



*Karin føler seg
hjemme i VMH*
side 2

*Forskningsprosjekt
om cyanose*
side 4

*Uføretrygd:
Christines kamp*
side 6

www.vmh.no
www.facebook.com/vmh.no

Besøksadresse:

Øvre Vollgate 11, 0158 Oslo

Postadresse:

Postboks 222 Sentrum, 0103 Oslo

Telefon: 23 05 80 00

E-post: post@vmh.no

Organisasjonsnummer: 995 613 689

Kontonummer: 15034036168

Organisasjonskonsulent:

Anne Giertsen

anne@vmh.no, telefon 97 71 49 90

Leder av Landsstyret:

Marit Haugdahl

marit@vmh.no, telefon 952 98 687.

Oversikt over hele Landsstyret og alle fem regionlag finner du på vmh.no.

I redaksjonen for Hjert^erom:

Marit Haugdahl og

Anne Giertsen

Redaksjonen ble avsluttet

20. desember.

GODT NYTT VMH-ÅR

Vi har store planer for det nye året, vi som sitter i VMH-styret. I løpet av året skal vi planlegge og gjennomføre en rekke aktiviteter, vi skal bruke tid på samfunnspolitisk arbeid, vi skal prøve å skaffe flere medlemmer, og gjøre VMH mer synlig. Pluss mye, mye mer. Det er så utrolig mye vi har lyst til å få til!

Vår eneste ansatte, Anne, jobber som en helt i den lille stillingsprosenten sin, og selv bruker vi ganske mange timer hver eneste uke og måned for å drive organisasjonen videre. Jeg har ofte tenkt at vi ikke får ting til, at det er for mye, for vanskelig, at det går for tregt. Jeg har spurt meg selv: er det verdt det?

Men hvert år, når vi skal oppsummere året i årsmeldingen, blir jeg imponert over hvor mye

vi har fått utrettet med de små ressursene vi har. Jeg blir rett og slett skikkelig stolt!

Av VMHs nær 600 medlemmer, er det ganske få som er aktive. Men det siste året har vi sett at nye navn har kommet til på deltakerlistene. Nye fjes dukker opp når vi møtes, og det er veldig, veldig gledelig.

Mitt nyttårsønske er at enda flere hjertesyke og pårørende skal engasjere seg i 2016: Møte opp på årsmøtet i sin region, melde seg på en fagdag, stå på stand for Stiftelsen Organdonasjon, delta på en pizzakveld, melde seg som likeperson... For når noen få kan få til så mye – tenk hva dobbelt så mange folk kan utrette!

VMH kan gjøre mye for sine medlemmer. Vi kan tilby opp-

læring, kunnskap, samlinger, fellesskap og tilhørighet. Kanskje kan vi gi svar på viktige spørsmål eller gi trygghet i en vanskelig situasjon. Men som medlem kan du også gjøre mye for oss! Og alle vi ihuga organisasjonsfolk vet at jo mer du gir av deg selv og din tid, jo mer får du tilbake!

Nå gyver vi løs på et nytt VMH-år, med landsmøte, samlinger og andre aktiviteter. Noen av regionene hadde årsmøtet sitt allerede andre helgen i januar. Håper å se deg i 2016!

Klem fra Marit

MARIT HAUGDAHL

STYRELEDER I VOKSNE MED MEDFØDT
HJERTEFEIL



– Jeg har kommet hjem

Det første Karin Elisabet Bjørnødegård tenkte da hun fikk vite at hun hadde en medfødt hjertefeil, var «dette klarer jeg ikke alene!».

På nettet fant hun Voksne med medfødt hjertefeil.

– Jeg føler at jeg har kommet hjem, sier hun.

↑ Karin Elisabet (61)
og Frøydis Løvberg
Lien (22) var eldste og
yngste deltaker under
Likepersonssamlingen
i november.

– **JEG FØLER MEG** så inkludert, og er blitt så godt tatt imot. Jeg føler virkelig at jeg har kommet til riktig sted, sier Karin Elisabet om foreningen.

For et drøyt år siden, i en alder av 60 år, fikk Karin Elisabet vite at det ikke var et nytt hjerteinfarkt som gjorde at hun svimte av i butikken. Hun hadde en medfødt hjertefeil som ikke var blitt oppdaget tidligere.

– Jeg fikk infarkt da jeg var 44, og da fikk jeg lite oppfølging. Resultatet ble mye unødvendig angst og depresjoner. Da jeg besvimte i butikken, trodde jeg det var et nytt infarkt, men de fant ingen tette årer, forteller Karin Elisabet. Hun har fått påvist bicuspid klaff med aortastenose (inn-snevring av aortaklaffen). Hun trenger operasjon, men vet foreløpig ikke når det blir.

KARIN ELISABET VILLE ikke gjøre samme feilen to ganger, og har nå sørget for god oppfølging.

Hun dro på et fire ukers opphold på Feiringklinikken, og det «gjorde en kjempeforskjell». Så meldte hun seg inn i VMH, og har deltatt på flere kurs, samlinger og sosiale aktiviteter dette året. Siste helgen i november var hun med på Likemannssamlingen sammen med et tredvetalls andre medlemmer. Flere av dem hadde, som henne, fått påvist en medfødt hjertefeil i godt voksen alder.

– Den helgen ble det mange sterke og gode opplevelser. Det var tårer og latter, gjenkjennelse og fellesskap. Jeg har fått så mange kontakter som blir viktige å ha når jeg skal opereres. I tillegg har jeg fått masse faglig påfyll, sier Karin Elisabet. Selv om hun er ganske ny i VMH-sammenheng, føler hun at hun allerede har hatt mye glede av medlemskapet.

Hun kjenner godt til likepersonsarbeid gjennom en annen kronisk sykdom.

– Der har jeg lært at det er viktig at vi bidrar når vi kjenner at vi kan!

– JEG SKVATT NESTEN da jeg fant foreningen på nett. Voksne med medfødt hjertefeil – det er jo meg! Og ikke ante jeg at det er så mange av oss. Jeg har jo hørt om hjertesyke barn, men ante ikke at det var en forening for meg også, sier Karin Elisabet.

– Til alle der ute som er over 18 år og vet at dere har en medfødt hjertefeil: Ikke nøl – meld dere inn i VMH. Ta kontakt, og dere vil oppleve det samme som meg, og ikke minst spare dere for masse unødvendig lidelse. Det å ha dette fellesskapet, noen å ringe til når det røyner på – det er

kjempeviktig!

Karin Elisabet er opprinnelig svensk, men har bodd i Norge i 40 år. Hun er hjelpepleier og har jobbet mye i psykiatrien. Det har hun lært mye av. – Jeg har også forstått at det er viktig at jeg inkluderer meg selv. For hvis du ikke viser at du er her, kan du ikke forvente å få hjelp. Jeg har også lært å tørre å be om hjelp når jeg trenger det. Etter at jeg hadde hjerteinfarkt, var jeg ikke flink til å be om hjelp. Det kostet meg dyrt. Jeg vet nå at hvis du ber om hjelp, så får du det.

Mange nye LIKEPERSONER I VMH

27. – 29. november arrangerte VMH samling for medlemmer som er interessert i likepersonsarbeid. Samlingen ble holdt på Holmenkollen Park Hotell, og hele 35 personer var påmeldt.

Det ble et sterkt møte mellom mange i samme båt. Både hjertesyke og pårørende var representert, og aldersspredningen var fra 22 til 61 år. Spesielt gledelig var det at mange nye medlemmer i foreningen deltok.

På programmet sto foredrag om likepersonsarbeid fra psykolog Oddbjørn Sandvik, nylig avgått FFO-leder og organisasjonsmann Knut Magne Ellingsen, VMHs egne Anne Giertsen, Eirin Syversen, Julie Olimstad, og Jan Tore Larsen fra FFHB. Vi fikk belyst likepersonsarbeidet fra mange synsvinkler.

Men aller viktigst var kanskje det sosiale samværet og praten i pausene. Lørdag kveld hadde vi julebord!



Det var mange festpyntede og fine folk å se på julebordet lørdag kveld!





TRENGER PASIENTER TIL FORSKNINGSPROSJEKT:

Kan cyanose beskytte **mot åreforkalkning?**

Et dansk forskningsprosjekt skal undersøke om kronisk oksygenmangel kan beskytte mot åreforkalkning. Nå trenger de flere cyanotiske pasienter fra Norge til studien.

ER OKSYGENMETNINGEN i blodet så dårlig at huden din blir blå? Da kan det hende du vil bli spurt av Rikshospitalet om å reise til Danmark for å bli undersøkt der, eller gjøre undersøkelsene i Norge.

De fleste pasienter med oksygenfattig blod i venstre hjertekammer, opereres som barn. Men noen pasienter kan ikke opereres, og de forblir såkalt cyanotiske.

TROR PÅ EN SAMMENHENG

Mindre studier har postulert at forekomsten av aterosklerose (åreforkalkning) er nedsatt hos pasienter med cyanotisk medfødt hjertefeil. Årsaken er avhengig av en rekke faktorer. Noen av dem er komplikasjoner som ikke er undersøkt tidligere. Aterosklerose er forbundet med stor sykkelighet og dødelighet på verdensbasis. Forskning de siste tiårene har bidratt med ny viten om sykdommen og hjulpet til å redusere forekomsten. Likevel er sykdommen fremdeles svært utbredt.

KAN HA STOR BETYDNING

Denne studien skal undersøke forekomsten av aterosklerose hos pasienter med CCHD, og sammenligne dette med fore-

komsten av aterosklerose hos friske personer uten oksygenmangel, samt å prøve å påvise årsaken til den antatt beskyttende effekten kronisk oksygenmangel har på åreforkalkning.

Dersom det viser seg å stemme at kronisk oksygenmangel har en beskyttende effekt på utvikling av åreforkalkning, kan det ha stor betydning i den videre forskningen for å forebygge åreforkalkning. Samtidig vil dette være viktig viten i forbindelse med behandling av pasienter med cyanotisk medfødt hjertefeil, da de er en ekstra sårbar pasientgruppe.

SAMARBEID

Forskningsprosjektet ble startet i Danmark på Rigshospitalet i København og ledes av doktorgradsstudent og lege Julie Bjerre Thygesen, overlege Thomas Engstrøm og professor i medfødt hjertefeil, overlege Lars Søndergaard. Per desember 2015 var 55 pasienter inkludert i undersøkelsene, 52 fra Danmark, 3 fra Norge og 1 fra Sverige. For at resultatene skal bli best mulig er det behov for rundt 100 pasienter totalt i studien. Cyanotisk medfødt hjertesykdom er en sjelden diagnose, så det finnes totalt knapt

90 pasienter i Danmark. Derfor samarbeider Rigshospitalet i Danmark med Rikshospitalet i Oslo og Universitetssykehuset i Stockholm og Umea i Sverige og Prince Alfred Hospital i Sydney i Australia for å få tak i nok pasienter til studiet.

I Norge er det overlege Mette-Elise Estensen som er ansvarlig for å rekruttere norske pasienter. Disse kan enten reise til Danmark for å delta, eller gjøre undersøkelsene i Norge. Alle norske pasienter som ønsker å delta blir tilbudt en reise til Danmark, hvor de blir undersøkt (se faktaboks). Pasientene får refundert transportutgifter og blir tilbudt en overnatting på pasienthotellet. Dersom pasientene ikke har mulighet eller lyst til å reise til Danmark, kan noen av undersøkelsene utføres på Rikshospitalet i Oslo.

Noen pasienter med medfødt hjertesykdom har nedsatt oksygeninnhold i blodet på grunn av unormal forbindelse mellom hjertets høyre og venstre side. Det medfører at noe av blodet går rundt i kroppen uten at ha vært gjennom lungene og blitt oksygenerert. Pasienter med kronisk nedsatt oksygeninnhold i blodet får blålig misfarging (cyanose) og dårlig fysisk form. Derfor kalles det en cyanotisk medfødt hjertefeil (engelsk: Cyanotic congenital heart disease = CCHD).

UNDERSØKELSENE

Deltakerne i prosjektet blir undersøkt på følgende måte for å se om de har tegn på aterosklerose:

HJERTE COMPUTER TOMOGRAFI (CT) SKANNING: Ved denne undersøkelse kan man se om det er forkalkninger i hjertet, og de kar som forsyner hjertemuskelen med oksygen. Forkalkninger er sene tegn på aterosklerose, som i verste fall kan føre til blodpropper i hjertet.

ULTRALYDS-SKANNING AV HALSKAR: Ved denne undersøkelsen ser man etter forkalkninger i halspulsåren og måler på karveggenes tykkelse. Tykkelsen sier noe om pasientens risiko for senere å utvikle åreforkalkning.

MÅLING AV BLODKARVEGGENS FUNKSJON: Her måles blodkaret i overarmens evne til å utvide seg ved hjelp av en blodtrykksmansjett på underarmen og en ultralydsskanner på overarmen. Blodkarets evne til at utvide seg er et mål for hvor stivt blodkaret er, og forteller også noe om risikoen for å utvikle åreforkalkning senere.

BLODPRØVER: Med måling av fettstoffer i blodkaret kan påvise andre relevante organmarkører.

URINPRØVE: Måling av mengden av protein som utskilles i urinen.

DØGNBLODTRYKSMÅLING: Måling av blodtrykket over et helt døgn for at få et godt mål for om pasientens blodtrykk. Har man forhøyet blodtrykk, er man disponert for å utvikle åreforkalkning.

SYV DAGES SKRITTELLING: Pasientene får en skritteller med hjem som de skal gå med i en uke for å se hvor aktive de er.

SEKS MINUTTERS GANGTEST: Hvor langt kan pasienten gå på 6 minutter? Det gir et bilde av alvorlighetsgraden for pasientens sykdom.

Til hver pasient som inkluderes i prosjektet legges det til en frisk kontrollperson som passer i alder, kjønn, BMI og røykestatus, som de samme undersøkelsene blir utført på.



FOTO: OLE BO JENSEN, IMAGERUREAUET



ELI HOFSETH PETTERSEN

«Da Mette Elise sa hun hadde valgt ut meg til å reise til Danmark, synes jeg det høstes greit ut. De ringte og forklarte hva det gikk ut på. Jeg fikk betenkningstid, men svarte ja fordi jeg synes det er nyttig å være med på et sånt prosjekt. Kanskje det kan hjelpe andre. Og det høstes greit

ut med de prøvene jeg skulle gjennom.

Jeg hadde kontakt med Julie, som er ansvarlig for prosjektet, underveis, men hun hadde ferie da jeg kom nedover. Men hennes kollegaer satte opp punkter med tider til meg, og de ble holdt til punkt og prikke. Det var jeg veldig fornøyd med.

Det eneste var at jeg skulle møte i sal 2 og 14 og sånn, og jeg forsto ikke at det betydde etasje. Ellers lurte vi ikke på noe!

Det eneste jeg måtte gjøre av forberedelser, var å ikke ta medisin på morgenen. Det var alt. Jeg tok tre prøver den første dagen, og tre på dag to.

Jeg er 70 og har alltid vært den eldste med Eisenmenger. Jeg har vært aktiv i LHL siden jeg var 32. Nå er jeg æresmedlem.

Jeg har det bra. Jeg er litt spent på resultatene, for jeg har aldri deltatt i forskning før.

Det er for tidlig med resultater, men de sa jeg skulle få det skriftlig når det foreligger.

Jeg vil absolutt anbefale andre å si ja til å delta. Det er ikke noe som er noe vondt, de tar bare vanlig blodprøve og sånn. Jeg bodde på det nye sykehushotellet, fem dager etter at de åpnet.

Det var god og riktig mat. Nesten som en ferietur...»



BJØRN ERIK SKJEFSTADHAGEN

«Jeg har blant annet hull i skilleveggen til hjertet, men er aldri operert. Jeg fikk hjertesvikt for 15 år siden, men det løste seg med medisiner. Nå er jeg 51. En gang i året er jeg på kontroll, det er aldri noe problem.

Jeg blir litt blå, særlig når det er kaldt.

Men jeg er i jobb, og tilpasser arbeidsmengden etter lyst og form.

Jeg fikk et brev fra Danmark og ble interessert i prosjektet. Tenkte det kunne være spennende og nyttig både for meg og andre. Jeg dro dit en dag i sommer og pratet med hun som heter Julie. Det tok noen timer en dag og to-tre timer dagen etter. Og litt venting.

Hun ville vite hva jeg klarte, og tok prøver. Hun ville kartlegge, og jeg fortalte hvilke undersøkelser vi gjorde hjemme. Egentlig var det ganske likt.

Jeg kjenner ingen med samme hjertefeil. Ikke så mange med andre hjertefeiler heller... Men det er morsomt å vite hvordan andre har det.

Julie ble sjokkert hvor frisk jeg var og så ut. De som ikke vet det, ser det ikke.

Jeg ble godt tatt imot i København. Og jeg fikk reisepenger og en natt på hotell. Det kostet meg ingenting. Testene gjorde ikke vondt. Det vondeste var blodprøven. Så gikk jeg i korridoren.

Det er ikke noe å være redd for! Å bli sett på med andre øyne, det kan være bra.

Jeg vil absolutt råde andre til å være med på noe sånt. Det er ganske lærerikt og jeg ville gjort det igjen.»

FORTALT TIL: MARIT HAUGDAHL

Christines kamp

I august fikk Christine Volden et smertelig etterlengtet brev i posten.

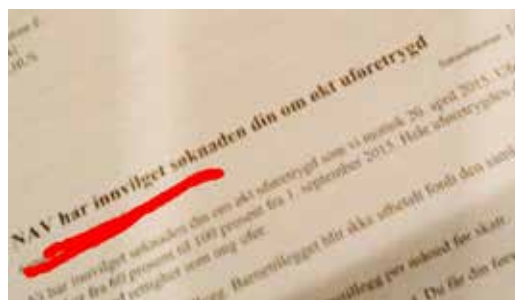
Veien frem til å i det hele tatt søke om uføretrygd har vært lang for 30-åringen.

FREM TIL DENNE DAGEN i august jobbet Christine som barne- og ungdomsarbeider i skolen, for det meste for barn med spesielle behov.

– Det går bra. Det må være sånn nå. Jeg liker der ikke, men er innforstått med realitetene. Jeg jobber litt som tilkallingsvikar på SFO, det fungerer fint. Det er et stykke unna der jeg avsluttet «karrierestigen», men nå har jeg i alle fall litt kontakt med arbeidslivet. Så får vi se om jeg hiver meg på noen studier etter hvert, så jeg kan få noe kontorarbeid og øke arbeidsevnen, forteller Christine drøyt tre måneder etter at brevet kom.

Facebook-oppdateringen hennes fra den dagen hun fikk brevet i posten, sier det meste om alle følelsene hun har knyttet til det å ikke mestre livet som yrkesaktiv. Her er hva hun skrev, gjengitt med tillatelse fra henne selv. For å gi det et mest mulig autentisk preg, lar vi det stå på hennes muntlige trønderisk:

«I dag kom det. Brevet æ har kjempa med blod, svette å Gud veit kor my tåra for å unngå. Breve som gir mæ et endelig bevis på det «alle» har sagt hele live at æ mått sjå som endelig utvei. Det breve som medfølge VANNVITTIG mang fordomma, skeive blick og mistillit. Det e forferdelig vondt, kanskje mest fordi «æ skjer så frisk ut». Men også fordi æ vil vær vanlig, æ vil stå opp om morran å gå på jobb, æ vil vis ungan min at i et fellesskap så må alle bidra etter



Her er brevet Christine hadde ventet på, men ikke ville ha.

beste evne. Det e ett mantra æ sett høyst, det e: yt etter evne, få etter behov. Fint det, så leng det ikke e MÆ og mine begrensninga vi snakke om. Samtidig så gir det her breve mæ en følelse av at velferdsamfunnet fungere, at man ska kunne ha et verdig liv på tross av ting man ikke kan kontrollere, medfødte eller erverva sykdom/skade/lyte. Det gir mæ håp om at æ fortsatt vil klar å ha så my overskudd at æ kan oppdra to friske, flotte barn som vil kompensere for mora og vær med på å løft Norge opp og fram. Det e ufattelig bra at vi har ei sånn ordning.

Æ har å vært så heldig at æ har fått vært yrkesaktiv, mange med «min diagnose» har aldri vært det, dæm blei frarøva live, mang i barndom og tili ungdom.

Æ har UTEN TVIL hatt verdens beste jobb, først å fremst med nå fantastiske unga, men og med flotte lærera og miljøarbeidera som æ virkelig har sjett har brent for jobben sin, og som har vært med å gjort live og hverdagen bedre for ungan. Æ e stolt av den arbeidsplassen æ har hatt, æ e ufattelig gla for at æ har fått trøste, bært, tulla med, klatra, spilt fotball, for stell, omsorg og pleie foreldre har overlatt te mæ å gjør. For at æ har blitt betrodd den fantastisk viktige og givende jobben. For at foreldre har overlatt det kjærreste dæm har te mæ, for at æ har fått sjett skyggesia te både villa'a og kommunale boliga. For at æ har vært med både dæm som e best i alt, og dæm som treng my hjelp.

Æ må gi mæ for no, men Æ KJÆM TEBAKE»

– Det måtte bli sånn nå, sier Christine Volden om sin nye status som 100 prosent ufør.



VMH FRONTET ORGANDONASJON

Hvert år organiseres Donasjonsdagen i oktober. I år hadde VMH som mål å arrangere stands i alle regioner. Her ser du bilder fra VMHs deltakelse på Donasjonsdagen lørdag 24. oktober. Vi ser Moira, Wenche og Christine fra region midt i Trondheim, Siri fra region øst på Ski og Kari Anne fra region nord i Trømsø. Alle melder at de kom i kontakt med mange hyggelige mennesker, at det er lett å snakke med folk om organdonasjon og at det er en veldig flott måte å representere VMH på.

LANDSMØTE OG FAGDAG I APRIL

Landsmøtet 2016 finner sted lørdag 9. og søndag 10. april på Scandic Oslo Airport Hotell, Gardermoen. I henhold til vedtektene, avholdes landsmøte i VMH annet hvert år. Alle medlemmer ønskes velkommen, men VMH har kun anledning til å dekke reise og opphold for de valgte delegatene fra hver region. Disse velges på regionårsmøtene i januar/februar. VMH satser også på å få til en åpen fagdag i forkant av landsmøtet, men programmet er ikke helt klart. Mer informasjon om fagdagen vil bli sendt ut til alle medlemmer i løpet av kort tid.

VMH ENGASJERT I UNGDOMSRÅD

Unge funksjonshemmede og Akershus universitetssykehus lanserte i november «Hvordan lykkes med Ungdomsråd i helseforetak?»

Ungdomsrådet ved Oslo universitetssykehus var representert og leder og nestleder holdt et innlegg om hvordan ungdomsrådet arbeider.

VMHs regionleder i sør, Frøydis Løvberg Lien, er leder for ungdomsrådet ved OUS og hun fortalte om hvordan brosjyren og elæringsprogrammet skal brukes. Alle helseforetak skal nå ha ungdomsråd, og dette blir viktige verktøy for å lykkes med dette arbeidet.

Les mer om prosjektet på

<http://www.ungdomsmedisin.no/ungdomsråd/>

JULEBORD I REGION ØST

VMH region øst arrangerte i helgen 4. – 6. desember helgesamling med julebord på Pers Hotell i Gol. Fredagen var det 17 spente VMH-ere som sjekket inn på Pers for en hyggelig helg. Dagen lørdag ble brukt til shopping og bading i badeland. Regionlaget spanderte inngang på deltakerne. I løpet av dagen sjekket ytterligere tre personer inn, slik at det ble totalt 20 deltakere som var med på julebordet lørdag kveld. Det er trolig ny pers i regionen.



FFO OG RETTIGHETSSENTERET

VMH ble i november 2015 tatt opp som medlem i Funksjonshemmedes Fellesorganisasjon (FFO). Våre medlemmer kan derfor nå benytte seg av FFOs rettighetscenter. Det er et rådgivnings- og kompetansesenter i rettighets-spørsmål som gjelder personer med funksjonshemming og kronisk sykdom. Spørsmålene kan gjelde både velferdsrettigheter og diskriminering, og blir besvart av jurister med erfaring innen velferdsrettens område og senteret har tillatelse til å drive rettshjelpsvirksomhet.

FFO har nå mer enn 80 medlemsorganisasjoner. To andre organisasjoner fikk også medlemskap under FFO-kongressen i november.

NYE AKTIVITETER

Tirsdag 24. november var det Extra-tildelingen 2015, og VMH fikk støtte til to prosjekter for 2016. Extrastiftelsen fordelte 235 millioner kroner på 544 helseprosjekter over hele landet. Voksne med medfødt hjerte-feil fikk støtte til prosjektene «Hjerte-(K) Vinner fra Vest», om trening, motivasjon og mestring for kvinner og «Veien videre for VMH», om kompetanseheving for ressurspersoner i foreningen.



Lene Stien har løpt KK-mila før. Nå vil hun ha med seg flere kvinner i region vest på turen.

«Hjerte-(K)Vinner fra Vest» har som mål å løpe KK-mila, et løp som arrangeres i Oslo i september. I løpet av våren vil det åpnes for påmelding for til sammen 10 kvinner i region vest, og det vil lages et treningsprogram og et sosialt opplegg for å nå målet. Prosjektets overordnede mål er å få flere med medfødt hjerte-feil til å være fysisk aktive, og dette er lettere å nå hvis man har et mål. Initiativtakerne ønsker også å styrke fellesskapet blant medlemmene i regionslaget, danne nye sosiale relasjoner, og gi medlemmene muligheten til å finne en treningspartner, samt bygge nettverk for videre organisasjonsarbeid i VMH region vest.

«Veien videre for VMH» blir en fagkonferanse for tillitsvalgte og ressurspersoner i foreningen til høsten. Målet er å gi en bredere forståelse av hva det vil si å ha takket ja til å ha et verv i en frivillig organisasjon. Vi ønsker å øke kunnskapen både om organisasjonsarbeid og om medfødt hjerte-feil.