

DOBBELT GLEDE OG HALVERT TYNGDE

Alt er kjekkere når man kan dele en opplevelse med noen. Gleden blir dobbelt så stor. Jeg kan ta ett eksempel fra min egen hverdag. Yngste datteren vår er glad i å ri, og hun skulle delta på sitt første utestevne, altså representere rideklubben sin. Jeg tror nok jeg var mer nervøs enn henne, og jeg turte ikke møte opp for å se henne engang. Etter mange timer kom det endelig en sms fra mannen min. Datteren vår hadde vunnet! Jeg var så rørt og stolt, og måtte ringe mannen min og få høre om hver minste detalj. Jeg er heldig som har mange å dele mine gleder med, ikke alle er så heldig.

I april var tillitsvalgte fra Foreningen voksne med medfødt hjertefeil på Skeikampen, og fikk innføring i det å være en likemann. Ordet er ikke så beskrivende, så kursdeltakerne mente at ordet «hjertevenn» var mer fortellende. Jeg vil gjerne være en «hjertevenn». Selv om jeg har mange å dele gleder og sorger med, kunne jeg tenke meg å være der når noen vil halvere sin tyngde av det de sliter med. Det å halvere tyngden til noen, gjør hverdagen lettere.

Jeg ser tilbake i tid. Jeg opplevde å miste lillesøsteren min. Hjertefeilen hennes var for komplisert og avansert til at livet kunne reddes den gangen. Det var godt å kunne ha gode venner å halvere sorgen med. Det føltes ikke så tungt å bære da. Den dag i dag er lillesøster ennå et sårt tema å snakke om, men det å vite at jeg har noen som forstår, gjør at sorgen og tapet halveres.

Mange sliter med både små og store hverdagsproblemer. Der og da kan det være vanskelig å finne en «hjertevenn» å ringe til. Å ta det første steget kan føles som sjumilssteg og derfor vegrer man seg. Dette er forståelig. Likevel vil vi i foreningen hjelpe. Sliter du med store eller mindre problemer, kan du jo kontakte psykolog Torun Vatne. Hver tirsdag kl. 20.00–22.00 er hun glad for å hjelpe på telefon 80040959.

Eirin Syversen, leder



Foto: Ulrika Hallin

Hva skal jeg bli?

«Hva skal jeg bli når jeg blir stor?». Det er noe alle lurer på i oppveksten. Ofte er det ikke lett å finne fasiten. Å velge yrke og utdanning kan være vanskelig – kanskje ekstra vanskelig for en med medfødt hjertefeil. Få gode råd på neste side.

Snu bladet og les Hjerteroom – sidene for Foreningen voksne med medfødt hjertefeil!

Utdanning og yrke:

Valgets kval

Å ha en medfødt hjertefeil kan reise mange spørsmål om utdanning og karrieremuligheter. Her får du svar på noen av dem.

Tekst: Marit Haugdahl

«Hva skal jeg bli når jeg blir stor?». Det er noe alle lurer på i oppveksten. Ofte er det vanskelig å finne et godt svar. Å velge yrke og utdanning kan være vanskelig – kanskje ekstra vanskelig for en med medfødt hjertefeil.

Foreldrene til barn med medfødt hjertefeil er opptatt av utsiktene til et godt og meningsfullt yrkesliv for sine barn. Ungdommene vil, som ungdom flest, ha en jobb de trives med og blir stimulert av. Heldigvis kan vi berolige både foreldrene og ungdommene med at hjertesyke voksne stort sett kan bli akkurat hva de vil, med noen få unntak.

Tenk fremover

Muligheten for å delta i arbeidslivet er av stor betydning for menneskers livskvalitet, økonomi og sosiale status. Tidligere studier har vist at unge voksne med medfødt hjertefeil iblant har problemer med å tenke langsiktig, da mange av dem uroer seg og er usikre på fremtiden, og om det finnes en fremtid overhodet.

De aller fleste har imidlertid utsikter til lange og gode liv. De kan bli forsker, sykepleier, journalist, helsearbeider, sveiser, sjåfør, mekaniker, dataingeniør, elektriker eller hva som helst annet. Men det er smart å tenke seg godt om – og å tenke langsiktig. Hvilke muligheter gir utdanningen til å velge yrker etter et varierende fysisk funksjonsnivå? Man skal være i

arbeidslivet i mange år. Det finnes ingen fasit – valg av utdanning og yrke er en høyst personlig sak.

Yrkesveiledning

Yrkesveiledning fører til at flere forblir yrkesaktive. Gode råd om yrke og utdanning er derfor av stor betydning. En britisk undersøkelse i 2005 avdekket at yrkesdeltakelsen var langt høyere for de som hadde fått veiledning (73 %) enn for de som ikke hadde fått det (46 %). God yrkesveiledning er kanskje den enkleste måten å få enda flere voksne med medfødt hjertefeil i arbeid på. Veiledningen bør skje hos fagfolk med spesiell kompetanse på medfødt hjertefeil, for eksempel individuelle samtaler med kardiolog og

yrkesveileder til stede.

Informasjonsbehov

De fleste vet for lite om sin egen hjertefeil. Det er viktig å få informasjon om hva hjertefeilen består i, og hvilke konsekvenser den har – eventuelt ikke har – av mange grunner. Yrkesvalg er én av dem. Man skal verken overdrive utfordringene ved enkle feil eller undervurdere komplikasjonene som kan komme ved komplekse feil.

Mange har ikke lyst til å fortelle arbeidsgiver detaljer om sin medfødte hjertefeil. Og hvorfor skulle de det? Det er ikke bestandig relevant, og måten det spørres på kan lett føles diskriminerende. I Norge er det dessuten forbudt for arbeidsgiver





Lege, brannmann eller astronaut?

Be kardiologen om råd.

Tegninger: Indianne Hansen og Oscar Riberg.

å stille spørsmål om helsetilstand under et jobbintervju. Det viktige er at man er i stand til å fortelle arbeidsgiver eller andre om hva en feiler dersom det skulle være nødvendig. Her må den enkelte selv bestemme hvor mye de vil fortelle.

Betydning av utdanning

Det er velkjent at utdanning generelt og høyere utdanning spesielt har større betydning for om mennesker med funksjonsnedsettelse kommer i arbeid enn det har for andre. Yrkesdeltakelsen stiger med utdanningens lengde. Dette kommer klart frem i alle studier som gjelder medfødt hjerterfeil, skjønt dette er en sannhet som gjelder for alle – uansett helse.

Noen land har statistikk på medfødt hjerterfeil og utdanningsnivå, men det finnes ingen komplette tall. Enkelte studier fra Tyskland, Sverige, Finland og Storbritannia viser at utdanningsnivået ligger likt med, og ofte over, gjennomsnittet i befolkningen. Men det er helt umulig å si noe generelt om type hjerterfeil og utdanningsnivå.

Motivasjon og tilpasninger

Hvorvidt en person klarer å fullføre en yrkesutdanning eller en akademisk grad avhenger selvsagt av hva den enkelte har vært gjennom tidligere i livet. Genetikk, syndromer, konsekvenser av behandling og hjerterfeilen i seg selv kan alle gi begrensninger.

Voksne med medfødt hjerterfeil er motiverte til å finne en egnet utdanning og et yrke, det viser det høye utdanningsnivået. Kunsten er å beholde denne motivasjon hvis man eventuelt støter på utfordringer som å bli frarådet å velge det yrket man ønsker, får vanskeligheter med å få forsikringer, må opereres på nytt eller ikke lenger kan arbeide full tid. Noen

har dessverre opplevd følelsen av at hjerterfeilen begrenset yrkesvalget eller å bli ekskludert fra en jobb eller å måtte gi opp en jobb på grunn av hjerterfeilen.

Det er ikke nødvendigvis slik at jo mer alvorlig hjerterfeil man har, jo flere praktiske utfordringer støter man på i arbeidslivet. Det handler om å finne gode tilpasninger etter behov, og å fokusere på den enkeltes ressurser. Mange ønsker seg enkle tilpasninger som tar hensyn til deres hjerterfeil; mer fleksibel arbeidstid, mindre tidspress, mulighet til å jobbe hjemmefra og andre tiltak som gir større frihet til å organisere arbeidet selv. Trolig har svært mange hjerterfriske akkurat de samme ønskene!

Arbeidsliv

Andelen yrkesaktive personer i befolkningen er forskjellig fra land til land, og forandres over tid. Yrkesdeltakelsen har trolig en sammenheng med både arbeidledighet og velferdsordninger i de enkelte land. I land med gode velferdsordninger, som Norge, er det gjerne flere som mottar trygd og annen stønad i tillegg til eller i stedet for lønnet arbeid. Få land har per i dag komplett statistikk på hvor mange med medfødt hjerterfeil som deltar i yrkeslivet, men det finnes unntak: Studier fra Nederland, Tyskland, Storbritannia, Finland og USA viser at mellom 57 og 77 prosent av alle arbeidsføre voksne med moderate eller kompliserte medfødte hjerterfeil er i arbeid. Dette ligger litt under gjennomsnittet for yrkesaktivitet i Europeiske land, som er på mellom 70

og 85 prosent under normale omstendigheter.

Heltid/deltid

Å ha en jobb ble i en nederlandsk studie definert som lønnet arbeid mer enn 12 timer per uke. Voksne med medfødt hjerterfeil arbeider oftere deltid enn andre. Det er ikke alle som har helse til å jobbe fullt. Det må være balanse mellom arbeid og fritid og man må føle at man kan mestre begge deler. Men det lønner seg alltid å jobbe, både økonomisk og sosialt. Dessuten gir deltakelse i arbeidslivet sosial status, noe som trolig er viktigere enn vi kanskje liker å innrømme. Forskning viser også at yrkesaktive generelt har høyere livskvalitet.

Det er svært mye vi enda ikke vet når det gjelder utdanning og arbeidsliv blant voksne med medfødt hjerterfeil. Noe skyldes at det er en relativt ny befolkningsgruppe som er like forskjellige som alle andre mennesker. Og noe skyldes at man ikke har forsket nok på dette foreløpig. Mange spørsmål forblir ubesvart.

Artikkelen bygger på resultater fra en rekke forskningsartikler. Du finner referanser til disse på www.corience.org. Det vil også bli lagt ut mer utfyllende informasjon på www.vmh.no i løpet av høsten. Følg med på våre hjemmesider!

Sjekkliste før du velger jobb og utdanning

Dette bør du tenke på når du velger yrke:

- Velg noe du har lyst til å jobbe med og som interesserer deg
- Velg et yrke du mener du egner deg for
- Jo mer utdanning du har, jo større sjanse er det for at du forblir i arbeidslivet
- Velg et yrke som er fleksibelt og som du kan beholde i mange, mange år
- Unngå tunge, fysiske yrker og arbeid som medfører mye stress

Derfor bør du snakke med kardiologen om utdanning og yrkesvalg:

- Noen få yrker er utelukket selv om du har enkle, korrigerede hjerterfeil (flyger og andre spesialyrker i det militære)
- Riktig medisinsk og yrkesmessig veiledning er av stor betydning for om du vil klare deg i arbeidslivet. Kardiologen vet mye om hvilke yrker du bør unngå
- Noen få diagnoser gjør at du ikke kan få sertifikat for drosje eller tyngre biler
- Lær mest mulig om din egen hjerterfeil. Det gir bedre livskvalitet og prognoser – også i arbeidslivet
- Noen hjerterfeil har risiko for besvimelse og fall, noe som kan medføre fare for å skade seg selv eller andre

Utdanning:

Bedre finansieringsmuligheter

Hvis du er en av dem som sliter med økonomien mens du studerer fordi du ikke har kapasitet til å jobbe ved siden av studiene eller ikke har mulighet til å fullføre studiene på normert tid på grunn av hjertefeilen, har det nå kommet noen nye ordninger som kan hjelpe deg med dette.

Tekst: Anne-Line Bjella-Fosshaug

Fra undervisningsåret 2011–2012 har det kommet plass en ordning med bedre studiefinansiering for personer med nedsatt funksjonsevne. Organisasjonen Unge funksjonshemmede har jobbet for dette i årevis og er strålende fornøyde med å endelig ha fått forslaget sitt gjennom i statsbudsjettet for 2011.

Ikke fungert

Mange personer med nedsatt funksjonsevne har måttet avslutte studier uten å fullføre fordi de ikke har hatt råd til å fortsette. Deltidsstudenter har tidligere bare fått støtte fra Lånekassen for deltidsstudier, noe som ikke er nok til å leve av. Hvis man bruker lenger tid på studiene enn normert, ender man også opp med mer lån enn de som tar samme utdanning på kortere tid. Unge funksjonshemmede har også pekt på at mulige støtteordninger gjennom arbeidsavklaringspenger fra NAV ikke egner seg for «vanlige» studenter på grunn av for mange begrensede regler og tung saksbehandling.

3200 ekstra

Den nye ordningen gir studenter med nedsatt funksjonsevne muligheter til å få et tilleggstillegg på 3200 kr per måned

som kompensasjon for at du ikke kan jobbe ved siden av studiene og for å dekke ekstra kostnader i forbindelse med funksjonsnedsettelsen. Denne støtten er behovsprøvd. Du kan også få støtte i 12 måneder mot normalt ti som kompensasjon for at du ikke kan jobbe ved siden av studiene eller i sommerferien. Også denne støtten er behovsprøvd. Det tredje punktet er støtte ved forsinkelse, noe som gjør at tiden du bruker ut over normert studietid blir gitt som stipend for at du ikke skal få mer studielån enn andre. Denne støtten er ikke behovsprøvd, men i følge Lånekassen kan du ikke motta trygd som er ment å dekke livsopphold samtidig som du får denne støtten. Informasjon om disse nye ordningene og hvordan du søker, finnes på Lånekassens

hjemmeside under menyen «Høyere og annen utdanning».

Samfunnsnyttig

Å fullføre en utdanning er viktig for å få en meningsfull jobb, som igjen gir mulighet til å leve et selvstendig liv og forsørge seg selv. Det er viktig for alle. Unge funksjonshemmede har også tallmateriale som viser at det er ekstra viktig for personer med nedsatt funksjonsevne å ha høyere utdanning for å kunne være i jobb. I sin argumentasjon for den nye ordningen har de understreket den samfunnsøkonomiske betydningen av at flest mulig jobber og betaler skatt istedenfor at de ender som uføre, med de utgiftene det påfører samfunnet.

Unge funksjonshemmede

Er et samarbeidsorgan for funksjonshemmedes ungdomsorganisasjoner. Har i dag 32 medlemsorganisasjoner, deriblant VMH og FFHB. Formålet er å sikre deltakelse og samfunnsmessig likestilling for ungdom med funksjonshemninger og kronisk sykdom. Jobber for å påvirke politikere og driver et aktivt opplysningsarbeid. www.ungefunksjonshemmede.no www.ungerettigheter.no



Bli med på Besseggen!

Helgen 19.–21. august kan du bli med VMH Region øst over Besseggen. Alle medlemmer i foreningen kan delta.

– Tør du gå glipp av en helg med en fantastisk gjeng, gode opplevelser og fantastisk natur? Bli med å sprengre noen grenser oppfordrer initiativtaker og leder av Region øst, Torunn Fjær-Haugvik i invitasjonen.

Region øst står for planlegging og gjennomføring av turen, men de har invitert alle medlemmene til denne samlingen. Hovedmålet er å gå turen over Besseggen, Norges mest trafikkerte fjellsti. De som av medisinske grunner ikke kan gi seg ut på en slik utfordring, kan bli med Gjende-båtene på en reise inn i vildeste Jotunheimen med eventyrlige omgivelser som kan ta pusten fra enhver.

Turen over Besseggen tar normalt 5–7 timer, men målet er å nå toppen (og ned igjen), uansett hvor lang tid det måtte ta! Overnatting skjer i 8-mannshytter på Beitostølen fra fredag til søndag. Pris for overnatting, båt og T-skjorte vil ligge på i overkant av 500 kroner. I tillegg kommer mat og transport. Da påmeldingsfristen nærmet seg 10. juni hadde rundt 20 personer meldt seg på til turen. Kontakt torunn@haugvik.com for mer informasjon.

Nytt diagnosekurs

Rundt ti pasienter og tre pårørende var på «diagnosekurs» på Rikshospitalet 12. og 13. mai. De fleste deltakere hadde Fallot tetrade, men det var også noen med Truncus arteriosus communis. Rikshospitalet arrangerer rundt tre slike kurs årlig, og her lærer pasientene om hjertefeilen sin, medisinbruk, rytmeforstyrrelser, fødsel og prevensjon, mestring, arbeidsliv, rettigheter og mulige reoperasjoner. VMH var også til stede og fortalte om foreningen vår. Men aller viktigst var det nok for folk å få møte hverandre! Neste kurs er planlagt i oktober.

Påsketur til Skeikampen

I påsken var det en gjeng på ni personer fra Region sør og Region vest som koste seg sammen på Skeikampen. Som det ofte blir i påsken ble det også her mye grillmat – og ikke minst mange runder med kortspill. For uten å spise ble det bedrevet flere aktiviteter, noen dro i SPA-avdelingen på hotellet, noen var på sightseeing i Lillehammer by, noen gikk på korte og lengre turer på ski og til fots, og to av deltagerne var i bakken. Slalåmbakken, altså. Derfra kunne de melde om gode forhold til tross for den sene påsken. De som gikk på ski fant imidlertid flere vanddammer – midt i løypa. Selv om det var lite snø i fjellet koste alle seg med godt vær og god mat og vi hadde mye moro sammen, melder leder for Region sør, Siri Kristiansen.

Test ut forumet!

På www.vmh.no er det nå et eget diskusjonsforum hvor medlemmene kan utveksle erfaringer, informasjon og kunnskap i både et åpent og et lukket forum. Dette er en fin måte å drive likemannsarbeid på, så vi håper mange vil ta forumet i bruk og logge seg inn ofte.



Grillskyting

Søndag 15. mai arrangerte Region øst «grillskyting», som er akkurat det navnet tilsier: grilling og skyting. Regn stoppet ikke arrangementet, for skytingen foregikk under tak og grillene fikk ly under et stort tre. Resultatene viste klart at det kanskje bor fremtidige skyttere i regionlaget! Grillingen ble gjennomført uten tilløp til brann, til tross for noen pølser som nok kanskje fikk litt for mye varme. Regionleder Torunn Fjær-Haugvik, som har lang fartstid som grillskytingvertinne gjennom FFHB i Oslo/Akershus, satser på enda større oppmøte og at det blir fulltreff også neste år!



Likemannskurs

Tillitsvalgte i Foreningen voksne med medfødt hjertefeil var i april samlet på Skeikampen for å stake ut kursen for foreningens Likemannsarbeid. Innføringskurset i likemannsarbeid samlet en gjeng med drøyt 20 personer fra landsstyret, regionstyrene og andre frivillige. Takk til Brynjar Gilberg og Truls Zimmer for deres fantastiske bidrag som foredragsholdere! Og ikke minst takk til alle deltakerne som raust ga av seg selv og la grunnlaget for det videre likemannsarbeidet i Foreningen voksne med medfødt hjertefeil. Bildet viser hele gjengen samlet foran hotellet.

MEDLEMSPROFILEN: Rolf Olav Hanssen

Alder: 33 år ung
Bosted: Skjold, Haugesund
Sivil status: Enslig forsørger for hybelkaninene
Jobb: Servicetekniker på maritime display og computere ved Hatteland Display
Diagnose: Fin glidelås på brystet med en transposisjon, senning-korrigert hjerte på innsiden
Verv i foreningen: Styremedlem i region vest



Positiv brilufsmann

- Hvorfor meldte du deg inn i Foreningen voksne med medfødt hjertefeil?

Foreldrene mine var medlem av FFHB så jeg fikk mye bekjentskap med hjertebarn i forbindelse med konferanser og leirer vi var på. Hovedgrunnen var å få ny bekjentskap med nye, voksne hjertebarn. Ellers er det fint å være tilknyttet en forening som jobber for meg og mine interesser som medfødt hjertesyk.

- Hva ønsker du å få ut av ditt medlemskap i Foreningen voksne med medfødt hjertefeil?

VMH kan bli et godt samlingspunkt for meg der jeg kan møte andre i samme situasjon som meg selv, dele erfaringer og ellers innhente opplysninger som kan være til nytte for meg som «hjertebarn».

- Hvilke saker som berører de voksne hjertebarna opptar deg mest?

Jeg har vært heldig og har fått livsforsikring gjennom arbeidsgiver, så det syntes jeg er en viktig sak å få igjennom for alle. Dessuten vet jeg hvordan det er å være langt nede på grunn av hjertefeilen, så jeg vil ha frem betydningen av å se fremover og tenke positivt og ikke gi opp selv om systemet ikke vil prate med deg. Det er i motbakke det går oppover!

- Hvorfor vil du anbefale andre å bli medlem?

Det er en fin måte å komme i kontakt med andre i samme situasjon som seg selv. Etter hvert som vi kommer enda mer i gang med arbeidet i foreningen, kan vi klare å få til gode avtaler som gagnar oss hjertebarn på en positiv måte. Og kanskje en dag greier vi å få forsikringsbransjen til å gi oss noenlunde like vilkår innen livsforsikring som andre friske mennesker.

- Beskriv deg selv med maks tre setninger.

Jeg er en som liker turer i skog og mark.
Jeg tar meg gjerne et glass i godt lag, men alt med måte.
Jeg anser meg selv som en grei og hyggelig fyr med en god dose humor.
Hvis dette høres interessant ut, så er det bare å ta kontakt ...

- Hva gjør du når du har fri?

Er i skog og mark og har med meg fotoapparatet. Etter turen er det hjem for å se på resultatene, og så prøve å «photoshoppe» dem enda bedre.
Ellers er ble det endelig vår, så sykkelen er tatt frem, og med nyinvestert sykkelhjelm er det ut på tur, aldri sur :)

- Hva drømmer du om?

Det er 27 personer som har sett baksiden av månen. Det er en stor drøm som jeg dessverre har innsett bare kan bli med drømmen, men er det ikke derfor man har drømmer?
Men av de realistiske drømmene er å få meg en seilbåt og ta en langferie og seile fra Vadsø i nord til Halden i sør. Har allerede tatt turen rundt kysten fra Bergen til Hvaler og det var knallkjekt, så jeg vil nå oppdage hele kysten av Norge.
Ingen drøm er for stor eller for liten, det er bare du selv som setter begrensninger :)

INTERIMSTYRET

perioden 2010 – 2012

Eirin Syversen, leder

Stavanger
 e-post: leder@vmh.no
 telefon: 97 75 49 12

Kari Anne Pedersen, nestleder

Tromsø
 e-post: nestleder@vmh.no

Torunn Fjær-Haugvik, 2. nestleder, region øst

Bærum
 e-post: torunn@haugvik.com

Audun Sivertsen, region nord

Tromsø
 e-post: audunsivertsen@gmail.com

Line Marie Hansen, region vest

Stord
 e-post: linehansen_10@hotmail.com

Kjersti J. Postmyr, region midt

Trondheim
 e-post: kjersti.jp@hotmail.com

Borghild Lohndal Tønnesen, region sør

Lyngdal
 e-post: borghild_lohndal@hotmail.com

REGIONLAGENE**REGION ØST**

Hedmark, Oppland, Østfold
 Oslo og Akershus
 Leder: Torunn Fjær-Haugvik, Bærum
 e-post: torunn@haugvik.com
 telefon: 99 35 41 90

REGION SØR

Buskerud, Vestfold, Telemark,
 Aust-Agder og Vest-Agder
 Leder: Siri Kristiansen, Sandefjord
 e-post:
 siri.steinholt.kristiansen@gmail.com
 telefon: 93 84 14 86

REGION VEST

Rogaland, Hordaland og Sogn og Fjordane
 Leder: Line Marie Hansen, Stord
 e-post: linehansen_10@hotmail.com
 telefon: 45 39 72 41

REGION MIDT

Møre og Romsdal, Sør-Trøndelag
 og Nord-Trøndelag
 Leder: Kjersti J. Postmyr, Trondheim
 e-post: kjersti.jp@hotmail.com
 Telefon: 48 24 99 31

REGION NORD

Nordland, Troms og Finnmark
 Leder: Nina Lauveng
 e-post: nin.la@hotmail.com
 telefon: 90 98 21 00

KONTAKTINFORMASJON**Foreningen voksne med medfødt hjertefeil**

Besøksadresse:
 Øvre Vollgate 11, 0158 Oslo
 Telefon: 23 05 80 00
 E-post: post@vmh.no
 www.vmh.no

Administrasjonssekretær:
 Inger H. Woxholt
 e-post: inger@vmh.no
 Telefon: 934 97 974

Organisasjonsnummer
 995 613 689
 Gavekontonummer
 3000 24 64000



FORENINGEN VOKSNE MED
MEDFØDT HJERTEFEIL

Meld deg inn!

1. Hovedmedlem 1

Personeer over 18 år med medfødt eller tidlig ervervet hjertefeil. Kontingent er for tiden kr 200,- per år.

2. Hovedmedlem 2

Nærmeste pårørende med samme adresse som hovedmedlem 1. Som nærmeste pårørende regnes ektefelle/samboer/partner eller foresatte dersom hovedmedlem 1 fortsatt bor hjemme. Kontingent er for tiden kr 200,- per år.

3. Støttemedlem

Enkeltpersoner, organisasjoner og institusjoner. For deg som ønsker å støtte arbeidet som gjøres for voksne med medfødt hjertefeil. Kontingent er for tiden kr 100,- per år eller valgfritt beløp.

Alle hovedmedlemmer mottar magasinet Hjertebarnet.

Fyll ut understående felter i en e-post og send den til innmelding@vmh.no. Alle feltene må fylles ut.

Du kan også fylle ut denne blanketten og sende den per post til:

Foreningen voksne med medfødt hjertefeil,
 Postboks 222 Sentrum, 0103 Oslo
 Eller sende den på faks til 23 05 80 09

Innmeldingsskjema finnes også på www.vmh.no

Jeg melder meg inn i Foreningen voksne med medfødt hjertefeil

Jeg er Hovedmedlem 1 Hovedmedlem 2 Støttemedlem

Navn:

Fødselsdato:

Adresse:

Postnummer:

Poststed:

Telefonnummer:

Mobiltelefon:

E-postadresse:

Dagens dato:

For Hovedmedlem 2: Navn på Hovedmedlem 1