



Til medlemmene i Ringsaker Revmatikerforening.

Innkalling til årsmøte for 2022 i Ringsaker Revmatikerforening

Etter §12 i NRFs vedtekter innkalles det herved til årsmøte i 2022
lokalforening/lag.

Dato: 27.02.2023
Sted: Buttekvern, Brumunddal
Tid: 18.00

AGENDA:

1. Godkjenning av innkalling
2. Valg av dirigent etter forslag fra styret
Forslag: Heidi Ropphaugen
3. Valg av protokollførere etter forslag fra styret
Forslag: Wenche Sørli
4. Valg av tellekorps
5. Valg av to delegater til å undertegne protokollen sammen med protokollførerne
6. Styrets årsberetning
7. Regnskap med revisjonsberetning, revidert av revisor(er) valgt av årsmøtet
8. Innkomne forslag
 1. Styret ønsker å styrke styret med to nye varamedlemmer.
 2. I kommende år vil vi igjen sponse medlemmer som vil reise til Rauma uka på Savalen med inntil 1500,- og Alfas Oasis (RaumaSol) Spania med inntil 3000,-
Det er øremerket kun opphold på gamle RaumaSol i Spania. Søknad frist vil være 1.mai. Man må ha vært medlem i NRF i 1 år for å søke midler. Vi vil sette av 15000,- for Savalen og 30000,- for Alfas Oasis
9. Handlingsplan for lagets virksomhet.



NORSK REVMATIKERFORBUND

Det som er planlagt frem til august 2023: Alle møter vil foregå på Buttekvern tunet i Brumunddal. Temamøter kl. 18.00 og Hobby treff kl. 11.00 Tema møter:

30/1 Sosialt treff «la skravla gå», på de andre datoer vil det komme tema siden. 27/2, 27/3, 24/4. På tema møtene blir det lodd salg så ta gjerne med gevinst.

Hobby treff: 23/1, 13/2, 20/3, 17/4, 15/5, 12/6

Sommertur med buss til Peer Gynt v/Gålåvatnet 9.august, sett av dato.

Faste treningstider - varmtvannstrening:

Basseng Moelv, onsdager kl.15:30-16:30. Kontakt: Heidi 993 84 839

Basseng Brumunddal, torsdager kl. 15:30-16:30. Kontakt: Eli Helen 924 05 200

Sal trening med fysioterapeut: Marit Lien, Frisk Moelv Onsdager kl. 9:15- 10:15

10. Budsjettforslag

11. Valg av styre bestående av tre, fem eller syv medlemmer etter årsmøtets bestemmelse og to varamedlemmer i henhold til § 13 I

Vi må gjøre noen omrokkeringer i styrets sammensetning, da flere ønsket gå ut av styret. Hvis årsmøtet godkjenner forslaget til styrets sammensetning, har flere sagt ja til å fortsette ett år til om det nye styret blir godkjent.

Forslag til nytt styre:

Leder: Kristine Tollefsen, 1 år

Nestleder: Anne Lindebrække Håkenstad, 2 år

Sekretær: Heidi Ropphaugen, 2 år

Kasserer: Anne Grete Smedbold, 1 år

Studieleder: Eli Helen Larsen, ikke på valg, 1 år igjen.

Styremedlem/regnskap: Lisbeth Lyngås, 2 år

Styremedlem: Anne Mary Østmo, 2 år

Varamedlem:

Varamedlem:

12. Valg av to revisorer eller fagrevisor

Forslag: Kristian Brenden og Berit Glesaaen Nyberg

13. Valg av delegater med vara til fylkesårsmøtet i henhold til § 9, IV

Forslag: Eli Helen Larsen, Lisbeth Lyngås, Anne Lindebrække Håkenstad

14. I landsmøte år velges forslag til delegater til landsmøte, i henhold til § 4, IV som oversendes fylkeslaget

Forslag: Heidi Ropphaugen



NORSK REVMATIKERFORBUND

15. Valg av valgkomité bestående av tre medlemmer med to varamedlemmer for neste årsmøte, etter styrets forslag. Valgkomiteen konstituerer seg selv.

Forslag: Agnes Lorentzen Lenes, Lea Helena Sameien og Grete Molstad

Forslag til saker som skal behandles av årsmøtet sendes lokallaget på [e-post: ringsaker.he@revmatiker.org](mailto:ringsaker.he@revmatiker.org) senest 2 uker før årsmøtet frist 23.02.2023.

Sakspapirer og saksliste gjøres klart for medlemmene senest 1 uke før årsmøtet.

Forslag til kandidater sendes valgkomiteen senest 13.02.2023.

Valgkomiteen består av: Agnes Lorentzen Lenes

Hjertelig velkommen

Med hilsen

Ringsaker Revmatikerforening



Årsmelding for Ringsaker Revmatikerforening i perioden 01.01. - 31.12. 2022

Tillitsvalgte:

Styret valgt på årsmøte 22.2.2022

Verv: Navn:

Leder	Kristine Tollefsen, valgt for 1år.
Nestleder	Heidi Ropphaugen, Ikke på valg 1 år igjen
Sekretær	Wenche Sørli, Ikke på valg 1 år igjen
Kasserer	Anne Grete Smedbold, Ikke på valg 1 år igjen
Studieleder	Eli Helen Larsen, Ikke på valg 1 år igjen
Varamedlem	Anne Lindebrække valgt for 1 år.
Varamedlem	Lisbeth Lyngås, valgt for 1 år.
Valgkomiteen	Agnes Lorentzen Lenes, valgt for 1 år. Inger Johanne Hulleberg Brenden, valgt for 1 år.
Regnskapsfører	Heidi Ropphaugen
Revisor	Kristian Brenden Berit Glesaaen Nyberg

BESØKSADRESSE:
Professor Dahls gate 32
0260 Oslo

POSTADRESSE:
Postboks 2653 Solli
0203 Oslo

TELEFON:
22 54 76 00

EPOST:
post@revmatiker.no

revmatiker.no

Norsk Revmatikerforbund ble stiftet av pasientene selv i 1951. I dag er vi en av Norges største interesse- og brukerorganisasjon med om lag 35 000 medlemmer. Én av fem har en sykdom relatert til muskel- og skjelett. Vi jobber med forskning for å løse sykdomsgåten, behandling og rehabilitering. Vi hjelper alle til bedre livskvalitet, mestring av sykdommen og deltakelse i samfunnet. Sammen for et friskere liv!



1. Medlemsutvikling:

31.12.21 var medlemstallet 158. Pr 31.12.22 er medlemstallet på 359 aktive medlemmer. Ringsaker Revmatikerforening har økt med 201 medlemmer. Dette høye tallet skyldes at foreningen i Hamar ble lagt ned og mange av medlemmene der har kommet til oss, samt at vi har hatt god rekruttering selv, noe som skyldes mye på grunn av tilbudet vi har med bassentrening i både Moelv og Brumunddal.

2. Styremøter:

Det har blitt avholdt 6 styremøter. Vi har holdt årsmøte i foreningen og deltatt på årsmøte i fylket gjennom teams.

Styret har også hatt organisasjons kurs innad i styret, vi har deltatt på flere Teams møter med fylket. Alle i styret er med og bidrar, noe som gir et godt styre. Vi har også brukt Facebook siden for styret aktivt imellom alle styremøtene. Vi har også deltatt på medlemsdagen i Elverum.

Styret har behandlet 41 saker i 2022

3. Åpne møter:

Endelig har hverdagen blitt noe mer normal igjen og vi har kunne hatt flere tema møter med blant annet temaer som Lev Modig, Demensvennlig samfunn, Jobbe som frivillig aktivitetsvenn, Trening med revmatisme og Leve med artrose.

4. Turer/sosiale tilbud:

Turer til Savalen, Raumauka og RaumaSol i Spania i regi av fylkeslaget.

Raumauka- Savalen

Det har vært 2 medlemmer som har benyttet seg av dette og fått støtte etter foreningens vedtekter.



Foreningen hadde busstur til Strømstad og Fredrikstad våren 2022 hvor 37 medlemmer deltok. Vi hadde julebord på Rudshøgda hvor 48 medlemmer deltok. Det har vært hobby dager og kvelder, både i Brumunddal og Moelv som har vært veldig populære, så dette fortsetter vi med i år også.

Alfas Oasis (RaumaSol) i Spania. Det har ikke vært noen som har fått støtte til å reise hit i år, da alle midler var øremerket for deltakelse på Savalen i 2022.

Likepersonsarbeid:

Foreningen har 8 likepersoner, og det har vært godt aktivt arbeid innen dette gjennom hele året.

Utadrettet arbeid/ synliggjøring av foreningen lokalt:

Det har ikke vært mulighet å ha fysisk stand dette året, men vi bruker Facebook siden vår aktivt.

5.Representasjoner:

Årsmøte i Hedmark- flere fra styret i foreningen deltok på Teams.

Funkis Innlandet

Her deltok vi med 4 representanter fra styret på vårkurset, og med 2 representanter på høstkurset.

Veilederkurs

Det har ikke avholdt kurs i år.

Vi er 8 likepersoner i foreningen.

6.Trening og fysisk aktivitet:

Trening i sal på Frisk senteret i Moelv hver onsdag 9.15-10.15

Instruktør er fysioterapeut Marit Lien. Vi har plass til flere.



Ut på tur. Vi har gått turer både i Moelv og Brumunddal

Bassengtrening: Foreningen har kommet godt i gang med trening i basseng både i Moelv og Brumunddal. Det er en del medlemmer som er med på bassengtreningstilbudet som også har tilbud gjennom sine fysioterapeuter. Det vil si at nå har lagets medlemmer tilbud om trening i basseng både med fysioterapeut og egne trenere. Foreningen merker stor pågang, og har nå inntakstopp i Brumunddal, og målet er å få en time til i Mjøsbadet.

Trenere i Moelv har vært Anne Berit Kolstad og Heidi Ropphaugen

Trener i Brumunddal har vært Agnes Lorentzen Lenes

Trener i Brumunddal gruppe 2 har vært fysioterapeut Hans Emil Sterud

Kontakt person i Moelv er Heidi Ropphaugen, tlf. 993 84 839

Kontakt person i Brumunddal er Eli Helen Larsen, tlf. 924 05 200

7. Andre arrangement:

Vi fikk gjennomført hobby møter både på dagtid og kveldstid.

Vi hadde en flott busstur til Strømstad med stopp og middag i Gamle byen Fredrikstad. Vi hadde også et koselig julebord på Rudshøgda. Dette er arrangement vi sponser det meste av kostnadene på for våre medlemmer slik at det skal være mulig for alle å delta.

8.Økonomi:

Tallene ifølge års oppgave 2022 fra Sparebank1Østlandet:

Foreningskonto kr. 58.422,94 og Sparekonto kr.161.896,45 **SUM Innskudd 220.319,39**

Også dette året har inntektene kommet fra FUNKIS basert på foreningens aktiviteter, bingo midler og grasrotandel. Det har vært god økonomisk styring og årets budsjett er i balanse.

9.Avslutning:

Ringsaker revmatiker forening har kunne hatt flere møter og treff dette året, men vi merker at det tar tid å bygge seg opp igjen aktivitetsnivået etter pandemien. Vi synes allikevel vi har fått opprettholdt mange av aktivitetene våre, og vil jobbe enda bedre i 2023 for å få med flere medlemmer på disse. Vi har benyttet Facebook flittig i år, både siden som er for



medlemmer og alle som følger oss, og den vi i styret har som en lukket side. Dette gjør at det har vært tett kontakt både med medlemmer og innad i styret gjennom hele 2022.

Styret har som mål å fortsette sitt arbeid med å synliggjøre foreningen i lokalmiljøet.

Styret takker alle som har bidratt til et godt gjennomført år!

Ringsaker Revmatikerforening
Brumunddal 23.2.2023

Kristine Tollefsen
Leder (sign.)

Wenche Sørli
Sekretær (sign.)

Heidi Ropphaugen
Nestleder (sign.)

Anne Grete Smedbold
Kasserer (sign.)

Eli Helen Larsen
Studieleder (sign.)

Resultatregnskap Ringsaker revmatikerforening for 2022
pr.31.12.2022

Inn	NRF kontingent tilskudd etc.	3400	kr	48 562,15
	Norsk tipping Grasrotmiddler,	3400	kr	22 955,73
	Busstur egenandel Strømstad	6860	kr	10 034,44
	Bingomiddler Orion etc. sparekonto	3400	kr	9 624,00
	Funkis, veileder, tilskudd inkl. mva	3400	kr	70 405,00
	Egenandel basseng etc.	3920	kr	-
	Renteinntekter (Spb1Ø)	8040	kr	1 936,00
	Møter etc., leie, bevertning	6860	kr	13 569,23
	Sum inntekter		kr	177 086,55
Kostnader	Leie lokaler etc., Ringsaker kommune	6300	kr	6 401,00
	Møter, julebord etc., leie, bevertning	6860	kr	10 897,50
	Funkis kostnad, kurs, Savalen	6860	kr	17 085,50
	Julebord 2022, forskudd PER GYNT, Gålå	6860	kr	80 669,00
	Administrasjon, andre utgifter, gaver etc.	7420	kr	47 138,24
	Basseng instruktør etc.	7790	kr	30 364,00
	NRF andel kostnad	3400	kr	10 179,00
	Bankgebyr, porto etc.	7770	kr	301,00
	sum kostnader/utgifter		kr	203 035,24

Resultat pr.31.12.2021	Netto utgift for driftsåret 2021	kr	25 948,69
-------------------------------	---	-----------	------------------

Eiendeler Driftskonto 1822 62 48516 Spb1Ø	kr	69 391,63
pr. 31.12.2021 Sparekonto 1822 62 48524 Spb1Ø	kr	176 876,45
Saldo konto 31.12.2021	kr	246 268,08
Underskudd regnskapsåret 2022	kr	25 948,69
Sum beholdning pr 31.12.2022	kr	220 319,39

Oversik beholdning bank:		
Saldo spare 31.12.2022	kr	161 896,45
Saldo drift 31.12.2022	kr	58 422,94
Sum beholdning 01.01.2023	kr	220 319,39

* note Forskuddsbetalt billetter til Per Gynt, GÅLÅ i august 2023 kr 33 685,00
40 stk billetter

Heidi Ropphaugen
Nestleder RRF, 23.01.2023



**NORSK
REVMATIKERFORBUND**

Ringsaker Revmatikerforening


REVISJON FOR REGNSKAPSÅRET 2022


Vi har gått gjennom regnskapet for året 2022. Regnskapet viser et underskudd stort kr. 25.948,69.

Foreningens to konti har pr. 31. desember inntående henholdsvis Sparekonto kr. 161.896,45 og Foreningskonto kr. 58.422,94 ifølge regnskapet, og dette stemmer med bankutskriften.

Vi anbefaler årsmøtet å godkjenne det fremlagte regnskapet.

Hamar, den 11. februar 2023


Berit Gleesaen Nyberg
Revisor


Kristian Brenden
Revisor

BUDSJETT Ringsaker revmatikerforening

pr 31.12.2022

2023

Inn	NRF kontingent tilskudd etc.	kr	48 562,15	kr	40 000,00
	Norsk tipping Grasrotmiddler,	kr	22 955,73	kr	20 000,00
	Bingomiddler Orion - sparekonto	kr	9 624,00		
	Funkis, veileder, tilskudd inkl. mva	kr	70 405,00	kr	75 000,00
	Loddsalg ved møter og turer	kr	10 034,44		
	Egenandel basseng etc.	kr	-	kr	5 000,00
	Renteinntekter (Spb1Ø)	kr	1 936,00	kr	2 000,00
	Egenandel møter etc., leie, bevertning	kr	13 569,23	kr	20 000,00
	<i>Sum inntekter</i>	kr	177 086,55	kr	162 000,00
Kostnader	Leie lokaler etc., Ringsaker kommune	kr	6 401,00	kr	10 000,00
	Møter, julebord etc., leie, bevertning	kr	10 897,50	kr	10 000,00
	Funkis kostnad, kurs, Savalen	kr	17 085,50	kr	25 000,00
	<i>Julebord 2022, forskudd PER GYNT, Gålå</i>	kr	80 669,00	kr	40 000,00
	Administrasjon, andre utgifter, gaver etc.	kr	47 138,24	kr	50 000,00
	Basseng instruktør etc.	kr	30 364,00	kr	20 000,00
	NRF andel kostnad	kr	10 179,00		
	Bankgebyr, porto etc.	kr	301,00		
	<i>sum kostnader/utgifter</i>	kr	203 035,24	kr	155 000,00
Resultat/overforbruk		-kr	25 948,69	-kr	7 000,00

Heidi Ropphaugen
Forslag pr 23.01.2023

Heidi Ropphaugen
Nestleder



NORSK
REVMATIKERFORBUND