

Nannestad Revmatikerforening

ÅRSMØTE 2026



Moreppen grendehus

Tirsdag 10. Februar 2026, kl. 18.00



NORSK REVMATIKERFORBUND

NANNESTAD REVMATIKERFORENING

Følg oss på Facebook: Nannestad Revmatikerforening

Årsmøte

Nannestad Revmatikerforening

Tirsdag 10.februar 2026 kl 18.00 på Moreppen Grendehus

Saksliste iflg. NRF`s vedtekter §12

1. Godkjenning av innkalling, saksliste og forretningsorden
2. Valg av dirigent etter forslag fra styret
3. Valg av protokollførere etter forslag fra styret
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
9. Handlingsplan for lagets virksomhet
10. Budsjettforslag
11. Valg av styre bestående av tre, fem eller syv medlemmer etter årsmøtets bestemmelse og en eller to varamedlemmer i henhold til § 15 II. For BURG-gruppene inkluderer dette antallet representanten som oppnevnes av fylkesstyret i henhold til § 11 II.
12. Valg av to revisorer eller fagrevisor, etter forslag fra styret.
13. Valg av delegater med vara til fylkesårsmøtet i henhold til § 9, IV. Valgte delegater sitter frem til nytt årsmøte er gjennomført
14. I landsmøteår velges forslag til delegater til landsmøte, i henhold til § 4 IV som oversendes fylkesstyret senest 1 uke før fylkesårsmøtet. BURG-gruppen velger delegater til sin landskonferanse.
15. Valg av valgkomité bestående av tre medlemmer med to varamedlemmer for neste årsmøte, etter styrets forslag. Valgkomiteen konstituerer seg selv. I lokalforeninger med tre og fem styremedlemmer velges valgkomite bestående av to medlemmer og ett varamedlem.



Årsberetning for 2025

Årsmøte i 2025 ble avholdt 11.februar, på Moreppen Grendehus

Tillitsvalgte:

Styre valgt på årsmøtet 2025:

Leder: Odd Blakkisrud.	Ikke på valg.
Nestleder: Siw Fredriksen.	Valgt for 2 år.
Sekretær/studieleder: Marit Ballovarre Bakken.	Valgt for 2 år
Kasserer: Nina Helseth.	Ikke på valg.
Styremedlem: Heidi Blindheim	Valgt for 2 år

Varamedlem: Bente Jensen.	Gjenvalgt.
Varamedlem: Jorunn Bjørnsen.	Gjenvalgt.
Varamedlem: Anne Berit Bråthen.	NY.

Revisorer:

Bjørn Jahr,	Valgt for 2 år
Sigmund Karlsen,	Valgt for 1 år

Valgkomite:

Barbro Vøyen Aaby.	Valgt for 2 år.
Nina Laaveg	Valgt for 2 år.
Anne Grete Furuset	Valgt for 1 år.
Vara: Sissel Nygårdsmoen.	Valgt for 1 år.



NORSK REVMATIKERFORBUND

NANNESTAD REVMATIKERFORENING

Følg oss på Facebook: Nannestad Revmatikerforening

Representanter til fylkesårs møtet:

Odd Blakkisrud.

Nina Hellseth.

Heidi Blindheim.

Vara: Jorun Bjørnsen og Bente Jensen

Medlemsutvikling

Pr utgangen av år 2025 hadde foreningen 224 medlemmer. Dette er en økning på 24 medlemmer i løpet av året (48 nye medlemmer og 24 utmeldinger).

Styremøter

Det er avholdt 8 styremøter i 2025. Styret har i alt behandlet 88 saker.

I tillegg har det vært avholdt 2 styreseminarer/arbeidsmøter.

Åpne møter / temamøter

I tillegg til årsmøtet, har foreningen arrangert 6 medlemsmøter, samtlige på Moreppen grendehus. Følgende temaer har vært på dagsorden: Aktivitetsplanen og presentasjon av nye aktivitetstilbud, om likepersoner og presentasjon av styret. Vi har hatt besøk av Tom Haugen (sang), Monica Eilertsen foreleste om fatigue/utmattelse, Styreleder Odd Blakkisrud presenterte styrets arbeid og aktiviteter. Blakkisrud har presentert bilder og info om Spaniaturl (Albir) våren 2026. Vi har hatt besøk av varaordfører og kultur og oppvekst på et av våre medlemsmøter. Representanter fra Hjerterommet presenterte sitt arbeid og aktiviteter.

Likepersonarbeid har vært presentert. Likepersoner deltar på A-Hus, ved Nannestad Bibliotek, hver tirsdag på Museet, ved alle faste ukentlige aktiviteter og de er i tillegg tilgjengelig på telefon.

Temamøtene er godt besøkt med ca 50 medlemmer hver gang. Kjøkkenkomiteen serverer karbonadesmørbrød, frukt og kringe til alle møtene.

Turer/ sosiale tilbud

Alle planlagte aktiviteter jfr Aktivitetsplanen for 2025 har vært gjennomført, med unntak av julebordet som ble avlyst. Alle aktiviteter og turer har gode deltagerantall.

Kontonummer 1622 15 56 783
Vipps 815171

Organisasjonsnummer 983 957 811



Interessepolitisk arbeid

Vi har sendt inn brev til både lokalpolitikere og stortingspolitikere rundt behandlingstilbud for mennesker med muskel,-skjelett - og redusert funksjonsevne. Lange ventelister, og et utilstrekkelig rehabiliteringstilbud innad i kommunen gjør at det for enkelte blir flere og hyppigere sykemeldinger og i verste fall uføre. Å stå utenfor arbeidslivet kan ramme hardt, både for den enkelte men også samfunnsøkonomisk. Vi har jobbet for å se viktigheten av rehabilitering, behandlingsreiser og styrke samarbeid mellom kommunen og frivilligheten.

Vi har hatt besøk av varaordfører og kultur og oppvekst på et av våre medlemsmøter. Kommunestyret har også vært på besøk på en av våre varmtvannstreninger hvor vi har fått vist hvilket tilbud vi gir i Nannestad revmatikerforening.

Det har også vært jobbet aktivt med samtaler med Friskliv, kommunalt ansatte fysioterapeuter og brukerrådet for rus og psykisk helse. Nannestad Revmatikerforening har to representanter i Fylkesstyret. Vårt arbeid i foreningen har vært profilert til fylket og også til medlemmer i sentralstyret.

Vi har i tillegg markedsført foreningen ved Nannestadfestivalen 2025.

Vi har representant i Rådet for mennesker med nedsatt funksjonsevne, kommunalt.

Økonomi

Vi har søkt og fått innvilget Aktivitetstilskudd fra Nannestad kommune med kr 15 000,-, aktivitet: Langtrampen.

Kr 9 000,- fra Romerike Sparebank, skal benyttes til innkjøp av høytaleranlegg og mygg (mikrofon) for bruk hovedsakelig til varmtvannstrening og stoldans.

Det er søkt, og vi har fått innvilget midler fra FUNKIS for alle aktivitetene gjennom året.

Det har i løpet av året vært søkt om midler fra DAM, der vi har fått avslag.

Vi har søkt og fått midler fra lotteritilsynet. Bingomidler.

Vi har fått midler fra grasrotandelen.

Avslutning

Det er svært stor aktivitet i Nannestad Revmatikerforening. Vi har mange faste aktiviteter og de er alle godt besøkt/benyttet.

Vi startet nytt tilbud med stoldans, noe som har vist seg og også blir populært/godt besøkt.



I samarbeid med Frisklivsentralen har vi nå på slutten av året planlagt nytt tilbud, Pilates. Oppstart i januar-26

Trening i varmtvann er særdeles populært. Samarbeidet med Frisklivsentralen og brukerrådet for rus og psykisk helse bidrar til at **vi kan benytte bassenget gratis** og at vi i tillegg innhenter nye medlemmer via dette tilbudet.

Vi ser at vi nå er nødt til å få et par nye instruktører som kan avlaste. Vi trenger og noen flere som har livredderkurs. Dette må det jobbes med å få på plass i 2026.

Året 2025 har for styret vært et hektisk år. Vi har behandlet hele 88 saker i tillegg til at vi har hatt to svært gode og nyttige heldags styreseminarer. Styreleder Odd Blakkisrud har vært styreleder i 33 år. Styret har jobbet med å forberede hans avgang ved årsmøtet 2026. Dette har vært et viktig tema da mange medlemmer uttrykker uro ved denne endringen. Styret mener det er svært viktig å ivareta foreningen slik den er bygget opp og etablert gjennom 40 år.

Vi skal feire 40 årsjubileum i 2026. Styret jobber med planlegging av dette arrangementet.

Vi har mange medlemmer som er jobber frivillig i ulike komiteer. Disse er særdeles viktige for driften av foreningen. Det er imidlertid de samme som gjør disse jobbene og vi trenger her flere frivillige som vil jobbe i komiteene. Dette må vi jobbe med å få til i 2026.

Nannestad 3.februar 2026

Leder	Nestleder	Sekretær og Studieleder	Kasserer	Styremedlem
Odd Blakkisrud	Siw Fredriksen	Marit Ballovarre Bakken	Nina Helseth	Heidi Blindheim

Nannestad revmatikerforening Årsregnskap 2025

Inntekter	kr	utgifter	kr
innskudd /kontanter medlem/ og annet	154322	admin/honorar utgifter admin trening sal/vann	40000 17000
inntekter vipps	62812	gebyr vipps	1100
studieforbundet funkis	38400	blomster og gaver	18900
tilskudd revmatiker sentralt	66626	alle kurs/ hjerte/osv	25000
Nannestad kommune	15000	medlemsmøte/veiledning	68500
Norsk tipping	14032	forbruksmateriell ikke kontor	55000
Lotteri inntekt	38400	leie av lokale	13500
langtrampen	13700	utgifter lotteri	5000
jul	8300	jul	7900
medlems reiser		medlemsreiser buss, mm	199600
veiledningstjenesten		datakostnader	2900
Sparebanken 1	9000		
Sum	420592	sum	454400

Nannestad revmatikerforening 2025

undeerskudd		33800
ubetalte regninger		0
egenkapital jan 2024		956573
egenkapital des 2024		946860
kasse		0
Bankbrukskonto	16221556783	94667
Plaseringskonto	12027368431	226
Plaseringskonto	12038336590	885776
<hr/>		
eiendeler		980669
<hr/>		

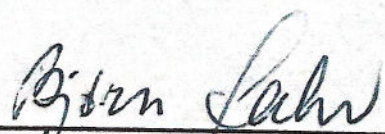
NANNESTAD REVMATIKERFORENING

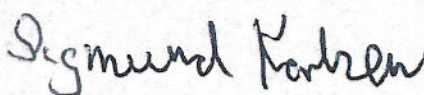
Revisjonsrapport

Vi har revidert regnskapet pr. 31. desember 2025 og funnet det i orden.

Nannestad, 13. januar 2026.

Valgte revisorer på årsmøtet 11. februar 2025.


Bjørn Jahr


Sigmund Karlsen



AKTIVITETSPLAN 2026

(med forbehold om endringer)

4. JANUAR Juletreffest Moreppen grendehus'
10. FEBRUAR Årsmøte Moreppen grendehus
10. MARS Medlemsmøte Moreppen grendehus
15. MARS Den Nasjonale Revmatikerdagen
- 21.-22.MARS Likepersonskurs Bruket på Fjellhamar, Fylkesveileder arr.
26. MARS Årsmøte Akershus Fylkeslag, for valgte delegater
28. MARS 40 års-jubileum Jubileumsfest
- 8-22. APRIL Tur til Spania (Jardin Foya Blanca) med Odd Blakkisrud
14. APRIL Medlemsmøte Moreppen grendehus
- 18.-19. APRIL Organisasjonskurs for styremedlemmer
12. MAI Medlemsmøte Moreppen grendehus
13. MAI Førstehjelpskurs Kl. 14:00 - 17:00
Livreddende førstehjelp, trening på hjerte- og lungeredning, samt bruk av Hjerterstarter. Kurset har plass til 20 kursdeltakere. Blostrupmoens lokaler på Dal
21. MAI Langtrampen. Gå/trimkarusell med start fra Preståsen skole kl 18.15
- 1.-5. JUNI Savalen, Vår
9. JUNI Sommeravslutning. Servering av rømmegrøt og spekemat. Revmatikertrimmen (gå en tur) starter fra kl 17. Moreppen grendehus
- 13.-14. JUNI Likepersonkurs for påmeldte Thon Hotel Snø
- 12.-14. JUNI Nannestadfestivalen, vi har stand og 33-lotteri
18. JUNI Langtrampen. Gå/trimkarusell med start fra Preståsen skole kl 18.15

-
21. AUGUST Langtrampen. Gå/trimkarusell med start fra Preståsen skole kl 18.15
- Dato kommer Båttur til Kiel
8. SEPTEMBER Medlemsmøte Moreppen grendehus
17. SEPTEMBER Langtrampen. Gå/trimkarusell med start fra Preståsen skole kl 18.15
19. SEPTEMBER Påfyll Likepersonkurs for påmeldte Thon Hotel Snø
24. SEPTEMBER Premieutdeling Langtrampen Moreppen grendehus
- 12.OKTOBER Internasjonal revmatikerdag
13. OKTOBER Medlemsmøte Moreppen grendehus
- 10.NOVEMBER Medlemsmøte Moreppen grendehus
- 28.-29. NOVEMBER Julemarked Moreppen grendehus
- Dato kommer NOVEMBER Felles handletur til Charlottenberg
- Dato kommer DESEMBER Julebord

ÅR 2027

- 03.Januar Juletreffest på Moreppen Grendehus. Påmelding (barn)
- 09.Februar Årsmøte i Nannestad Revmatikerforening.



Fysisk aktivitet for ALLE hver uke

MANDAG	
Varmvannstrening Kl.08.15 -09.00 Påmelding	Varmtvannstrening i Nannestad Svømmehall Kontakt nestleder siwfredriksen69@gmail.com
Chairobics/Stoldans kl 11.00-12.00	Kulturstallen Ta med matpakke for felles lunsj etter treningen
Pilates kl 13.00-14.00	Kulturstallen. Påmelding til Merete Jæger, tlf 90366268.

TIRSDAG	
Gå-gruppe i Nannestad kl 10.00 Likepersonstjeneste og sosialt samvær	Vi møtes ved Nannestad Bygdemuseum. Vi går så langt eller kort vi orker. Alle skal med 😊 Etter turen serveres det kaffe og kjeks inne på museet. Her har vi likeperson tjeneste, bingo og sosialt samvær. Våre likepersoner har god kunnskap om det å leve med revmatiske sykdommer. Ønsker du en privat samtale med likeperson, kom innom og avtal tid med en av oss. Eller, vi tar samtalen på museet om du ønsker.
Medisinsk Yoga kl. 11.00-12.00	Møt oss på Kulturstallen i Nannestad. Merete Jæger fra Frisklivsentralen leder timen (hun er utdannet instruktør i medisinsk yoga i tillegg til at hun er fysioterapeut). Felles lunsj etter Yogatimen, ta med matpakke. Kulturstallen serverer kaffe og te.

ONSDAG	
Medisinsk Yoga med fokus på utmattelse kl. 11.00-12.00 Påmelding	Påmelding til Merete , SMS til 90366268. Møt oss på Kulturstallen i Nannestad. Felles lunsj etter Yogatimen, ta med matpakke. Kulturstallen serverer kaffe og te.
Varmtvannstrening kl 14.00-15.00 Påmelding	Varmtvannstrening i Nannestad Svømmehall Kontakt nestleder siwfredriksen69@gmail.com
Sirkel-trening i sal kl.18.00-19.00.	Møt oss på Preståsen skole.

TORSdag	
Medisinsk Yoga kl. 11.00-12.00 Påmelding	Påmelding til Merete , SMS til 90366268. Felles lunsj etter Yogatimen, ta med matpakke. Kulturstallen serverer kaffe og te. Møt oss på Kulturstallen i Nannestad. Merete Jæger fra Frisklivsentralen leder timen.
Varmtvannstrening kl 14.00-15.00	Varmtvannstrening i Nannestad Svømmehall Kontakt nestleder siwfredriksen69@gmail.com
Spansk kurs, ukedager KAN variere.	Påmelding til Kursleder Toril Blakkisrud

**BUDSJETTFORSLAG 2026**

	Inntekter	Utgifter
Administrasjon		80 000,-
Lotteri inntekter	36 000,-	8 000,-
Vipps	62 000,-	1 100,-
Egenandeler og medlemsmøter	250 000,-	
Blomster og gaver		20 000,-
Serviceavtale hjertestarter		15 000,-
Leie lokaler		17 000,-
Studieforbundet FUNKIS	40 000,-	
Grasrotandel Norsk Tipping	14 000,-	
Langtrampen	16 000,-	
Støtte til BURG		5 000,-
Likepersonmidler og medlemskontigent	60 000,-	
Basseng- og saltrening		25 000,-
Medlemsaktiviteter og medlemsreiser		450 000,-
Renteinntekter bank	20 000,-	
SUM	498 000,-	621 100,-
Budsjettert underskudd		123 100,-

Valgkomiteens innstilling for Nannestad Revmatikerforening 2026

STYRET

Leder	Marit Ballovarre Bakken	NY for 2 år
Nestleder	Siw Fredriksen	ikke på valg
Kasserer	Randi Stokkan	NY for 2 år
Sekretær	Maja Hoel	NY for 1 år
Studieleder	Iver H. Stenseth	NY for 2 år

Vara Marianne Mellby Calberg NY for 1 år

Vara Torill Hanstad NY for 1 år

Valgkomite	Vigdis Gerhardsen	NY for 2 år
	Barbro Vøien Aaby	ikke på valg
Vara	Inger Johnsrud	NY for 1 år

Revisor	Bjørn Jahr	ikke på valg
	Sigmund Karlsen	NY for 2 år

Komiteer/utvalg velges for 1 år

Burg kontakt	Odd Blakkisrud
Data ansvarlig	Marit Ballovarre Bakken
Blomsterkomite	Jorunn Bjørnsen og Ragnhild Langerud

Kjøkkenkomite

1. Anita Rædergård, Aina Solum, Mona Halvorsen

Rydd : Oddbjørg Myhre og Signe Bengtson

2. Nina Laaveg, Cathrine Sevens, Tonje Larsen

Rydd: Jorun Torgersen

3. Margot Ramstad, Barbro V. Aaby, Linda Mørk

Rydd: Sigmund Karlsen

Reserver (som kan spørres ved forfall)

Oddrun Skjold, Amela Blazevic,

Jorun Torgersen, Lissi Larsen

Turkomite Odd Blakkisrud, Kjell Sollien,

Anne Berit Bråthen

Trimkomite Siw Fredriksen

Odd Blakkisrud

Lotterikomite Karin Edseth,

Lucia Rajakumar

Wenche Holm

Vara Oddbjørg Myhre, **Anne Grethe**

Furuset

Programkomite **Marit Ballovarre Bakken**

Sullivan Dawn

Cathrine Stevens

Vara **Barbro V. Aaby**