



Innkalling til årsmøte i Momentum Øst.

Sted: Solheimveien 62 B, 3. etg. Lørenskog.

Dato/tid: 28. februar 2017 kl. 18-20.

For hvem: Alle medlemmer som har betalt kontingent for 2016.

Årsmøtet gjelder for driftsårene 2015-2016.

Forslag til dagsorden:

- 1. Åpning, herunder registrering av møtedeltakerne.**
- 2. Konstituering, herunder valg av møteleder, møtesekretær, og to stemmeberettigede medlemmer, som skal undertegne protokollen, samt tellekorps på to personer.**
- 3. Godkjenning av innkallingen og dagsorden.**
- 4. Styrets årsberetning 2015-2016.**
- 5. Regnskap.**
- 6. Enkelt saker fremmet av medlemmer eller fylkesstyret.**
- 7. Handlingsplan for 2017.**
- 8. Budsjett 2017.**
- 9. Valg av**
 - leder**
 - nestleder**
 - 3 styremedlemmer**
 - 2 varamedlemmer**
- 10. Valg av valgkomite.**
- 11. Valg av delegater med vara til Landsmøtet.**
- 12. Møtet heves.**

Saker som medlemmene ønsker å få behandlet på årsmøtet, må være styret i hende 6 uker før årsmøtet finner sted.

Enkel servering og med vennlig hilsen !

**Steinar B. Hansen, leder Momentum Øst
Tlf. 913 82 221 Epost: steinar@regnskapsnettet.no**

MOMENTUM ØST

Styrets årsrapport for 2015

Ettersom Landsmøtet 31.05.2015 endret vedtektene slik at Landsmøtet møtes kun hvert annet år og at avdelingene skulle følge samme periode, så vil det ikke bli avholdt årsmøte i Momentum Øst for 2015. Heller ikke blir det avholdt valg av tillitsvalgte.

Styret har hatt følgende sammensetning i 2015:

Leder:	Steinar B. Hansen
Nestleder/studieleder:	Ketil Høyum Iversen
Sekretær:	Jan Ove Sørheim
Økonomiansvarlig:	Ingrid Hansen
Arr.ansvarlig:	Bjørn Røhne
Styremedlem:	Terje Hansen
Styremedlem:	Kristin Holter-Sørensen
Styremedlem:	Vigdís Hansen

Valgkomite:

Styret har hatt fullmakt fra årsmøte 2014 til å opptre som valgkomite. Styret har også fullmakt fra årsmøtet til å velge valgkomite. Styret bør bestrebe seg på å utnevne en valgkomite utenfor styret, som vil komme med sin anbefaling til årsmøtet 2016, som skal avholdes innen mars 2017. Valgkomiteen bør komme med forslag om 5 styremedlemmer, pluss 2 varamedlemmer. Alle sittende styremedlemmer er på valg etter 2016.

Styrets arbeid:

Det er avholdt 6 ordinære styremøter i perioden, i tillegg kommer styreseminar på Hadeland Hotell, hvor handlingsplan og budsjett for 2016 ble utarbeidet. Kontorleie i Solheimveien 62 B er oppsagt. Nøkler til FFO's lokaler er innlevert og vi må hente nøkler på en Essostasjon i nærheten når vi skal avholde styremøter. For å spare penger har vi kuttet styremøtene til annenhver måned.

- **Likepersonsarbeid.**

Helge Viken har sagt ja til å være likepersonskoordinator, dvs. at han fordeler arbeidet mellom likepersonene. Følgende personer er nå fungerende likepersoner foruten Helge Viken: Ketil Høyum Iversen, Bjørn Røhne, Kristin Holter-Sørensen, Ingrid Hansen, Terje Hansen, Vigdís Hansen, John Arne Rosenlund, Nils-Odd Tønnevoid, Kjetil Bragstad og Steinar B. Hansen.

Vi har nå faste månedlige gruppemøter på Fram Rehab og Bakke Rehab. Det er Vigdís og Steinar Hansen som inntil videre har hatt ansvar for dette.

Tilbakemeldingene fra disse gruppemøtene har vært svært gode, både fra pasienter

og ledelse. Helge Viken, John Arne Rosenlund, Ingrid Hansen og Ketil Høyum Iversen deltok på åpningen av brukerkontoret på A-hus 20/10.

- **Brukerråd:** Kristin Holter Sørensen er representant på Fram Rehab.
Steinar B. Hansen er representant på Bakke Rehab.
- **Likepersonkurs Gardermoen 13-15. mars:** Deltakere fra Momentum Øst var Vigdis Hansen, og Ingrid og Terje Hansen.
- **Kurs i organisasjon og styrearbeid på Gardermoen 13-15.mars.** Deltakere fra Momentum Øst var Kristin Holter-Sørensen og Steinar B. Hansen.
- **Momentums Landsmøte i Harstad 29-31. mai.** Styrevalgte delegater fra Momentum Øst var Nils-Odd Tønnevoid, Bjørn Røhne, Vigdis Hansen og Steinar B. Hansen. Oppholdet er behørig referert i "Livsglede", så vi skal ikke gjenta alt som skjedde i denne rapporten. Men noe tar vi med. Rebuskonkurranse for å finne frem i Harstad by over 3 km. En glimrende båttur med skonnert ut på havet med et like glimrende vær, og med servering av skipskost under dekk. Vi hadde også en hard 2-timers økt med Gitte, med gode øvelser for amputerte. Flere foredrag, også av Gitte, som fortalte om sitt studieopphold blant amputerte soldater i USA. Turen hennes var delfinansiert av Momentum. Tilslutt ble det selve Landsmøtet med vanlig gjennomgang av årsmøtesaker, endring av vedtekter og valg av tillitsvalgte.
- **Aktivitetsweekend på Hurdalsjøen Hotell 21-23. august:** Antall deltakere var kun 16 og det er litt for dårlig. Kan ha sammenheng med at Momentum Innlandet hadde en aktivitet på Hjerkin samme helg. For fremtiden bør vi unngå slike kollisjoner. Invitert med va fysioterapeut Gitte Hilding fra Bakke Rehab. Gitte er en av de få og . beste fysioterapeuter i Norge, som har spesialisert seg på amputasjoner. Av aktiviteter som ble gjennomført, var: Gå-trening, balansetrening i innendørs basseng, Thai Chi gymnastikk, og kanopadling. I tillegg hadde vi en 2-timers båttur med sightseeing på Hurdalsjøen. Dette var en krevende øvelse for flere av oss fordi vi måtte mestre utryggheten ved å gå ut på en vinglete brygge, for så å klatre ned en stige på brygga for å komme ned i en urolig båt på 20 fot. Men ingen trakk seg og alle kom om bord. Til og med en rullestol med pasienten sittende i, klarte man å få løftet ned i båten og senere opp på brygga. Hurdalsjøen Hotell kan absolutt anbefales. Der var nydelig mat, hyggelig betjening, greie rom og trivsel.
- **Temamøter på trenings- og mestringsavdelingen på Aker sykehus 9/9 og 4/11.** Dette er et samarbeidsprosjekt mellom Aker sykehus, Sophies Minde, LFA og Momentum Øst. Temaene hittil har vært sårbehandling og "det å være amputert".

Oppslutningen har vært heller dårlig, og Momentumdeltakerne har vært i flertall. Det skal avholdes et nytt temamøte våren 2016, hvor vi i etterkant skal evaluere en eventuell fortsettelse. Vigdis Hansen og Steinar B. Hansen har sittet i styringsgruppen for dette prosjektet fra Momentum.

- **Behandlingstur mot fantomsmerter til Porto Santo 9/10 til 18/10.**
Momentums reiseklubb, Movi 2014, ble bedt om å arrangere en prøvetur til denne øya for å undersøke om sandbehandling inneholdende grunnstoffet "Strontium" kunne ha noen lindrende effekt på amputerte med fantomsmerter. Kort fortalt: Man blir lagt i en "sarkofagllignede" kiste. I kisten er det varm sand. Liggende i kisten, blir sprøytet over hele kroppen, så bare hodet synes, med en slange som inneholder sand fra stranden. Sanden har en temperatur på opptil 43 grader og sterilisert. Strontiumet fra sanden trenger inn i svetteporene og forblir i kroppen som et smertestillende middel, og blir der i noen måneder, før man trenger ny behandling. Man ligger i kisten i en halv time. Dette gjøres 2 ganger daglig, slik at etter 6 dager, så har man hatt 12 behandlinger. Blodtrykk, puls og kroppstemperatur blir målt før hver behandling. Kvalifisert personell, samt anestesilege er tilstede hele tiden under behandlingen. 7 av 9 fantomsmerterpasienter har gode resultater av behandlingen, slik at vi kommer til å invitere til flere turer.
- **FFO-seminar for ledere 20/11 på Clarion Gardermoen**
Steinar B. Hansen deltok som eneste fra Momentum.
- **FFO kongress 22/11 på Clarion Gardermoen.**
Steinar B. Hansen deltok som delegat fra Momentum.
- **Juleavslutning på Thon Hotell Triaden, Lørenskog 5/12.**
Dette ble avviklet på vanlig møte og sedvanlig måte med godt humør. Bjørn Røhne administrerte det hele med stø hånd. Etter maten var det julelotteri. Deretter et foredrag av Nils-Odd Tønnevoild om opplevelsene med sandbad og Porto Santo. Stemningen fra Porto Santo ble godt levendegjort av Nils-Odd.
- **Grasrotmidler.**
Etter ny registrering i frivillighetsregisteret i Brønnøysund er vi igjen klare for mottak av grasrotmidler.
- **Bingo-vertskap.**
Vi er godkjent av Lotteri- og stiftelsestilsynet som mottaker av bingo midler. Vi søker å komme i gang høsten 2016.

- **Andre styreverv:**

Styremedlem Funklis Akershus	Steinar B. Hansen
Styremedlem VOFO Akershus	Steinar B. Hansen
Råd for funksjonshemmede Vestby	Steinar B. Hansen
Helse-og omsorgskomiteen i Vestby	Steinar B. Hansen

- **Ajourføring medlemslister.**

På grunn av omlegging til elektronisk medlemskartotek i Momentum, så må alle fylkeslag kontakte sine medlemmer om endringer i medlemskap eller personalia. Denne jobben er vi snart ferdig med blant, det gjenstår litt.

Fungerende styre Momentum Øst Inntil valg i 2017:

Leder:	Steinar B. Hansen
Nestleder/arr.ansvarlig	Bjørn Røhne
Sekretær	Jan Ove Sørheim
Økonomfiansvarlig	Ingrid Hansen
Styremedlem	Terje Hansen
Styremedlem	Kristin Holter- Sørensen
Styremedlem	Vigdís Hansen

Likepersonkoordinator Helge Viken

Vestby 30.12.2015

Steinar B. Hansen

MOMENTUM ØST

Styrets årsrapport for 2016

Ettersom Landsmøtet 31.05.2015 endret vedtektene slik at Landsmøtet møtes kun hvert annet år og at avdelingene skulle følge samme periode. Heller ikke blir det avholdt valg av tillitsvalgte, med unntak av Ketil Høyum Iversen, som ble fritatt fra 1/1-2016. Bjørn Røhne ble valgt av styret til å tre inn på Iversens plass, som nestleder.

Styret har hatt følgende sammensetning i 2016:

Leder:	Steinar B. Hansen
Nestleder/studieleder/arr.anstv.	Bjørn Røhne
Sekretær:	Jan Ove Sørheim
Økonomiansvarlig:	Ingrid Hansen (døde i august 2016)
Styremedlem:	Terje Hansen
Styremedlem:	Kristin Holter-Sørensen
Styremedlem:	Vigdis Hansen

Valgkomite:

Styret har hatt fullmakt fra årsmøte 2014 til å opptre som valgkomite. Styret har også fullmakt fra årsmøtet til å velge valgkomite. Styret bør bestrebe seg på å utnevne en valgkomite utenfor styret, som vil komme med sin anbefaling til årsmøtet 2016, som skal avholdes innen mars 2017. Helge Viken og har takket ja til å være valgkomité og dette er vedtatt. Valgkomiteen bør komme med forslag om 5 styremedlemmer, pluss 2 varamedlemmer. Alle sittende styremedlemmer er på valg etter 2016.

Styrets arbeid:

Det er avholdt 6 ordinære styremøter i perioden, i tillegg kommer styreseminar på Sundvollen Hotell, hvor handlingsplan og budsjett for 2016 ble utarbeidet, samt at arbeid med søknadsskriving ble gjennomgått. Det har vært lite forfall til styremøtene, og styremedlemmene arbeider godt sammen som et kollegia.

- **Likepersonsarbeide.**

Helge Viken har også i 2016 vært vår likepersonkoordinator. Følgende personer har vært fungerende likepersoner foruten Helge Viken: Ketil Høyum Iversen, Bjørn Røhne, Kristin Holter-Sørensen, Ingrid Hansen (frem til hennes bortgang i august), Terje Hansen, Vigdis Hansen, John Arne Rosenlund, Nils-Odd Tønnevold, Kjetil Bragstad og Steinar B. Hansen.

Vi har fortsatt faste månedlige gruppemøter på Fram Rehab og Bakke Rehab. Det er Vigdis og Steinar Hansen som har hatt ansvar for disse møtene. Pga av sykdom har

Kristin Holter-Sørensen og Jan Ove Sørheim overtatt dette ansvaret
Tilbakemeldingene fra disse gruppemøtene har vært svært gode.
Det har vært avholdt 2 fellesmøter i likepersongruppen, med stor deltakelse.

- **Brukerråd:** Kristin Holter Sørensen er representant på Fram Rehab.
Steinar B. Hansen er representant på Bakke Rehab.
- **Likepersonkurs:** I.h.h. til nye retningslinjer fra Buf-etat skal alle nye og alle fungerende likepersoner ha nytt kurs. Det arrangeres kurs i februar 2017, høst 2017 og vår 2018. Dette kurset er obligatorisk for alle som vil fungere som likepersoner. Momentum Øst har meldt på 8 stk. på kurset i feb 17, herav 4 "nye" medlemmer.
- **Tilskudd av midler fra Akershus fylkeskommune og Helse- SørØst:**
Hvert år søker vi midler til dekning av drift og aktiviteter. Det gjorde vi også for 2016. Fra Akershus fylkeskommune fikk vi kr. 45.600. Av Helse-SørØst fikk vi ingenting. Begrunnelsen var at vi hadde sendt inn søknad for sent. Søknadsfrist var endret fra 31/12 til 30/11, og det uten å gi beskjed til søkerne. Man sparer jo penger på sånt. Vi tapte 40-50.000 på dette og har derfor vært forsiktig med pengebruken i 2016. Vi har også søkt om tildeling for 2017 og denne gang ble den sendt inn i midten av november, og mottaket er bekreftet.
- **Grasrot- og bingomidler:**
Nå er vi i godt gjenge igjen med grasrotmidlene og ser ut til å motta ca. kr. 12.000 i 2017. Resultatet for 2016 ble kr. 5.052. En stor takk til de som tok fatt i dette og drevet kampanje, slik at dette er i gang igjen. Når det gjelder Bingo, så er vi godkjent i ordningen, men vi har ennå ikke blitt tilknyttet noen klubb.
- **Behandlingsreiser Porto Santo.**
Disse reisene har blitt sterkt forsinket fordi vi har manglet flyforbindelse Madeira- Porto Santo. Takket være reisebyrået Berg-Hansen så har dette ordnet seg, slik at 6 medlemmer var til behandling fra 17/1-24/1 2017. Turen i 2015 viste at 100% av de som hadde fantomsmerter opplevde en betydelig og langsiktig virkning. Anbefales!
- **Treningsturer til Guardamar, Costa Blanca, Spania.**
Ingen aktivitet i 2016, men vi har tatt det inn i handlingsplanen for 2017, en ukestur i oktober, som vil være subsidiert med ca. 60% av kostnaden. Interesserte bes melde seg. Familiene Røhne og Hansen var på privat befaringsstur i Torre Vieja-området i april 2016. Der traff vi selvsagt på familien Bornkessel, og sammen dro vi til Betanien stiftelsen i Albir for å sjekke mulighetene for et samarbeid om trening, det være seg fastboende nordmenn eller treningsvillige tilreisende fra Norge. For tiden

bar dette stedet for mye preg av sykehjem, men vi lovte å holde kontakten. Geir Bornkessel følger opp.

- **Momentums 20-års jubileum 29/4-1/5 på Fevik Strand Hotell.**
Momentum Øst var representert ved Kristin Holter-Sørensen, Vigdis Hansen og Steinar B. Hansen. Slik det passer seg, så hadde vi med blomster og holdt en tale for jubilarer. Velfortjent ble Nils-Odd Tønnevold, foreningens ubestridte gründer og forbilde, tildelt rollen som jubilarer, og som han selvsagt levde opp til. Utenlandske gjester var også tilstede og medlemmer som tidligere hadde vært svært aktive i oppbyggelsen av Momentum-organisasjonen. Nydelig servering og svært god underholdning..
 - **Fisketur ved Glomma i Eidsberg, lørdag 18. juni:**
Samlingspunkt var Eidsberg Kirke, (Eidsberg-domen, et staselig bygg). For å fiske trenger man ofte agn, så vi dro i kortesje til Bjørn Liseter sin gård. Han er Norges eneste produsent av meitemark. Vi fikk bivåne varebeholdningen i låve-kjelleren. Det kravla og krøp i kasser og trau. Livretten til meitemark er bygg, kaffegrut og appelsin-kjøtt. Vi fikk 4 kg meitemark til avskjedsgave og kjørte forventningsfulle til en brygge ved Glomma. Fangsten ble 5 mort og en abbor. Derfor ble det grillpølser til lunsj. En hyggelig tur og hyggelig selskap.
 - **Aktivitetsweekend på Hurdalsjøen Hotell 19-21. august:**
Antall deltakere var 15 stk. Det var for dårlig i forhold til tilbudet. Egenandelen var på kr. 1.450,-, som dekket to overnattinger m/nydelig frokost, to lunsjer og to middager og inkludert fysioterapeut Gitte Hilding, fra Bakke Rehab, som ledet aktivitetene. For å få større deltakelse i 2017, så vil vi prøve å arrangere denne weekenden 9.-11. juni, for ikke å kollidere med aktiviteten på Hjerkin i august. Hurdalsjøen er et flott sted som passer våre aktiviteter. Av aktiviteter som ble gjennomført var gå-trening, trening i innendørs basseng, Thai Chi gymnastikk, kanopaddling og boccia. Vi hadde med to rullestoldeltakere som ikke kunne være med i bassenget fordi det manglet heis/ rampe. Dette bør jeg vi gjøre noe med neste gang.
- Temamøter på trenings- og mestringsavdelingen på Aker sykehus 2/3 og 26/10:**
Dette er et samarbeidsprosjekt mellom Aker sykehus, Sophies Minde, LFA og Momentum Øst. **Møtet 2/3** omhandlet "hvordan mestre smerte". Nils-Odd Tønnevold holdt hovedforedraget om sitt liv som amputert og også om erfaringer med sandbehandling på Porto Santo. Ca. 30 tilhørere, En følelsesladet og god forestilling. I tillegg demonstrerte sykepleier fra Fram Rehab bruken av speilmetoden for smertelindring. Siste innlegg var ved spesialsykepleier fra Oslo Universitetssykehus som holdt et innlegg om bruk av medisiner i behandlingen.

26/10 var temaet "Rettigheter etter amputasjon" v/ tidligere trygdesjef, Knut Owe Karlsen. Også et godt foredrag med ca. 30 tilhørere. Det er også spennende at fysioterapeuter fra Fram Rehab og Bakke Rehab deltar på disse kursene. Vigdis Hansen og Steinar B. Hansen har sittet i styringsgruppen for dette prosjektet fra Momentum Øst.

- **Seminar VOFO Akershus (voksenopplæringen) 10-11/9 på Soria Moria hotell :**
Et meget interessant seminar med gode forelesere med tidl. Statsråd Odd Einar Dørum i spissen. Overnatting m/frokost to lunsjer og en middag, egenandel kr. 500. Bli med neste gang! Deltakere fra Momentum Øst var Vigdis Hansen og Steinar B. Hansen.
- **Styreseminar på Sundvollen hotell 11-13/11:**
Et svært viktig og arbeidsomt møte, hvor vi lager handlingsplan og budsjett for neste år, samt gjennomgang av søknadsskriving for neste år. Det er svært viktig at hele styret gjør dette sammen, slik at alle ha et innblikk i prosessene. Hele styret deltok.
- **Juleavslutning på Thon Hotell Triaden, Lørenskog 3/12.**
Tradisjonell lunsj med 23 deltakere og meget god stemning. Det hele ble administrert/ ledet med stø hånd av Bjørn Røhne, med god bistand fra ektefellen Liv.
- **Andre styreverv:**

Styremedlem VOFO Akershus	Steinar B. Hansen
Råd for funksjonshemmede Vestby	Steinar B. Hansen
Helse-og omsorgskomiteen i Vestby	Steinar B. Hansen

Annen kurs og konferansevirksomhet:

- **FFO Samhandlingsreformen ,25/2.** Deltaker Steinar B. Hansen.
- **FFO Konferanse, Thorbjørnsrud Hotell 29-30/10.** Deltakere Bjørn Røhne og Steinar B. Hansen.
- **FFO søknadsskriving 31/10.** Deltakere: Vigdis Hansen, Bjørn Røhne og Steinar H.
- **Funkis Akershus, Datakurs 9/11 og 25/11.** Deltakere: Vigdis Hansen, Bjørn Røhne og Steinar B. Hansen.

Status Momentum Øst 31.12.2016: 182 betalende medlemmer og et overskudd på kr. 9.080,-. Antall likepersonbesøk: 89.

Vestby, 25. januar 2017
Steinar B. Hansen

Resultatrapport

Periode 2016-01-01 - 2016-12-31
 Kunde (Alle)
 Løveandør (Alle)
 Avdeling 10 Momentum Øst
 Prosjekt (Alle)
 m/underprosjekter
 Butsjett (ikke valgt)

Resultat (2016)		2016
Ragnrekepostene		
Driftsresultat		
Driftsinntøker		
Salgsinntøker		
3200 Orsetning utenfor avgiftsområdet standard		66 875
3240 Egenandeler		18 900
3250 Kontingenter, Personmedlemmer		47 625
3299 Motkonto salginnløst, utenfor avgiftsområdet		-66 875
Salgsinntøker		96 525
Annen driftsinntøkt		
3460 Funksis tilskudd		3 880
3490 Andre tilskudd		45 600
3710 Grasrotandelen		5 052
Annen driftsinntøkt		54 332
Driftsinntøker		120 857
Driftskostnader		
Varekostnad		
4500 Hotell og lokaler - arrangement		40 545
4520 Foredragsholderer og underholdning - arrangement		1 250
Varekostnad		41 795
Annen driftskostnad		
6820 Trykksak		10 950
6860 Møte, kurs, oppdatering o.l.		21 858
6890 Annen kontorkostnad		2 084

Resultat (2016)	
Revisjonskonto	2016
6900 Telefon	2.000
6940 Porto	1.717
7140 Reisekostnad, ikke oppgaveliktig	30.427
7400 Kontingent, tradagsberettiget	200
7420 Gave, tradagsberettiget	665
Armen driftskostnad	69.982
Driftskostnader	111.777
Driftsresultat	9.080
Ordinært resultat før skattekostnad	9.080
Ordinært resultat	9.080
Årsresultat	9.080

Overskudd

Til: Momentums Landsmøte i april 2017.

Forslag til endring av vedtektene fra årsmøtet 2016 i Momentum Øst.

Tema: Fordeling av delegater fra fylkeslagene ved Landsmøtet.

Bakgrunn:

På Landsmøtet i Harstad mai 2015, ble en rekke vedtekter endret, bl.a. fordeling av delegater til Landsmøtet. Momentum Øst tok til orde for at nye delegatfordelingen ga de større fylkeslagene vesentlig mindre innflytelse, enn de gamle vedtektene ga. De nye vedtektene ble likevel vedtatt midlertidig, ved at det nasjonale styret foreslo at styret skulle vurdere en endring frem til Landsmøtet i 2017.

Paragraf 7, 2. avsnitt lyder :

"Representasjonen beregnes slik: Fylkeslagene har to delegater pr. fylkeslag, som blir valgt på fylkeslagenes årsmøter."

Årsmøtet 2016 i Momentum Øst har vedtatt å foreslå følgende tillegg, og forslaget lyder:

"Fylkeslag som har flere enn 100 betalende medlemmer, får et tillegg på ett delegat for hvert hundrede medlem som registreres."

Dette skal forstås slik ved eksempler:

50 medlemmer gir 2 delegater
100 medlemmer gir 2 delegater
200 medlemmer gir 2 delegater
201 medlemmer gir 3 delegater
301 medlemmer gir 4 delegater
401 medlemmer gir 5 delegater

Vi ber om at dette tas opp til votering.

**Med vennlig hilsen
Momentum Øst
Steinar B. Hansen, styreleder
Sign.**

Lørenskog, 28. februar 2017

HANDLINGSPLAN FOR MOMENTUM ØST

2017

Dato:	Tema	Sted	Tiltak/Løsning	Ansvarlig
19.jan	Styremøte	Vestby	Vedtak	Steinar H.
10-12 feb	Kurs likeperson/pårørendekontakt	Gardermoen	Kurs	Nasjonalt
09.feb	likeperson erfaringsmøte	Lørenskog	Forbedring	Helge V.
28.feb	Årsmøte Øst	Lørenskog	Vedtak	Steinar H.
21-23 april	Årsmøte Nasjonalt	Gardermoen	Vedtak	Nasjonalt
09.jun	Aktivitetsweekend	Hurdalsjøen Hotell?	Mestring	Gitte H./Bjørn R./Vigdís H.
13.sep	Fiskeetur	Glomma, Eidsberg	Mestring	Bjørn R.
Sept.	Momentum Weekend	Haugesund	Div.aktiviteter	Nasjonalt
Sept.	Styreseminar	Hadeland Hotell?	Handlingsplan/Budsjett	Bjørn R./Steinar H.
Oktober	Aktivitetsuke	Guardamar, Spania	Trening/Mestring	Steinar H./Gitte H.
09.des	Juleavslutning	Lørenskog ?	Sosialt samvær	Bjørn R./Vigdís H./Steinar H.

Driftsbudsjett 2017, Momentum Øst

Inntekter	Totalt	Aktivitet					
		Drift / adm	Likeperson	Akt Weekend	Syreseminar	Akt.uke	Juleavslutn.
3140 Akerhus fylke/Helse SørØst	0						
3440 - Egenandel deltakere	11000	25000	20000	45000	20000		
3480 - Sentralt tilskudd	76000			28000			
3172 - Funks tilskudd	30000			5000	5000	42000	6000
3490 - Kontingenter	10000					50000	
3491 - Grastromidler	60000	60000					
3999 - Andre inntekter	10000	10000					
	0						
SUM DRIFTSINNTEKTER	295 000	95 000	20 000	78 000	25 000	92 000	6 000

Kostnader	Totalt	Aktivitet					
		Drift / adm	Likeperson	Akt Weekend	Syreseminar	Akt.uke	Juleavslutn.
6100 - Frakt	0						
6300 - Leie lokaler	0						
6800 - Kontorrekvisita	0						
6830 - Arrangementer, weekender mv	218000			70000	25000	105000	18000
6831 - Foredrag fjm weekender	5000			5000			
6832 - Kulturinnslag på arrangement							
6833 - Invitasjoner til arrangement							
6900 - telefon, internett mv	0						
6940 - Porto	2000	2 000					
7130 - Reisekostnader	2000			1000			1000
7131 - Reiser likemann	42000	40 000		1000			
7300 - Annonsering/reklame	5000	5 000			1000		
7310 - Brosjyrer	5000						
7320 - Likemannsarbeid	0			5000			
7350 - Besspising	0						
7420 - Gaver	1000	1 000					
7710 - Styremøter	12000	12 000					
7720 - kurs	3500	3 500					
7770 - Gebyrer	500	500					
SUM DRIFTSKOSTNADER	295 000	64 000	5 000	77 000	26 000	105 000	19 000

Totalkolonnen (kolonne B) skal ikke fylles ut. Den summerer opp de andre.

Legg inn en kolonne for hver aktivitet. Om det planlegges flere aktiviteter, så kan dere øke antall kolonner. Pass da på at summeringen tar med alle kolonner.

På inntektsiden tar dere mest hensyn til det som skal skaffes lokalt.

Egenandeler weekender med overnatting og full pensjon, bør ligge på minimum ca 1500 per medlem, med mindre det er sponset over det nivået.

Målet er å få prosjektørt fiver aktivitet for at det blir lettere å planlegge fremtidige aktiviteter og.

Til Årsmøtet i Momentum Øst:

Tema: Valg av 2 delegater + 2 vara til Landsmøtet i april 2017.

Saken ble behandlet på styremøte 13.11.16 og styret innstiller, enstemmig følgende delegater overfor årsmøtet:

Nr. 1 Steinar B. Hansen

Nr. 2 Bjørn Røhne

.....

1. vara Helge Viken

2. vara Vigdis Hansen

Er det forslag om andre kandidater?

Styret i Momentum Øst