngått en meget bra avtale med Thon for våre medlemmer. Her er det penger å spare 😊

For bestilling – logg deg inn med følgende:

- Kundenr: TVA009827
- Firmanavn: Nasjonalforeningen for folkehelsen

Endringer i Hvem, Hva, Hvor

i Buskerud:

Hurum demensforening

Liv Hennie Aas

e-post:

lhenaa@online.no

Kongsberg demensforening

Åse Nitteberg

Alf Prøysensvei 7
3613 Kongsberg

944 88 955

i Akershus:

Hurdal helselag,

Grete J. Ruud

(vikar for leder)
Vestsideveien 167
2090 Hurdal

e-post:

907 40 577

gruud@dcpost.no

Hakadal helselag har skiftet navn, og leder, til følgende:

Nittedal helselag

Happy-Tom Christiansen
Seljeveien 3 F
1481 Hagan

400 16 675

918 37 618

postkasse@nittedalfrivilligsentral.no

i Østfold:

Askim og omegn demensforening

Nina Nesholen Furuseth Frosterudveien 39
1832 Askim

e-post: post@demensforeningensaskim.info

Halden demensforening

Kari Torvanger

e-post: halden.demensforening@gmail.com

i Oslo:

Ullevål Hageby helselag

Inger Eliassen

tillegg mobiltelefon nr.

915 18 943