

Sak 1. Godkjenning av innkalling, dagsorden og forretningsorden.....	3
Forretningsorden.....	3
Sak 2. Velge møteleder, protokollførere og to representanter til å underskrive protokollen	3
Sak 3. Behandling av årsberetning	4
Organisasjon	4
Våre medlemmer.....	5
Styrking gjennom fornyelse.....	5
Engasjement i praksis	10
Likepersonstjenesten	14
Barne- og ungdomsaktiviteter	18
Innsatstrofé	19
Økonomisk utvikling og strategiske satsinger	19
Tillitsverv/utvalg i LNT	20
Sak 4. Behandling av revidert regnskap for 2024	22
Regnskap og balanse 2024	22
Sak 5. Revisors årsberetning for 2024	22
Sak 6. Behandling av saker fylkeslaget ønsker behandlet	22
Godkjenning av fullmaktsreglement for LNT Oslo og Akershus	22
Mandat for fylkestyret til å representere medlemmene på LNTs Landsmøte	23
Sak 7. Behandling av innkomne forslag	23
Sak 8. Handlingsplan for 2025	23
Behandling av budsjett for 2025.....	26
Sak 9. Valg.....	26
Fylkestyret	26
Revisor	27
Valgkomité	27
Delegater	27
Andre valg	27
Valgkomitéens innstilling.....	28
Fylkestyrets innstilling	28

Sak 1. Godkjenning av innkalling, dagsorden og forretningsorden

Forretningsorden

For LNT Oslo og Akershus' årsmøte

1. Årsmøtet ledes av den valgte møtelederen.
2. Protokollen føres av de valgte referenter.
3. Ingen representanter gis rett til ordet mer enn 3 ganger i samme sak. Taletiden er 5 minutter første gang og 3 minutter andre og tredje gang. Unntak gjelder for innledningsforedraget og for de representanter hvis forslag står i sakslisten.
4. Representanter som forlanger ordet til forretningsorden, har ett minutt taletid.
5. Møtelederen kan forkorte taletiden og sette strek for de inntegnede talere.
6. Alle forslag må leveres skriftlig til møtelederen, og må være undertegnet med representantens navn.
7. Tidligere forslag kan ikke trekkes, og nye forslag kan ikke settes frem, etter at strek er satt, eller etter at saken er tatt opp til votering.
8. Forslag kan bare fremmes i saker som står på sakslisten.
9. Alle vedtak og valg krever minst halvparten av de avgitte stemmer, med de unntak vedtektene fastsetter.
10. Blanke stemmer teller ikke, og stemmene regnes som ikke avgitt.
11. Protokoll fra årsmøtet skal være kortfattet og inneholde:
 - a. Saksnummer og saksnavn
 - b. Forslag til innstilling
 - c. En kortfattet redegjørelse for saken og innstillingen
 - d. Føre fortløpende navn på hvem som har hatt ordet i debatten
 - e. Gjengivelse av vedtak med antall avgitte stemmer for og mot, samt oppgi hvorvidt forslaget har fått det nødvendige flertall eller om det falt.
12. Protokollen gjennomgås og underskrives av 2 valgte representanter sammen med referenter.

Sak 2. Velge møteleder, protokollførere og to representanter til å underskrive protokollen

Forslag fra fylkestyret:

- Møteleder: Mona Underdal-Loktu (fylkesleder)
- Referenter: Ine-Sofie S. Kristiansen (sekretær) og Kari Gjølrihagen (koordinator)
- To representanter til å underskrive protokoll: Velges på årsmøtet

Sak 3. Behandling av årsberetning

Organisasjon

Fylkestyret

Funksjon	Navn	Innvalgt i perioden
Fylkesleder	Mona Underdal-Loktu	2024 - 2026
Nestleder Leder i Likepersonstjenesten	Therese H. Johansen	2024 - 2025
Styremedlem – sekretær og barn og ungdom (BU)	Ine-Sofie S. Kristiansen *	2023 - 2025
Styremedlem - kasserer	Carl-Henrik Thorsen	2024 - 2026
Styremedlem - koordinator	Kari Gjølrihagen	2024 - 2025
Styremedlem	Prusha Glii *	2024 - 2026
Styremedlem	Åge Sveen	2024 - 2025
Styremedlem	Gry Henæs **	<i>Ikke i styret lengre</i>
Varamedlem	Najib Abdi	2024 - 2025

* Trakk seg som ansvarlig for BU januar 2025, inn som ordinært styremedlem. Ine-Sofie s. Kristiansen gikk inn som BU etter konstituering av styret 16/1-25

** Trakk seg som styremedlem 20. januar 2025, etter lengre tid i permisjon.

Revisor

Funksjon	Navn	Innvalgt i perioden
Medlem	Svein Homstvedt	2024 - 2026
Medlem	Henning Holstad	2023 - 2025

Valgkomité*

Funksjon	Navn	Innvalgt i perioden
Medlem	Lillian Jære Teigen	2024 - 2025
Medlem	Åse Ytreland	2024 - 2026

* Søknad om dispensasjon fra vedtekter om tre medlemmer i valgkomitéen ble godkjent av LNT sentralt 26. august 2024, i forbindelse med vårt ekstraordinære kretsting 2024.

Jury for innsatstrofé

Funksjon	Navn	Innvalgt i perioden
Medlem	Rune Berglien	2025 - 2026
Medlem	Hanne C. Jonassen	2025 - 2026

Våre medlemmer

Over 600 medlemmer

I fjor markerte vi en viktig milepæl: medlemsantallet vårt passerte 600. Denne veksten er et resultat av målrettet arbeid med å gjøre oss mer synlige og relevante for både nye og eksisterende medlemmer. Vi har sett hvordan økt medlemskap styrker fellesskapet og gir oss større gjennomslagskraft i arbeidet vårt.

Gjennom året la vi vekt på å informere tydelig om våre tilbud og aktiviteter. Vi brukte både digitale plattformer og direkte kommunikasjon for å nå ut, og det har vært gledelig å se responsen fra medlemmene våre.

Ved årsslutt endte vi imidlertid på 595 medlemmer, grunnet stryking av medlemmer som ikke har betalt medlemskontingent og noen få utmeldinger. Denne utviklingen inspirerer oss likevel til å fortsette arbeidet med å være en inkluderende og engasjerende organisasjon.

Oversikt over våre medlemmer

Her er en oversikt over hvordan våre medlemmer fordeler seg, både etter type medlemskap og transplantasjons-/organtilhørighet.

Hovedmedlemmer		
Lever	Nyre	Pancreas
36	379	4
Støttemedlemmer		
Lever	Nyre	Pancreas
17	133	2
Andre medlemmer (de under 26 år er inkl. i tallene over)		
Husstandsmedlem	Under 26 år	Bedrifter
24	27	1

Styrking gjennom fornyelse

2024 har vært et år preget av store endringer, nye muligheter og fremgang for LNT Oslo og Akershus. Gjennom året har vi jobbet målrettet for å styrke organisasjonen, både ved å

videreutvikle strukturer og rutiner, og ved å tilpasse oss nye lederskifter og nøkkelroller. Dette har bidratt til å legge grunnlaget for et mer profesjonelt og effektivt arbeid.

Året har også vært preget av engasjement og vekst, med økt medlemskap, styrket frivillighet og utvikling av nye tiltak. Vi har arrangert samlinger, deltatt på nasjonale konferanser og fokusert på å skape trygghet og fellesskap i alt vi gjør. Dette har gjort oss bedre rustet til å støtte både våre medlemmer og deres pårørende.

2024 har vist oss at gjennom samarbeid, tilpasning og engasjement kan vi møte utfordringer og samtidig bygge en sterkere organisasjon. Vi ser frem til å videreføre dette arbeidet i årene som kommer, med et tydelig fokus på fellesskap, inkludering og utvikling.

Årsmøtene i året som gikk

2024 har vært et år preget av viktige beslutninger og betydelige endringer for fylkesstyret i LNT Oslo og Akershus. På årsmøtet i mars ble Mona Underdal-Loktu valgt inn som nestleder, og Gry Henæs og Prusha Gllii ble valgt som styremedlemmer. Prusha fikk ansvar for barn og ungdom (BU), et sentralt område for å engasjere yngre medlemmer.

Gjennom året har vi også opplevd flere endringer i nøkkelroller. Etter årsmøtet ble økonomiansvaret omfordelt da Annie trakk seg fra sin rolle. Carl-Henrik, som nylig var valgt inn som varamedlem, tok raskt over denne oppgaven og har allerede utmerket seg som en dyktig ressurs.

På det ekstraordinære årsmøtet i september trakk Jørgen Bakke seg som fylkesleder, og Mona Underdal-Loktu ble enstemmig valgt til å overta lederrollen. Dette lederskiftet har ytterligere styrket fylkeslagets retning og arbeid. Samtidig ble det vedtatt vedtektsendringer som legger et solid fundament for videreutviklingen av fylkeslagets arbeid. Kari Gjorlihaugen og Åge Sveen ble valgt inn som styremedlemmer. Kari, med sin erfaring fra Likepersonstjenesten, vil bidra som koordinator hovedsakelig for fylkesleder og samarbeide tett med Likepersonstjenesten, mens Åge vil bringe verdifull erfaring fra både frivillig arbeid og næringslivet, selv om han måtte ta permisjon av helsemessige årsaker. Vi ser frem til han er tilbake «fit for fight»!

Denne kombinasjonen av kontinuitet og fornyelse har lagt et godt grunnlag for videre utvikling. Med et samlet og kompetent styre står vi rustet til å møte fremtidige utfordringer og fortsette arbeidet for å støtte våre medlemmer og deres pårørende på best mulig måte.

Slik skaper vi trygghet og fellesskap med klare retningslinjer

Gjennom fjoråret fortsatte vi arbeidet med å etablere og videreutvikle tydelige styringsdokumenter, rutiner og retningslinjer som legger grunnlaget for trygghet og fellesskap i organisasjonen. Dette omfatter blant annet reviderte retningslinjer for økonomistyring, prosedyrer for aktivitetsplanlegging og tydeligere ansvarsfordeling i styret og blant frivillige.

Et viktig fokusområde har vært å sikre at styringsdokumentene våre er tilgjengelige og enkle å forstå for alle involverte. Vi oppdaterte derfor flere dokumenter og implementerte faste rutiner for regelmessig gjennomgang og revisjon. Dette har bidratt til større klarhet i hvordan organisasjonen vår fungerer og gjort det lettere for både nye og erfarne frivillige å sette seg inn i sine roller.

Rutiner for planlegging og gjennomføring av aktiviteter har også blitt forbedret. Dette inkluderer klare sjekklister og maler som hjelper oss med å sikre at alle aktiviteter gjennomføres trygt og i tråd med våre verdier. Disse tiltakene har gjort organisasjonen mer profesjonell og forutsigbar, noe som igjen skaper større trygghet for både medlemmer og frivillige.

Dette systematiske arbeidet har styrket tilliten og engasjementet i organisasjonen. Med tydelige retningslinjer og styringsdokumenter som fundament, har vi lagt et solid grunnlag for videre vekst og utvikling i fellesskap.

Krav om politiattest for styremedlemmer og aktivtører

I fjor implementerte vi et krav om politiattest for alle våre styremedlemmer og aktivtører. Dette tiltaket ble gjennomført for å sikre at alle våre aktiviteter, spesielt de som involverer barn og unge, foregår i trygge rammer. Ved å innføre dette kravet ønsker vi å styrke tilliten både internt i organisasjonen og utad blant våre medlemmer og deres familier.

Ved å innføre politiattester for våre styremedlemmer og aktivtører har vi tatt et viktig steg for å profesjonalisere vårt arbeid og vise at vi tar vårt ansvar på alvor. Dette initiativet har også styrket vårt samarbeid med eksterne aktører, som ser det som et kvalitetsstempel at vi har tydelige retningslinjer for sikkerhet.

Dette tiltaket er en del av vår langsiktige satsning på å bygge trygghet og tillit i organisasjonen. Vi ser det som en investering i fremtiden, der både barn, unge og voksne kan delta i våre aktiviteter med visshet om at vi alltid setter sikkerheten først.

LNTs ledermøte

I fjor vår deltok Annie på LNTs ledermøte, en viktig møteplass der ledere fra hele landet samlet seg for å dele erfaringer, diskutere utfordringer og legge strategier for fremtiden. Møtet ga oss en unik anledning til å få innsikt i hvordan andre fylkeslag jobber, samtidig som vi kunne dele våre egne suksesshistorier og utfordringer. Vi tok spesielt med oss verdien av samarbeid på tvers av fylkeslag, og hvordan en felles retning kan styrke hele organisasjonen.

Gjennom diskusjonene ble det satt fokus på temaer som medlemsutvikling, frivillig innsats og likepersonarbeid. Denne typen møter har vært avgjørende for utvikling som fylkeslag, og vi ser frem til å bygge videre på relasjonene og ideene som oppsto her.

FFO Akershus: En ny start for lokalt samarbeid og inkludering

I fjor deltok fylkesleder Mona Underdal-Loktu på årsmøtet for FFO Akershus, som markerte oppstarten etter oppdelingen av FFO Viken. Årsmøtet var en viktig begivenhet for å etablere en lokal plattform for samarbeid mellom organisasjoner som jobber for funksjonshemmedes rettigheter i Akershus.

Under møtet deltok Mona aktivt med innspill om hvordan FFO Akershus kan styrkes og videreutvikles. Fokus var på å bygge et inkluderende fellesskap og legge til rette for tettere samarbeid mellom medlemsorganisasjonene. Disse diskusjonene fremhevet muligheter for å øke synligheten og påvirkningskraften lokalt, samtidig som rettighetene til funksjonshemmede blir bedre ivaretatt.

Årsmøtet var en verdifull arena for å dele erfaringer og ideer. Det er inspirerende å se hvordan FFO Akershus allerede har begynt å danne grunnlaget for et sterkt lokalt samarbeid som kan bidra til positiv utvikling for funksjonshemmede i regionen.

Funkis og studiearbeid

I året som gikk, utforsket vi mulighetene som ligger i Funkis og studiearbeid, et verktøy for opplæring og kompetanseheving i frivillige organisasjoner. Vi satte oss inn i hvordan systemet fungerer og hvilke muligheter det kan tilby, med mål om å styrke våre aktiviteter gjennom økonomisk støtte til kurs og samlinger.

Erfaringene våre har imidlertid vist at dette systemet ikke oppfyller våre behov. Den økonomiske støtten er svært begrenset og dekker i liten grad de faktiske kostnadene ved arrangementene våre. I tillegg oppleves søknadssiden som lite brukervennlig og vanskelig å navigere, noe som gjør prosessen mer forvirrende enn hjelpsom.

Samtidig anerkjenner vi at Funkis arrangerer gode kurs som kan være relevante for våre frivillige og styremedlemmer. Vi ser verdien i å delta på disse kursene fremover, selv om vi ikke finner selve støtteordningen hensiktsmessig for vår organisasjon.

FFO - Bruker- og erfaringskonferanse, og helsekonferanse

På Kongsberg deltok fylkesleder på en inspirerende bruker- og helsekonferanse som satte søkelys på viktige temaer innen helse, likepersonsarbeid og pasientrettigheter. Konferansen samlet deltakere fra ulike fylker, og det var en flott mulighet til å utveksle erfaringer og lære av hverandre. Det ble delt historier og initiativer, og som vi fikk verdifulle innspill som har bidratt til å utvikle vårt arbeid lokalt.

Temaene på konferansen strakk seg fra psykisk helse og mestring til hvordan organisasjoner kan styrke fellesskap og inkludering blant sine medlemmer. Spesielt ble det satt pris på foredragene som belyste hvordan pasienter og pårørende kan involveres mer aktivt i beslutningsprosesser, noe som inspirerer til å tenke nytt om vårt eget arbeid.

Konferansen ga konkrete verktøy og metoder for å forbedre vår tilnærming til medlemmer og pårørende. Mona lærte om gode kommunikasjonsstrategier, viktigheten av empati i likepersonsrollen, og hvordan vi kan tilpasse vårt arbeid for å møte ulike behov. Disse erfaringene har gitt et solid grunnlag for videre arbeid og utvikling.

Dette er en arena som både styrker faglig kunnskap og bygger relasjoner mellom ulike organisasjoner og enkeltpersoner. Vi ser stor verdi i å delta på slike arrangementer og gleder oss til å fortsette å bruke denne plattformen for å løfte både oss selv og vårt arbeid fremover.

Konflikthåndtering på bølgene blå

På høsten deltok fylkesleder Mona Underdal-Loktu på et kurs i konflikthåndtering arrangert av Funkis, som fant sted om bord på Kielbåten. Kurset ble gjennomført under utfordrende værforhold med storm til havs, men innholdet var inspirerende og svært lærerikt.

Kurset satte fokus på hvordan konflikter kan håndteres på en konstruktiv måte, både i interne prosesser og i møte med medlemmer og frivillige. Gjennom praktiske øvelser og diskusjoner ble det lagt vekt på betydningen av god kommunikasjon, tydelige retningslinjer og empati for å forebygge og løse konflikter.

I tillegg til det faglige utbyttet ga kurset verdifulle muligheter til å dele erfaringer og lære av andre deltakere fra ulike organisasjoner. Slike perspektiver bidrar til å styrke arbeidet vårt lokalt og inspirerer til videre utvikling.

Deltakelsen på kurset har gitt oss et solid grunnlag for å arbeide mer systematisk med konflikthåndtering i organisasjonen, og vi ser dette som et viktig bidrag til å styrke både samarbeidet og fellesskapet internt.

Informasjonsbrosjyrer: Styrket kunnskap og økt forståelse

Gjennom sommeren og høsten jobbet vi intensivt med å utvikle en rekke nye informasjonsbrosjyrer. Disse brosjyrene dekker blant informasjon om LNT Oslo og Akershus, Likepersonstjenesten, informasjon om de ulike organtransplantasjonene og andre relevante emner, og de er nå tilgjengelige som en del av våre informasjonsmapper. Dette gir oss muligheten til å tilby tilpasset og oppdatert informasjon til ulike målgrupper. Disse mappene blir distribuert gjennom sykehus og våre frivillige, og de har vist seg å være nyttige for både pasienter og pårørende som trenger informasjon og støtte i en krevende situasjon.

Brosjyrene er også lagt ut på våre hjemmesider, noe som gjør det enkelt for medlemmer å finne og bruke materialet. Ved å samle all informasjon på ett sted, sikrer vi at pasienter og pårørende har tilgang til ressursene de trenger for å mestre hverdagen og ta informerte valg om egen helse.

Vi er stolte av innsatsen som er lagt ned i dette arbeidet og ser frem til å videreutvikle både brosjyrene og informasjonsmappene i tiden som kommer. Dette tiltaket er en viktig del av vårt engasjement for å styrke kunnskap, trygghet og mestring blant dem som står i en krevende livssituasjon.

Medlemsengasjement og frivillig innsats i 2024

I løpet av 2024 har vi lagt til rette for å styrke medlemmenes deltakelse og frivilliges bidrag i vårt arbeid. Gjennom året har vi fokusert på å synliggjøre mulighetene for å engasjere seg, enten som styremedlem, aktivitør eller frivillig i våre ulike prosjekter. Dette har vi gjort gjennom målrettede informasjonskampanjer, sosiale medier, nyhetsbrev og direkte kommunikasjon.

Som en del av denne innsatsen har vi arrangert informasjonsmøter og workshops for å introdusere frivillige til rollene og oppgavene som finnes i organisasjonen. Disse tiltakene har ført til en økning i antall frivillige som deltar i vårt arbeid, noe som har gjort det mulig for oss å gjennomføre flere aktiviteter og tiltak enn tidligere.

De nye frivillige har brakt med seg verdifull kompetanse og nye perspektiver, som har styrket organisasjonen vår. Gjennom deres innsats har vi oppnådd økt kapasitet til å møte medlemmenes behov, samtidig som vi har sett en positiv utvikling i samarbeidet mellom frivillige og styret.

Frivillighet er en bærebjelke i vår organisasjon, og vi er stolte av engasjementet som har preget året. Denne innsatsen gir oss et sterkt fundament for videre utvikling, slik at vi kan fortsette å tilby relevante aktiviteter og støtte til våre medlemmer og deres pårørende.

Fra pandemi til vekst: Fremover med styrket fellesskap og utvikling

Etter pandemien opplevde vi en etterlengtet positiv medlemsvekst, både lokalt og nasjonalt. Denne veksten var ikke tilfeldig, men et resultat av målrettede tiltak for å rekruttere nye medlemmer, samtidig som vi revitaliserte aktiviteter og tilbud for de eksisterende medlemmene våre. Vi har jobbet for å vise hvor verdifullt det er å være en del av vårt fellesskap, og resultatene har vært svært motiverende.

I løpet av året har vi fokusert på synlighet og tilgjengelighet. Gjennom sosiale medier, nyhetsbrev og personlige invitasjoner har vi nådd ut til flere enn før, og responsen har vært overveldende positiv. Vi har også arrangert aktiviteter og samlinger som har appellert til et bredere publikum, og dette har vært en viktig faktor for å styrke både medlemsbasen og fellesskapsfølelsen.

Medlemsveksten har ikke bare ført til flere deltakere på våre arrangementer, men har også gitt oss et større engasjement blant frivillige og en sterkere stemme i saker som er viktige for våre medlemmer. Dette gir oss et solid fundament for å fortsette arbeidet med å utvikle organisasjonen og skape enda bedre tilbud for alle som er en del av oss.

Den positive utviklingen vi har sett etter pandemien, viser tydelig at vårt arbeid bærer frukter. Dette gir oss energi og inspirasjon til å fortsette å bygge fellesskapet og rekruttere enda flere som kan finne støtte, kunnskap og tilhørighet hos oss. Og fra nå av, er «pandemi» offisielt strøket fra vårt vokabular i LNT Oslo og Akershus!

Vi har vist at samarbeid, tilpasning og målrettet arbeid gir resultater, og det gir oss stor inspirasjon til å fortsette å bygge et enda sterkere fellesskap, som gir støtte, trygghet og kunnskap til våre medlemmer og deres pårørende. Med et tydelig fokus på inkludering, utvikling og støtte for våre medlemmer, er vi klare for å møte de kommende årene med et sterkt og sammensveiset styre og en engasjert organisasjon.

Engasjement i praksis

Året som har gått har vært preget av engasjement og strukturert arbeid fra styrets side. Vi har gjennomført ni styremøter, med en blanding av fysiske og digitale møter, hvor totalt 101 saker har blitt behandlet. Av disse er 24 saker vedtatt etter avstemming. Store organisatoriske endringer har også funnet sted, og disse er mer beskrevet i kapitlet "Organisasjonsutvikling". Styret har lagt vekt på god kommunikasjon og effektive beslutningsprosesser for å styrke organisasjonens arbeid fremover.

Et år med små og store høydepunkter

Selv om 2024 kanskje ikke følte som et innholdsrikt aktivitetsår, har vi i LNT Oslo og Akershus likevel gjennomført mange meningsfulle tiltak. Fra sosiale samlinger og kulturelle opplevelser til konkrete støtteprosjekter har året vist hvordan vi sammen kan skape verdifulle bidrag i medlemmenes hverdag.

Rekrutteringssamling på Soria Moria

Som en del av vår målrettede satsing på å rekruttere flere frivillige til Likepersonstjenesten, Nyreskolen og styret, arrangerte vi en inspirerende rekrutteringssamling på det vakre Soria Moria Hotell. Målet vårt var todelt: å tiltrekke oss nye frivillige og samtidig revitalisere og motivere eksisterende likepersoner gjennom fornyet engasjement, fellesskap og konkrete strategier for fremtiden.

Til tross for at påmeldingen i utgangspunktet var noe lav, valgte vi å inkludere flere av de erfarne likepersonene. Dette styrket fellesskapet og bidro til en god dynamikk mellom nye og eksisterende deltakere. Samlingen startet fredag ettermiddag med et varmt velkomstmøte ledet av Jørgen Bakke, som satte tonen for resten av helgen. Etterpå fulgte en smakfull tre-retters middag som skapte en hyggelig og uformell ramme for å bli bedre kjent. Kvelden ble en fin mulighet til å knytte bånd og dele erfaringer i en avslappet atmosfære.

Lørdagens program var innholdsrikt og fokusert på kunnskap, samarbeid og inspirasjon. Vi startet dagen med informasjonsøkter om de ulike delene av organisasjonen, inkludert styrearbeid, Nyreskolen og Likepersonstjenesten. Deretter fulgte gruppeoppgaver som inviterte til kreative diskusjoner og ga rom for å utvikle konkrete forslag til aktiviteter og tiltak for fylkeslaget. Gjennom arbeidsøktene ble det tydelig hvor mye engasjement og idémyldring som lå hos deltakerne.

Samlingen resulterte i rekruttering av flere nye frivillige, noe som var en stor suksess. I tillegg mottok vi en rekke verdifulle innspill og forslag som bidro til å styrke arbeidet vårt fremover. Tilbakemeldingene fra deltakerne var svært positive; mange uttrykte at samlingen hadde økt deres motivasjon og styrket følelsen av fellesskap.

Denne helgen på Soria Moria ble dermed ikke bare en arena for rekruttering, men også en viktig møteplass for å bygge relasjoner, dele kunnskap og legge grunnlaget for et enda sterkere frivillighetsarbeid i tiden som kom.

Deltakelse og innsamlingsaksjon på Losby Golfbane

«Vi» ble en del av Jarle 1212 Golfturneringen på Losby Golfbane, et arrangement som ikke bare handlet om idrett, men også om å støtte en god sak. Vår tidligere fylkesleder, Jørgen Bakke, deltok i turneringen og representerte oss med stort engasjement.

Deltakelsen var en del av en innsamlingsaksjon til støtte for Stiftelsen Organdonasjon, hvor det ble samlet inn betydelige midler for å styrke arbeidet med å fremme organdonasjon i Norge. Gjennom denne turneringen ble det muligheten til å kombinere fysisk aktivitet med bevisstgjøring om arbeidet vårt, samtidig som det knyttes viktige nettverk med støttespillere og andre organisasjoner. Dette ble en fantastisk (i øsende regn) dag som tydelig viste verdien av samarbeid for en god sak.

Observatørtur med LNT Nordland

Vi fikk i uke 32 muligheten til å delta på en observatørtur arrangert av LNT Nordland til vakre Værøy. Mona Underdal-Loktu representerte oss på denne turen sammen med Gry Henæs. Dette var en unik anledning til å knytte bånd på tvers av fylkeslagene og få innsikt i hvordan LNT Nordland arbeidet med å organisere aktiviteter og støtte for sine medlemmer.

Turen inkluderte både formelle og uformelle møtepunkter, der erfaringer ble delt, og nye ideer ble skapt. Blant høydepunktene var en inspirerende workshop der vi diskuterte hvordan vi kunne forbedre våre egne tilbud, med utgangspunkt i Nordlands erfaringer med små lokalsamfunn og geografiske utfordringer. Mona fikk også innblikk i hvordan fylkeslaget hadde skapt inkluderende aktiviteter som engasjerte både medlemmer og pårørende.

Besøket ga oss verdifulle perspektiver på hvordan vi kunne videreutvikle vårt arbeid i Oslo og Akershus, og hvordan vi kunne styrke samarbeidet mellom fylkeslagene i LNT. Den personlige kontakten mellom deltakerne skapte en følelse av fellesskap og tilhørighet, som bidro til et sterkere nasjonalt nettverk.

Waterloo – En kveld i ABBA-ånd

Høstens store høydepunkt for mange av våre medlemmer var teaterforestillingen *Waterloo* på Christiania Teaterscene. Hele 46 medlemmer deltok på dette musikalske eventyret, og kvelden ble en fest preget av musikk, dans og nostalgi.

Forestillingen, som hyllet det legendariske ABBA, skapte en magisk atmosfære der publikum sang med og danset til kjente klassikere. For mange av oss var dette en etterlengtet anledning til å koble av fra hverdagen og dele en opplevelse som både underholdt og styrket fellesskapet.

Tilbakemeldingene var overveldende positive. Flere uttrykte begeistring for opplevelsen og ønsket lignende aktiviteter fremover. Arrangementet viste hvordan kultur kan være en brobygger og en kilde til glede og fellesskap for alle.

Sengesykkelgave til Akershus Universitetssykehus

Et av årets mest meningsfulle bidrag var overrekkelsen av sengesykler til dialyseavdelingen på Akershus Universitetssykehus. Dette tiltaket var en del av vårt langsiktige fokus på å fremme fysisk aktivitet for dialysepasienter.

Forskning viser at trening under dialysebehandling kan gi betydelige helsegevinster, som redusert tretthet, forbedret blodtrykkskontroll og økt livskvalitet. Gaven ble svært godt mottatt av både ansatte og pasienter. For personalet representerte sengesyklene et verdifullt verktøy som kunne integreres i den daglige behandlingen, mens pasientene fikk en mulighet til å være aktive på en enkel måte, selv under behandling.

For oss symboliserte dette prosjektet vårt engasjement for å støtte medlemmene våre med tiltak som utgjør en konkret forskjell. Overrekkelsen på Akershus Universitetssykehus var et stolt øyeblikk for oss, og vi håper at sengesyklene vil inspirere til mer aktivitet og velvære i tiden fremover.

Pårørendesamling

I september 2024 arrangerte vi et pårørendeseminar som samlet 24 deltakere til en helg preget av åpenhet, fellesskap og personlig utvikling. Seminaret ble ledet av Ine-Sofie Kristiansen, som skapte en trygg og inkluderende ramme fra første stund.

Gjennom helgen delte vi historier, tanker og erfaringer som både rørte og inspirerte oss. En av de sterkeste opplevelsene var den tilliten som oppsto i gruppen. Mange våget å dele sine innerste følelser, og det ble tydelig hvor viktig det er å ha et forum for åpenhet.

I tillegg til de personlige møtene fikk vi faglig påfyll. Et engasjerende innlegg om grensesetting og egenomsorg som pårørende skapte refleksjon og diskusjon. Hvordan kunne man balansere egne behov med rollen som støtte for sine nærmeste? Dette var et sentralt tema, og samtalene ga oss mange nye perspektiver og konkrete råd å ta med videre.

Lørdagens quizkonkurranse ble et høydepunkt. Konkurransen ånden blomstret, og en deltaker proklamerte selvsikkert at seieren var hans. Til stor begeistring og latter ble det imidlertid kona hans som tok seieren, noe som bidro til en lett og munter stemning.

Søndag formiddag var dedikert kun til pårørende, med fokus på deres unike behov og opplevelser. Denne økten ga dem et rom for å dele uten reservasjoner, mens deres følge fikk en pause til å koble av.

Helgen ble avsluttet med en felles refleksjonsøkt, hvor deltakerne delte hva de hadde lært og hvordan de ønsket å ta med seg opplevelsene videre. Tilbakemeldingene var overveldende positive, og mange uttrykte hvor uvurderlig slike samlinger var for å bygge fellesskap og styrke.

Pårørendekonferansen i Kongsberg

I november deltok Mona Underdal-Loktu på FFOs Pårørendekonferanse i Kongsberg. Konferansen samlet deltakere fra hele regionen for å rette søkelys mot pårørendes rolle og behov i møte med sykdom og krevende livssituasjoner.

Gjennom innlegg fra fagpersoner, erfarne pårørende og organisasjoner ble det belyst hvordan pårørende kunne få bedre støtte og anerkjennelse for sin innsats.

Blant høydepunktene var foredrag som tok for seg temaer som psykisk helse, mestringsstrategier og praktiske tiltak for å gjøre hverdagen enklere for pårørende. Mona fikk også muligheten til å delta i diskusjoner og nettverksbygging med andre deltakere, der erfaringer og ideer ble utvekslet. Disse samtalene ga oss verdifulle perspektiver på hvordan vi kunne videreutvikle våre tilbud for pårørende og styrke deres støtteapparat.

Konferansen inspirerte til konkrete tiltak som vi kunne implementere lokalt, samtidig som den understreket viktigheten av å jobbe systematisk for å bedre pårørendes vilkår.

Enkle gaver med stor betydning

Gjennom året arbeidet vi for å støtte våre medlemmer med små, men viktige tiltak som bidro til økt trivsel og støtte i hverdagen. Et slikt tiltak var overleveringen av drikkeflasker til transplantasjonsavdelingen på Rikshospitalet.

Gaven, som kom fra LNT sentralt, var et resultat av en idé initiert av transplantasjonsavdelingen på Rikshospitalet og vår leder for Likepersonstjenesten. Flaskene ble svært godt mottatt av pasientene, som ofte tilbringer lange perioder på sykehuset etter transplantasjon.

Denne enkle gesten symboliserte omsorg og oppmerksomhet for pasientenes behov, og understreket vårt felles mål om å støtte medlemmene våre på praktiske og personlige måter.

Trygghet i en pose – kreative pusterom for pårørendebarn

Vi fikk en forespørsel fra TX-avdelingen om vi kunne ordne aktivitetspakker for barn som var pårørende til foresatte som skulle transplanteres. Disse barna opplevde ofte lange sykehusopphold preget av usikkerhet og belastning, og ønsket var å kunne tilby dem noe som skapte små øyeblikk av glede og trygghet i en krevende hverdag.

Vi søkte støtte fra DAM Ekspress, og søknaden ble godkjent. Dermed kunne vi sette i gang prosjektet som vi håper vil utgjøre en positiv forskjell for både barna og deres familier.

Posene inneholdt tegnesaker, klistremerker, refleksbånd og stressballer formet som nyrer – alt pakket i en praktisk stoffpose med snøring. Innholdet ble nøye valgt for å gi barna mulighet til å uttrykke seg kreativt, finne et avbrekk fra sykehusets utfordringer og ha noe håndgripelig som ga dem trygghet.

Aktivitetspakkene ble pakket før julen og overlevert til TX-avdelingen rett før julaften. Vi er stolte over å bidra til å skape et lite lyspunkt for barna som følger foresatte gjennom krevende transplantasjonsprosesser. Dette prosjektet understreker verdien av små, men betydningsfulle tiltak i arbeidet med å støtte familiene i vårt nettverk.

Blikket fremover

2024 har vært et år hvor vi har styrket fellesskapet, tilbudt støtte og inspirert våre medlemmer gjennom ulike tiltak og arrangementer. Nå ser vi frem til et nytt år med spennende muligheter og aktiviteter.

I 2025 planlegger vi å tilby medlemsmøter som skaper arenaer for kunnskap og samhold, en stor likepersonssamling for frivillige fra hele landet, og et fotokurs der mobilen brukes som kamera for å fremme kreativitet og fellesskap. Vi vil også arrangere *Sammen om å være alene* – en samling for dem som ikke har pårørende i hjemmet eller nært seg, for å skape et fellesskap og styrke mestring i krevende situasjoner.

Disse aktivitetene, og mer til, viser vårt engasjement for å bygge videre på erfaringene fra 2024 og samtidig utvikle nye tilbud som svarer på medlemmenes behov. Vi gleder oss til å gå veien videre sammen med dere!

Likepersonstjenesten

2024 har vært et år preget av stor aktivitet, fornyelse og engasjement i Likepersonstjenesten til LNT Oslo og Akershus. Etter pandemien opplevde vi et betydelig frafall av frivillige, noe som gjorde det nødvendig å prioritere rekruttering og revitalisering av tjenesten. Gjennom året har vi jobbet målrettet for å bygge et sterkt fellesskap blant likepersonene, styrke motivasjonen og tiltrekke oss nye frivillige. Denne innsatsen har gitt gode resultater, og vi er stolte av det arbeidet som er gjort.

Rekrutteringssamling på Soria Moria

Som en del av satsingen på å rekruttere flere frivillige til Likepersonstjenesten, Nyreskolen og styret, arrangerte vi en rekrutteringssamling på Soria Moria Hotell. Målet var å tiltrekke oss nye frivillige og revitalisere eksisterende likepersoner gjennom ny giv og konkrete strategier. Til tross for få påmeldte i starten, valgte vi å inkludere eksisterende likepersoner for å styrke fellesskapet og samarbeidet. Samlingen startet fredag ettermiddag med et velkomstmøte ledet av Jørgen Bakke, etterfulgt av en hyggelig 3-retters middag som skapte en avslappet og sosial atmosfære. Lørdagen ble viet til informasjon om styrearbeid, Nyreskolen og Likepersonstjenesten, samt gruppeoppgaver som inspirerte til gode diskusjoner og forslag til aktiviteter for fylkeslaget. Resultatet av samlingen var rekruttering av flere nye frivillige og en rekke verdifulle innspill til fremtidige tiltak. Deltakerne meldte tilbake at arrangementet hadde økt deres engasjement og styrket fellesskapsfølelsen.

Pizzakveld for Likepersonstjenesten

For å styrke fellesskapet blant likepersonene arrangerte vi en sosial pizzakveld, en lavterskel samling hvor både nye og erfarne likepersoner kunne møtes i en uformell setting. Målet med kvelden var å motivere de frivillige, bygge relasjoner og skape et inkluderende miljø. Therese Johansen ønsket velkommen, og vi startet med en presentasjonsrunde hvor deltakerne delte sine erfaringer og motivasjon for å delta i Likepersonstjenesten. Kvelden fortsatte med sosialt samvær over pizza og brus. Resultatet var svært positivt; deltakerne uttrykte takknemlighet for initiativet og ønsket flere lignende arrangementer. Slike uformelle samlinger har vist seg å være fine for å opprettholde motivasjon og styrke samholdet blant de frivillige.

Rømskogsamling for levertransplanterte i Norge

Denne nasjonale samlingen samlet levertransplanterte fra hele landet. Det ble under samlingen uttrykt blant deltakerne at Likepersonstjenesten på Rikshospitalet var fantastisk. Det var mange som ønsket å bidra som likepersoner. Therese Johansen, leder i Likepersonstjenesten i LNT Oslo og Akershus, deltok på samlingen og det var fire personer meldte seg som nye frivillige til vår Likepersonstjeneste. I tillegg ga samlingen verdifulle perspektiver og innsikt som vi kan ta med oss i videreutviklingen av det lokale arbeidet.

Sommerlunsj for Likepersonstjenesten

Som en del av vårt arbeid for å styrke fellesskapet arrangerte vi en sommerlunsj på Olivia Eger i Oslo. Dette årlige arrangementet samlet 18 deltakere, inkludert Nikolai Raaby Haugen fra LNTs landsstyre. Målet med sommerlunsjen var å skape en arena for erfaringsutveksling, styrke samholdet i gruppen og gi de en påskjønnelse for den innsatsen de legger inn i vårt arbeide. Stemningen var preget av fellesskap og engasjement, og deltakerne benyttet anledningen til å dele tanker om videre utvikling. Fint å se de etablerte likepersonene, inkludere de nye så fint i gjengen. Nikolais tilstedeværelse understreket viktigheten av arbeidet som gjøres i Likepersonstjenesten, og arrangementet var både inspirerende og vellykket.

Likepersonskurs

Etter et år med fokus på rekruttering av nye frivillige, gjennomførte vi et grunnkurs for likepersoner i september. Det er ressurskrevende å gå fra februar (hvor de første meldte sin interesse for Likepersonsarbeid) til november når det nasjonale likepersonskurset skulle avholdes. Derfor arrangerte vi et kurs kun for Oslo og Akershus. Målet med kurset var å sikre at de frivillige hadde nødvendig opplæring for å kunne bidra på en trygg og kompetent måte i Likepersonstjenesten. Kurset ble arrangert lokalt med støtte fra LNT sentralt, og samlet deltakere fra hele fylkeslaget. Bennedichte Olsen og Therese Johansen ledet kurset, som tok for seg temaer som etikk, kommunikasjon og LNTs retningslinjer. Deltakerne signerte taushetsløfter, mottok kursbevis og deltok i rollespill og gruppeoppgaver. Kurset resulterte i at de nye frivillige ble godkjent som likepersoner og står nå godt rustet til å støtte transplantasjonspasienter og deres pårørende. Flere uttrykte ønske om videre opplæring, noe vi planlegger å følge opp med kveldssamlinger med faglig påfyll.

Møte med Likepersonstjenesten

Høstens møte samlet 17 deltakere og fokuserte på erfaringsutveksling og fellesskapsbygging. Målet var å styrke kompetansen og samarbeidet blant likepersonene. Under møtet ble en nyutviklet likepersonsperm delt ut, til stor entusiasme blant deltakerne. Permen inneholder oppdatert informasjon, ressurser og praktiske tips som er ment som et verktøy de kan ha med seg ut i tjeneste. Det var igjen veldig god stemning, og en kan se de setter pris på det gode samholdet vi har i Likepersonstjenesten.

Julelunsj for Likepersonstjenesten

Vi avsluttet året med en julelunsj på Fjøla restaurant i Oslo, hvor 20 deltakere fra Likepersonstjenesten, styret og valgkomiteen møttes for å feire årets prestasjoner og styrke fellesskapet. Målet med julelunsjen var å markere slutten på et aktivt år og skape en sosial arena der frivillige og styremedlemmer kunne bli bedre kjent. Arrangementet var preget av god stemning, takknemlighet og et sterkt fellesskap som gir oss et godt utgangspunkt for det kommende året.

Planer og mål for 2025

For 2025 er aktivitetsnivået delvis avhengig av utfallet av søknader om midler, men vi har allerede sikret støtte til flere spennende prosjekter. Blant høydepunktene er en nasjonal likepersonssamling i slutten av mars, som vil samle likepersoner fra Oslo og Akershus samt representanter fra andre fylkeslag. På agendaen står faglig påfyll, erfaringsutveksling og nettverksbygging. Norsk Revmatikerforbund vil delta for å dele sine erfaringer med drift av likepersonstjenesten, og Bennedichte Olsen vil bidra med sin verdifulle faglige kompetanse.

Vi har også søkt midler til å arrangere kveldssamlinger for faglig påfyll for våre likepersoner, samtidig som vi viderefører de tradisjonelle sommer- og julelunsjene.

På alle arrangement i regi LNT Oslo og Akershus skal vi ha likepersoner til stede som kan tilby samtaler til deltakerne.

En viktig målsetting for 2025 er å rekruttere flere likepersoner med nyrebakgrunn, da behovet for besøk på dialyseavdelinger er større enn det vi kan dekke i dag. Vi ønsker også å utvide tilbudet og styrke vårt engasjement på dette området, slik at vi bedre kan møte etterspørselen.

I tillegg ønsker vi oss likepersoner som ønsker å tilby støtte etter sykehusinnleggelsen, i form av møter, telefon o.l.

Status Likepersonstjenesten pr. 31. desember 2024

I 2024 har vi fått ni nye godkjente likepersoner. Vi har nå 21 aktive likepersoner i LNT Oslo og Akershus, hvor de er fordelt på følgende vis: (noen går på flere sykehus)

- Akershus universitetssykehus: 3 personer
- Bærum sykehus: 1 personer
- Lovisenberg sykehus: 1-2 personer
- Rikshospitalet, dialyseavdeling: 1-2 personer
- Rikshospitalet, Transplantasjons- og medisinsk avdeling: 15 personer
- Sykehushotellet: 2 personer
- Ullevål sykehus: 2-3 personer

I høst har det vært en del flere pasienter på Rikshospitalet som har ønsket samtaler. Usikker på hva årsaken er, om det er tilfeldig, eller om sykepleierne har vært flinkere til å spørre pasientene om de ønsker samtale med likeperson. Vi har mer tellende aktivitet på Rikshospitalet i høst, enn tidligere år jeg har rapportert i alle fall.

Vi skulle egentlig ha et innlegg om Likepersonstjenesten for sykepleierne på medisinsk avdeling og TX-avdelingen i desember, men det måtte dessverre utsettes pga. sykdom. Vi har flyttet det til slutten av januar. Målet med innleggene våre, er at sykepleierne skal få bedre forståelse for hvem vi er og hva vi jobber med, slik at de kan fortelle pasientene om oss. Vi hadde et for 2 år siden, men pga. utskiftninger av personell ønsket de en ny runde nå.

I tillegg til å gå på besøk på sykehusene, har vi i år vært flinke til å ha likepersoner med på arrangementene i regi LNT Oslo og Akershus.

Nye prosjekter

Sykehushotellet

Vi er i full gang med planlegging av Likepersonstjeneste på sykehushotellet Medilnn i Oslo. Pga. utbyggingen av Rikshospitalet har sykehushotellet blitt flyttet dit. Det er ikke planlagt sykehotell på området ved Rikshospitalet, så inntil videre er det her alle nyretransplanterte vil bli sendt etter 1-2 uker etter at de har blitt transplantert. Dette er pasienter som ikke tilhører Oslo og Akershus, så vi har spurt de andre fylkeslagene om støtte til drift av denne. Her har vi fått inn en del penger. Fylkeslagene har bidratt med ulike summer.

Tanken her er å ha likepersoner som kommer ca. 2 til 3 ganger i mnd. Lett bevertning, brettspill, quiz – og likepersonssamtaler for de som ønsker det.

Plan for oppstart er på nyåret.

Gave fra LNT til alle som skal transplanteres

LNT Nordland og LNT Oslo og Akershus har lenge hatt et ønske om å kunne gi pasientene som skal transplanteres en gave fra oss. I sommer pakket Leif-Tore fra Nordland toalettmapper med nyttig innhold, som vi delte ut som et prøveprosjekt. Etter en evalueringsrunde med TX-avdelingen, kom vi frem til at tanken om å gi pasientene en gave var god, men deres forslag var å gi de drikkeflasker i stede. Etter en transplantasjon er det stort fokus på væskeinntak, så da ville gaven bli veldig nyttig.

Vi tente på ideen, og ettersom pasientene på Rikshospitalet er fra hele Norge, sendte vi ut mail til alle fylkeslag med spørsmål om de ønsket å bidra økonomisk på dette. Gleden var stor da Marit Lundberg kontaktet oss, og sa sentralt skulle stå for hele kostnaden. Ut fra statistikk har vi regnet oss frem til at det er behov for 350-400 flasker i året. Første 150 flaskene ble overlevert i starten av desember. LNT Oslo og Akershus vil ta seg av alt det praktiske rundt dette fremover.

Uniformering

Vi i LNT Oslo og Akershus ønsker at våre likepersoner skal ha uniformering i tillegg til å bære ID-skiltet. Fra før har likepersonene hatt blå vester de har brukt i tjeneste, samt hatt en rød boblejakke med LNT-logo og en sort ryggsekk med LNT-logo. Ettersom vi har fått så mange nye likepersoner, har vi nå satt sammen en pakke alle likepersoner hos oss skal

få. Den inneholder en rød t-skjorte, grå collegejakke, sort vest, grønn ryggsekk og en drikkeflaske. Alt med LNT-logo. Alt er bestilt, noe er ankommet, mens noe venter vi fortsatt på. Utdeling av dette til likepersonene vil derfor bli på nyåret. De likepersonene som har vest og ryggsekk fra før, får ikke nytt i denne runden.

Likepersonsmapper

Etter inspirasjon fra LNT Nordland har vi lagd mapper som likepersonene kan bruke som et hjelpemiddel i samtaler med pasientene. Innholdet i mappene er brosjyrene våre, tips til den gode samtalen, guide til hvordan fylle ut reiseregning, m.m. Denne ble delt ut på møtet vi hadde i oktober.

2024 har vært et år preget av vekst, revitalisering og fremgang for Likepersonstjenesten i LNT Oslo og Akershus. Gjennom en rekke vellykkede arrangementer og tiltak har vi klart å rekruttere nye frivillige, motivere eksisterende likepersoner og styrke tjenesten som helhet. Vi ser frem til å bygge videre på dette arbeidet i 2025, med mål om å nå ut til enda flere og fortsette å utvikle kvaliteten på arbeidet vi gjør.

Barne- og ungdomsaktiviteter

Etter pandemien har barne- og ungdomsaktiviteter i LNT Oslo og Akershus dessverre ligget mer eller mindre brakk. Vi hadde store forhåpninger for 2024 som året hvor vi kunne gjenopplive tilbudet med støtte fra en egen ungdomskontakt. Dessverre ble ikke dette en realitet, men vi har likevel gjennomført noen aktiviteter som har skapt glede og fellesskap blant deltakerne.

Eventyr i nord for våre unge medlemmer

Vi hadde gleden av å sende en deltaker fra Oslo og Akershus til ungdomsleiren på Værøy, som samlet unge fra hele landet. I løpet av fem innholdsrike dager fikk deltakerne oppleve både lav- og høyterskelaktiviteter som bading i Puinnsand, fotturer i det vakre fjellandskapet, ribb-tur, båttur og seiling med den kjente gjesten Stina Seiler. Kveldene var fylt med quiz og gode måltider som skapte en hyggelig ramme rundt opplevelsene. Tilbakemeldingen fra vår deltaker var svært positiv, og leiren ble omtalt som et tiltak som absolutt bør gjentas.

Sol, spenning og fellesskap i Tusenfryd

Den 1. september 2024 arrangerte vi en dag i Tusenfryd for nyresyke og transplanterte barn og ungdom under 18 år, samt deres familier. Arrangementet samlet 26 deltakere til en dag fylt med sol, glede og opplevelser i parken. Vi sørget for at alle fikk utdelt inngangsbilletter, matpakker og en liten gavepakke med nøkkelringer og tyggegummi. Deltakerne utforsket attraksjonene på egen hånd og møttes til en felles lunsj i amfiet, hvor de fikk anledning til å knytte nye bånd og dele erfaringer. Dagen ble avsluttet med et gruppebilde, og tilbakemeldingene viste at dette var et av årets mest populære arrangementer.

Strike og samhold for unge og voksne

I løpet av året arrangerte vi også en bowlingkveld på Lucky Bowling, som samlet tre ungdommer og ti voksne til en kveld fylt med latter, konkurranse og sosialt samvær. Deltakerne spilte to runder med bowling før kvelden ble avsluttet med pizza og gode samtaler. Vi håper å engasjere flere unge til å delta på lignende arrangementer i fremtiden.

Veien mot en ny start i 2025

Vi ser et tydelig behov for å rekruttere flere unge frivillige til å bli en del av vårt arbeid. En dedikert ungdomskontakt kan fungere som et viktig talerør for våre yngre medlemmer, samtidig som de kan bidra til å identifisere deres behov og ønsker. Målet er å tilrettelegge for flere inkluderende og meningsfulle aktiviteter som treffer målgruppen. Vi håper at 2025 kan bli året hvor LNT Oslo og Akershus virkelig revitaliserer barne- og ungdomsarbeidet og skaper en plattform for fellesskap, glede og støtte for de unge medlemmene og deres familier.

Vi ønsker å samarbeide med medlemmer og foresatte for å finne de beste løsningene og aktivitetene som kan bidra til en lysere fremtid for LNTs barn og ungdom.

Innsatstrofé

I 2024 har LNT Oslo og Akershus re-etablert innsatstrofé i fylkesstyret, og prisen er for å hedre frivillige som gjennom sitt arbeid har bidratt på en betydningsfull måte til fylkeslagets aktiviteter og fellesskap.

Formålet med innsatstroféet er å synliggjøre den viktige rollen frivilligheten spiller i å støtte medlemmer, pårørende og likepersoner. Gjennom denne prisen ønsker fylkeslaget å anerkjenne ildsjeler som utmerker seg ved sitt engasjement, samtidig som det inspireres til videre deltakelse i fylkeslagets arbeid.

Troféet vil fremover være en fast del av årsmøtet, der prisen vil bli tildelt kandidat(er) som har gjort en forskjell i organisasjonen. Dette tiltaket understreker betydningen av å løfte frem og verdsette frivillig innsats, som er en bærebjelke for LNT Oslo og Akershus.

Innsatsjuryen, et utvalg fylkesstyret utnevner, vil vurdere kandidatene og beslutte hvem som mottar prisen.

Det vil bli delt ut innsatstrofé på årets årsmøte!

Økonomisk utvikling og strategiske satsinger

De siste årene har LNT Oslo og Akershus hatt en positiv økonomisk utvikling, med økte inntekter og en mer omfattende aktivitetsportefølje. Dette skyldes en bevisst strategi for å styrke søknadsarbeidet for eksterne midler, øke inntektene gjennom Grasrotandelen og bingotilskudd, samt en målrettet innsats for å utvikle flere relevante aktiviteter for medlemmene.

Økonomien har variert betydelig i perioden 2020–2022, noe som i stor grad skyldes pandemien og de begrensningene den medførte. I 2020 var driftsinntektene 356.142 kroner, mens driftskostnadene var 248.867 kroner, noe som ga et årsresultat på 110.228 kroner. I 2021 falt inntektene til 191.708 kroner, med driftskostnader på 138.252 kroner og et årsresultat på 54.037 kroner. Da aktivitetsnivået igjen økte etter pandemien, steg driftsinntektene i 2022 til 466.521 kroner, mens driftskostnadene var 191.981 kroner, og årsresultatet endte på 280.865 kroner. I 2023 stabiliserte økonomien seg med driftsinntekter på 338.803 kroner og driftskostnader på 135.288 kroner, noe som ga et årsresultat på 168.703 kroner. For 2024 er driftsinntektene 567.254 kroner, med driftskostnader på 537.060 kroner og et årsresultat på 81.087 kroner.

For 2025 er det budsjettet med en ytterligere økning i inntektene til 1.104.000 kroner, basert på forventede positive tilsagn på søknader. Samtidig er driftskostnadene foreløpig satt til 981.685 kroner, da budsjettet ikke inkluderer aktiviteter det ennå ikke er bevilget midler til. Dette betyr at kostnadene vil øke i takt med nye bevilgninger, noe som også vil påvirke det estimerte årsresultatet.

Som frivillig organisasjon er det ikke ønskelig å ha store positive driftsresultater, da midlene skal brukes på tiltak for medlemmene. Målet er å drive økonomisk ansvarlig, samtidig som vi reinvesterer midler i aktiviteter, prosjekter og støtteordninger som gir verdi for våre medlemmer. Fylkeslaget skal ha nok egenkapital til å håndtere eventuelle år med lavere tilskuddsinntekter, men det er ikke ønskelig å sitte på en stor pengebeholdning på sparekonto.

En viktig del av den økonomiske strategien har vært å øke antall søknader om tilskudd, noe som har ført til støtte for en rekke prosjekter. Likepersonstjenesten har mottatt driftsmidler, og det er innvilget tilskudd til tiltak som «Trygghet i en pose» for pårørende barn, fotokurs for barn, unge og familier, den nasjonale likepersonssamlingen, en samling for personer med transplantasjonsdiabetes og et tiltak for personer som er alene i prosessen med nyresykdom, dialyse og organtransplantasjon.

I tillegg er det sendt inn søknader om finansiering av flere prosjekter, som «Eldrebølgen i frivillighet», som skal mobilisere pensjonister til frivillig arbeid i organisasjonen. Videre er det søkt om støtte til prosjektet «Spis bedre – lev bedre», som handler om kosthold og fysisk aktivitet for best mulig helse. Det er også søkt om midler til en samling for levertransplanterte, et prosjekt om hvordan barn og ungdom opplever livet med nytt organ, samt støtte til sosiale aktiviteter som teater, bowling og andre arrangementer. I tillegg er det søkt om generelle driftstilskudd for å sikre at organisasjonen kan opprettholde sitt arbeid på et stabilt nivå.

Denne strategiske satsingen har gitt fylkeslaget større økonomisk handlingsrom og mulighet til å styrke tilbudet til medlemmene. Gjennom målrettet søknadsarbeid og bevisst forvaltning av midlene kan LNT Oslo og Akershus tilby flere aktiviteter og støtteordninger, samtidig som organisasjonen opprettholder en sunn økonomi uten å opparbeide unødvendige reserver.

Tillitsverv/utvalg i LNT

Følgende av fylkeslagets medlemmer har tillitsverv/sitter i utvalg i LNT sentralt

Funksjon	Navn	Periode
LNT Redaksjonskomité	Astrid E. Hagstad	2019 – d.d.
LNT Barn og ungdom, styreleder*	Prusha Gllii	2023 – 2025
LNT Valgkomité, leder	Angelica Bråten	2023 - 2025
LNT Jury - frivillighetspris, medlem	Mona Underdal-Loktu	2025

* Trakk seg som styreleder januar 2025

Medlemmer i brukerråd

Navn	Brukerråd
Arild Engen (til minne, avdød 2024)	Nasjonal behandlingstjeneste for organtransplantasjon
Astrid E. Hagstad	Redaksjonskomite i LNT-nytt Anskaffelse av transplantasjonslegemidler
Heidi Hanssen	Helse Sør-Øst
Ivar Ytreland Larsen	Senter for helsefagsforskning; Avdeling for transplantasjon Forskningsprosjekt; Avdeling for transplantasjon
Jørgen Bakke	Medisinsk klinikk Pasientsikkerhetsråd Oslo Universitetssykehus
Rune Berglien	Oslo Universitetssykehus Klinikk for Kirurgi og Spesialisert Medisin. Nye OUS Poliklinikk Dagbehandling Nye Rikshospitalet Poliklinikk og dagbehandling Nye Aker Livsvitenskapsbygget

For fylkesstyret i LNT, Oslo og Akershus fylkeslag



Mona Underdal-Loktu

Fylkesleder

Sak 4. Behandling av revidert regnskap for 2024

Behandling av revidert regnskap på årsmøter sikrer åpenhet, ansvarlighet og medlemsdemokratisk kontroll over organisasjonens økonomi. Det gir medlemmene innsyn i hvordan midlene er forvaltet og mulighet til å stille spørsmål før regnskapet godkjennes.

Regnskap og balanse 2024

Se vedlegg nummer 1

Sak 5. Revisors årsberetning for 2024

Revisorberetningen er en uavhengig gjennomgang av organisasjonens regnskap og økonomistyring. Den sikrer åpenhet, etterprøvbarehet og at midlene forvaltes i tråd med vedtatte retningslinjer og gjeldende regler.

Beretningen gir årsmøtet trygghet for at økonomien er korrekt håndtert, og at fylkeslaget har en forsvarlig drift.

Se vedlegg nummer 2

Merknad fra styret;

Utbetalinger fra våre konti blir digitalt godkjent i bank av annen person enn regningsutbetaler i henhold til gjeldende rutiner: av Jørgen Bakke da Annie Ryan og senere Carl-Henrik Thorsen var kasserer, og av Mona Underdal-Loktu etter at hun overtok som fylkesleder etter Jørgen Bakke. Videre har vi kriminalitetsforsikring som en del av vår økonomiske sikkerhet, og regnskapet gjennomgås på hvert styremøte for å sikre god internkontroll.

Sak 6. Behandling av saker fylkeslaget ønsker behandlet

Godkjenning av fullmaktsreglement for LNT Oslo og Akershus

LNT Oslo og Akershus har som mål å styrke sitt arbeid gjennom prinsipper for godt styresett. Dette innebærer at organisasjonen skal være transparent, åpen og sporbar i sine prosesser og beslutninger. Som en del av arbeidet med å sikre tydelige rammer for ansvar og beslutningsmyndighet, har fylkesstyret utarbeidet et fullmaktsreglement.

Formålet med fullmaktsreglementet er å tydeliggjøre ansvars- og beslutningslinjene mellom fylkesstyret og årsmøtet. Reglementet gir klare retningslinjer for hvordan beslutninger om ulike disposisjoner skal tas, og sikrer at større saker som har betydelig innvirkning på fylkeslagets virksomhet behandles på riktig nivå. Dette bidrar til en trygg og forutsigbar organisering av fylkeslagets arbeid.

Fullmaktsreglementet er basert på prinsipper om ansvarlighet og beste praksis, tilpasset LNT Oslo og Akershus' behov og rammeverk. For at reglementet skal tre i kraft, må det formelt vedtas av årsmøtet. Fylkesstyret har enstemmig vedtatt fullmaktsreglementet internt.

Se vedlegg nummer 3

Forslag til vedtak:

Årsmøtet godkjenner det foreslåtte fullmaktsreglementet for LNT Oslo og Akershus.

Mandat for fylkesstyret til å representere medlemmene på LNTs Landsmøte

Som en del av sitt arbeid for å fremme medlemmenes interesser og bidra aktivt i utviklingen av LNT, er det viktig at LNT Oslo og Akershus kan representere sine medlemmer på en helhetlig og tydelig måte på LNTs Landsmøte. For å sikre dette foreslår fylkesstyret å få mandat til å handle på vegne av medlemmene i saker som tas opp til behandling på landsmøtet.

Et slikt mandat gir fylkesstyret mulighet til å delta aktivt i debatter og avstemninger på landsmøtet med et tydelig utgangspunkt i medlemmenes interesser. Dette inkluderer å fremme forslag, stemme i henhold til vedtatte prioriteringer, og sikre at fylkeslagets perspektiver blir reflektert i beslutningene som fattes sentralt.

Ved å gi dette mandatet til fylkesstyret, sikres en effektiv representasjon som bidrar til å styrke medlemmenes innflytelse og posisjon i organisasjonen som helhet. Fylkesstyret forplikter seg til å handle i tråd med LNT Oslo og Akershus' vedtekter og verdier, og vil gi medlemmene en grundig tilbakemelding om saker og vedtak etter landsmøtet. Fylkesstyret har enstemmig støttet forslaget internt.

Forslag til vedtak:

Årsmøtet gir fylkesstyret mandat til å representere medlemmene og handle på deres vegne i saker som behandles på LNTs Landsmøte.

Sak 7. Behandling av innkomne forslag

Det er ikke mottatt noen saker fra medlemmene til behandling på årsmøtet.

Sak 8. Handlingsplan for 2025**Et styringsverktøy for struktur og fleksibilitet**

Handlingsplanen er et viktig verktøy for å sikre målrettet og strukturert arbeid i LNT Oslo og Akershus. Den gir en oversikt over hva vi jobber med, hvilke aktiviteter vi planlegger gjennom året, og hvordan vi prioriterer ressursene våre basert på medlemmenes behov og organisasjonens overordnede mål.

Planen bidrar til forutsigbarhet, effektiv ressursbruk og en helhetlig tilnærming til våre oppgaver. Den gir oss en tydelig retning, samtidig som den gir rom for fleksibilitet. For

andre halvår er planen mindre detaljert, ettersom flere aktiviteter avhenger av finansiering. Vi venter fortsatt svar på flere søknader, og før vi vet hvilke midler som blir innvilget, er det vanskelig å planlegge konkret. Når svarene kommer, oppdaterer vi planen for å tilpasse oss de tilgjengelige ressursene.

Som et levende dokument justeres handlingsplanen etter behov, sikrer kontinuitet i arbeidet og legger grunnlaget for både daglig drift og langsiktige utviklingsmål. Den hjelper oss med å holde fokus, evaluere fremdrift og sørge for at vi får gjennomført det vi ønsker på en mest mulig effektiv måte.

Aktivitet	Tidsrom	Ansvarlig	Budsjett
Søknadsskriving gjennom hele året	2025	Mona	0 kr
Trygghet i en pose (gave til pårørende barn på Rikshospitalet)	2025	Mona	40.000 kr
Styremøte 01/2025 (digitalt)	16/1-25	Fylkesstyret	0 kr
<i>Kurs: Ledelse av frivillige (ikke pålagt)</i>	27/1-25	-	0 kr
<i>Kurs: Hva gjør valgkomiteén? (ikke pålagt)</i>	29/1-25	-	0 kr
<i>Kurs: Rekruttering av unge frivillige (ikke pålagt)</i>	10/2-25	-	0 kr
Styremøte 02/2025 (fysisk)	13/2-25	Fylkesstyret	5.500 kr
Valentinsdagen 2025	14/2-25	Kari	0 kr
<i>Kurs: Rekruttering av frivillige (ikke pålagt)</i>	24/2-25	-	0 kr
<i>Kurs: Hvordan få ut god informasjon om fritidsaktiviteter for barn og unge?</i>	26/2-25	-	0 kr
Årsmøte 2025	26/2-25	Fylkesstyret	7.500 kr
<i>Kurs: Grunnkurs i organisasjonsutvikling (sterkt anbefalt)</i>	27/2-25	-	0 kr
<i>Kurs: Ledelse av frivillige (ikke pålagt)</i>	6/3-25	-	0 kr
FFO Oslo Årsmøte	11/3-25	Mona/Ine-Sofie	0 kr
Verdens nyredag	13/3-25	Kari/Prusha	0 kr
Styremøte 03/2025 (fysisk)	13/3-25	Fylkesstyret	2.000 kr
FFO Akershus Årsmøte	15/3-25	Mona/Kari	0 kr
Medlemsmøte med middag	19/3-25	Fylkesstyret	45 000 kr
<i>Kurs: Grunnkurs i styrearbeid (sterkt anbefalt)</i>	20/3-25	-	0 kr
Fotokurs; Bilder med mening	23/3-25	Fylkesstyret	14.500 kr
Fagdag; Møteplass folkehelse	24/3-25	-	0 kr

Likepersonssamling	28-30/3-25	Fylkesstyret	280.000 kr
Kickoff for nytt styre	5-6/4-25	Fylkesstyret	30.000 kr
Fagkveld Likepersonstjenesten	9/4-25	Therese	10.000 kr
Verdens leverdag	13/4-25	Kari/Prusha	0 kr
Styremøte 04/2025 (fysisk)	23/4-25	Fylkesstyret	2.000 kr
<i>Kurs: Rekruttering av frivillige (ikke pålagt)</i>	24/4-25	-	0 kr
Tur rundt Sognsvann	26/4-25	Kari	750 kr
Landsmøtet 2025	9-11/5-25	Mona/Ine-Sofie/Kari	20.000 kr
<i>Kurs: Ledelse av frivillige (ikke pålagt)</i>	13/5-25	-	0 kr
Styremøte 05/2025 (digital)	22/5-25	Fylkesstyret	0 kr
Sammen om å være alene	Uke 21	Mona	35.000 kr
Fagnettverk kommunikasjon: Hvordan lykkes med PR	4/6-25	Mona	0 kr
<i>Kurs: Rekruttering av unge frivillige (ikke pålagt)</i>	5/6-25	-	0 kr
Styremøte 06/2025 (sommeravslutning)	11/6-25	Fylkesstyret	8.000 kr
Fagdag med lunsj Likepersonstjenesten	Juni	Therese	10.000 kr
Fotokurs; Bilder med mening	29/6-25	Fylkesstyret	14.500 kr
Sommerferie			
Fagnettverk kommunikasjon: Klarspråk og gode tekster	5/9-25	Mona	0 kr
Donasjonsuka	Uke 38	Kari	3.000 kr
Fotokurs; Bilder med mening	September	Fylkesstyret	14.500 kr
Fagkveld Likepersonstjenesten	September/ oktober	Fylkesstyret	10.000 kr
Medlemsmøte	September/ oktober	Fylkesstyret	14.500 kr
Fagnettverk kommunikasjon: KI i kommunikasjonsarbeid	21/10-25	Mona	0 kr
Fotokurs; Bilder med mening	Oktober	Fylkesstyret	14.500 kr
Fotokurs; Bilder med mening	November	Fylkesstyret	14.500 kr
Fagdag med lunsj Likepersonstjenesten	Desember	Therese	10.000 kr

Mestring og forebygging av transplantasjonsdiabetes	Dato ikke satt	Mona/Ine-Sofie	40.000 kr
Turer rundt omkring i vår region (lavterskel) med enkel bevertning	Datoer ikke satt	Kari	1.000 kr pr tur

Behandling av budsjett for 2025

Budsjettet er et sentralt verktøy for å sikre god økonomistyring i LNT Oslo og Akershus. Det gir en oversikt over forventede inntekter og utgifter, slik at ressursene brukes på en ansvarlig og målrettet måte i tråd med organisasjonens prioriteringer.

Et tydelig budsjett bidrar til forutsigbarhet, kontroll og mulighet for justeringer underveis. Det gir også årsmøtet og fylkestyret et godt grunnlag for å vurdere økonomiske beslutninger og sikre en bærekraftig drift av fylkeslaget.

Budsjetter vedtas ikke, da de er basert på estimerte tall. Vi er åpne for samtaler rundt budsjettet på årsmøtet, og eventuelle innspill vil bli protokollført for å sikre sporbarhet, åpenhet og transparens i beslutningsgrunnlaget.

Se vedlegg nummer 4

Sak 9. Valg

Fylkestyret

Styret består av fylkesleder, nestleder, styremedlem (sekretær), styremedlem (kasserer), styremedlem (koordinator), øvrige styremedlemmer og varamedlem.

Styremedlemmer velges for en periode på to år, mens varamedlem velges for ett år. Valgene gjennomføres slik at det sikres kontinuitet i styret:

- Partallsår: Fylkesleder, sekretær og koordinator velges.
- Oddetallsår: Nestleder og kasserer velges.
- Øvrige styremedlemmer fordeles jevnt mellom partalls- og oddetallsår for å sikre stabilitet.

Leder for Likepersonstjenesten og ungdomsrepresentanten kan enten være egne verv eller kombineres med et av de øvrige styrevervene.

På valg:

- Therese H. Johansen, nestleder* (gjenvalg)
- Ine-Sofie S. Kristiansen, sekretær (gjenvalg)
- Kari Gjørlihagen, koordinator (gjenvalg)
- Åge Sveen, styremedlem (gjenvalg)
- Najib Abdi, varamedlem (gjenvalg)

* *Therese H. Johansen er ikke på valg som leder av Likepersonstjenesten, da dette vervet skal innehas av et medlem i fylkesstyret, jf. § 1.19.1 i LNTs vedtekter (Fylkeslag uten lokallag).*

Revisor

To medlemmer velges for en periode på to år, der én velges i partallsår og den andre i oddetallsår for å sikre kontinuitet.

På valg:

- Henning Haaland (gjenvalg)

Valgkomité

Valgkomiteen skal bestå av tre medlemmer *, som velges for en periode på tre år. For å sikre kontinuitet i komiteens arbeid velges ett medlem hvert år, slik at ikke hele komiteen skiftes ut samtidig.

På valg:

- Lillian Jære Teigen (gjenvalg)

* *Valgkomiteens medlemmer skal i henhold til vedtektene velges for en periode på tre år. På grunn av et manglende medlem i valgkomiteen for perioden 2024–2025, har det vært nødvendig å justere sammensetningen for å gjenopprette riktig overlapping. Dette avviket ble søkt om til LNT sentralt og er godkjent.*

Delegater

Tre delegater til LNTs Landsmøte i Tromsø mai 2025

Delegater til FFOs årsmøter

Forslag til vedtak:

Årsmøtet gir styret fullmakt til å velge delegater selv til årsmøter o.l. til andre organisasjoner, inkludert til LNT sentralt sine møter.

Andre valg

Jury for innsatstrofé

Fylkesstyrets jury for innsatstrofé er et arbeidsutvalg oppnevnt av styret. Juryen velges ikke av årsmøtet, men etableres internt av fylkesstyret etter behov.

Funksjon	Navn	Innstilt for perioden
Medlem	Hanne C. Jonassen	2025 - 2027

Medlem	<i>Rune Berglien</i>	2025 - 2027
--------	----------------------	-------------

Valgkomitéens innstilling

Valgkomiteen har vurdert kandidater som kan styrke organisasjonens arbeid og fellesskap. Innstillingen er basert på en helhetlig vurdering av kompetanse, erfaring og engasjement for LNT Oslo og Akershus. Her presenteres komiteens anbefalinger for de ulike vervene.

Fylkestyret

Funksjon	Navn	Innstilt for perioden
Nestleder	<i>Therese H. Johansen</i>	2025 - 2027
Styremedlem – sekretær/BU	<i>Ine-Sofie S. Kristiansen</i>	2025 - 2027
Styremedlem - koordinator	<i>Kari Gjølrihagen</i>	2025 - 2027
Styremedlem	<i>Åge Sveen</i>	2025 - 2027
Varamedlem	<i>Najib Abdi</i>	2025 - 2026

Revisor

Funksjon	Navn	Innstilt for perioden
Medlem	<i>Henning Haaland</i>	2025 - 2027

Fylkestyrets innstilling

Fylkeslagets styre har vurdert kandidater til valgkomitéen og presenterer sin innstilling for kommende periode. Innstillingen er basert på en helhetlig vurdering av kompetanse, erfaring og vilje til å bidra til organisasjonens videre utvikling.

Valgkomité

Funksjon	Navn	Innstilt for perioden
Medlem	<i>Lillian Jære Teigen</i>	2025 - 2028
Medlem	<i>Arve Løseth (ny)</i>	2025 - 2027