



Hvem er våre medlemmer?

- Man må være enten hovedmedlem eller pårørende som ektefelle/samboer/barn
- Alle medlemmer har like rettigheter i organisasjonen
- Vi har en del økonomiske Hjerterevenner/støttespillere



Hvem er våre tillitsvalgte/likepersoner/frivillige?

- Må være enten hovedmedlem eller pårørende som ektefelle/samboer/barn
- Rollebeskrivelse
- Taushetsløfte
- Politiattest

Medlemmer pr. 1.1.2025

- 311 medlemmer i Nordland, der **32** er under 25
- **15** er under 35 år
- Yngste medlem er 1 og eldste 99
- Hovedmedlem totalt = **141**
- Hovedmedlem NYRE = **118**
- Hovedmedlem ung NYRE = **15**
- Hovedmedlem LEVER = **8**
- Hovedmedlem PANCREAS = **0**
- Familie/støttemedlem **170**



Pinadø litt krise her ja...

Vi går tilbake til 2013

- Tomt på konto etter fylkesårsmøtet, og vi måtte 'låne' 70.000,- av meg for å reise på landsmøtet + å være på besøk på sykehusene i første halvår...
- Vanskelig å verve nye, ingen unge og stadig færre i fylkesstyret
- Svært høy snittalder blant de tillitsvalgte = 66 år
- Vanskelig å verve nye som likepersoner (den gang kalt besøkere)
- Ingen aktivitører, og dermed tilnærmet null fysisk aktivitet i fylket
- Dårlig oppmøte på våre sjeldne fagseminar og samlinger/kurs (men hytteturene til Saltdal var ~~jævlig~~ eh svært godt besøkt)

Hva gjorde vi?

Vi laget den hos oss 'berømte' 6 x 2 planen

- 6 lettspiste gulrøtter for å få rekruttert nye tillitsvalgte, og de gjenbrukbare 'gamle' revitalisert'
- 6 gode aktiviteter for å gjøre noe godt for medlemmene, og som får nye til å bli med i LNT-familien.





Flest mulig -
lengst mulig!

Nordland
fylkeslag

Hvordan løser vi våre utfordringer?

- Lett profesjonalisering av styret – et lite **styrehonorar** forplikter!
- Kurs og opplæring av styret – **opplæringsplan** for hver rolle
- De som gjør en innsats for fellesskapet og deres samboer/ektefelle betaler **ikke egenandeler** på våre samlinger
- Styreseminar/motivasjonsseminar **hvert år**
- Plan for nye aktiviteter og et **godt årshjul**
- Systematisere arbeidet med søknadsskriving og etablere mange nye og **faste inntekter**



Aktiviteter

Prioriterte aktiviteter og skape nye aktiviteter

- Prioritert likepersontjeneste med besøkere på 8 sykehus
- Helsebringende og fysisk aktivitet alltid som tema - dørstokkmila
- Fagseminar og lokale medlemstreff med fysisk aktivitet
- Familie, barne- og ungdomsaktiviteter med mye utelek
- Motivasjonsseminar årlig for styret og alle de frivillige
- Stort ønske om å arrangere sydentur (kom ikke på plass før i 2017)



Visjon:

Nyrepasienter og organtransplanterte skal ha samme livskvalitet som resten av befolkningen, og ventetiden på transplantasjon skal være minimal.

Verdier:

Livskvalitet

Nærhet

Trygghet

Hva gir andre til sine medlemmer?

- HLF – egenassurandør høreapparat
- FFHB – mange medlemsaktiviteter for barn/unge
- VMH – Støtte fra 18 og inn i voksenlivet
- NRF – Syden/ferie/behandlingsturer
- FFO – advokatbistand



Hva kan vi finne på, og som gjør LNT mer attraktiv?

LNT Nordlands medlemsfordeler

 **VELKOMSTGAVE** – Hovedmedlemmer mottar en velkomstgave med diverse LNT-produkter

 **MEDLEMSAVIS** – Du får vår medlemsavis LNT Nordland Nytt 5 ganger pr. år + vårt trimhefte
Vår medlemsavis er nå i sin årgang 2



LNT Nordlands medlemsfordeler 2

 **TRENINGSPAKKE** – Medlemmer kan kjøpe vår treningspakke, til en verdi av kr. 2.100,- til en subsidiert pris på kun kr. 1.000,-. Pakken koster kr. 1.600,- i innkjøp, og det bevilges støtte for inntil 20 slike pakker per år.

 **GÅSTAVER** – Medlemmer kan søke om støtte til kjøp av gåstaver med 50% av innkjøpspris, der støtten oppad er begrenset til kr. 500,-



LNT Nordlands medlemsfordeler 3

 **DELTAKERAVIGFT** – Medlemmer kan søke om støtte til dekning av deltakeravgift for deltakelse på trim- og idrettsarrangement, med 50% av pris, der støtten oppad er begrenset til kr. 250,-

 **KART OG KLIPPEKORT** – Støtte til friluftaktiviteter, eks. turorientering til kart og klippekort, med 50% av pris, der støtten oppad er begrenset til kr. 250,-



LNT Nordlands medlemsfordeler 4

 **AKTIVITETER** – Du får tilsendt informasjon fra fylkeslaget, som bl.a. arrangerer kurs, seminarer, fysisk aktivitet, medlemsmøter, sosiale arrangement og helgesamlinger rundt om i fylket

 **LIKEPERSONER** – Vi har mange likepersoner du og/eller dine pårørende kan prate med



LNT Nordlands medlemsfordeler 5

 **PÅ DIALYSEN** – Vi har besøkstjeneste på dialysepostene i Nordland – alle får!

 **SOSIONOM** – Fylkeslaget har knyttet til seg vår egen sosionom som du kan kontakte og få hjelp av i 1 time!
Du når sosionomen på e-post via adressen
sosionomen@Intnordland.org



LNT Nordlands medlemsfordeler 6

Dialysepasientene/kronikerne har en svært stor økonomisk utfordring i januar/februar?

3 kanskje 4 ganger til sykehus pr uke a' 171,- hver vei, medisiner, legebesøk og kanskje fysioterapi, noe som gir dem en svært stor utgift før frikort kommer i midten av februar, og dette kommer jo som store utgifter rett etter jul!

3.278,- / 2 x 171,- (342,-) = 9,5 uker ut i det nye året,
og tar vi med medisinkjøp, så snakker vi om utgift før frikort allerede etter 7 uker.

Og dette er utfordrende for en med uføretrygd!



LNT Nordlands medlemsfordeler 7

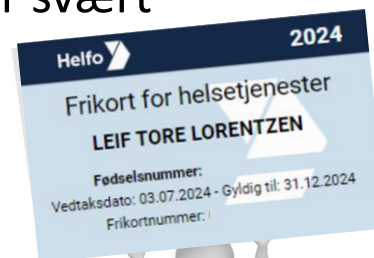
MEN DEN ALLER VIKTIGSTE MEDLEMSFORDELEN

EGENANDEL OG FRIKORT

Hovedmedlemmer som har behov for økonomisk hjelp, kan innvilges et rentefritt lån på inntil kr. 4.000,- i januar, og som betales ned med kr. 500,- pr måned fra februar til september.

Lånet dekker hovedmedlemmets utgifter til egenandeler og vaksiner frem til frikort på medisin og pasientreise, dersom man har svært høye utgifter til dette i de første ukene av året.

Lånet behovsprøves ikke!



Våre 10 viktigste aktiviteter i 2025

Prioriterte aktiviteter - og nye aktiviteter

- Utvide styret til 12 personer / 14 roller **OK!** (3 menn og 9 kvinner)
- Rekruttere 10 nye likepersoner/besøktstjeneste **7**
- Helse og fysisk aktivitet, turmarsj og stavgang **1248**
innrapporterte aktiviteter utført av **112** aktive
medlemmer, der 2 familier står for hele 358 av dem!
- Fagseminar og medlemstreff **11 i 2025 rundt i fylket**
- Digitale møteplasser **legges ned foreløpig**

Våre 10 viktigste aktiviteter i 2025

2

Prioriterte aktiviteter - og nye aktiviteter

- 2 fagseminarer med digital deltakelse **54 deltakere**
- Sydentur 20.2. til 6.3. **25 deltakere**
- Barne- og familieleir Nesna 29.6. til 4.7. **24 deltakere**
- PD-samling på Nesna 29.6. til 4.7. **Avlyst – 0 påmeldte**
- Motivasjonsseminar for styret og likepersoner 10. til 13. juli under 'Tørrfiskfestivalen' på Værøy **13 deltakere**

Og hvordan går det så økonomisk?

- Rundt 950.000,- i inntekter/utgifter i 2025

Der 400.000,- er faste inntekter

Der 550.000,- som prosjektsøknader

Vi bruker i år:

- 200.000,- til å pleie styret og de frivillige (totalt 42 stk.)
- 350.000,- i forbindelse med sydentur
- 100.000,- i gaver til bla våre sykehus og medlemstilbud
- 100.000,- til likepersonstjenesten
- 200.000,- til våre leire og diverse medlemsaktiviteter
- En passende driftsreserve i banken

Takk for meg!

