



Handlingsplan for Bekhterevforeningen Oslo og omegn 2026

Formål

Vi skal bidra til å bedre livskvaliteten og livsvilkårene for mennesker med nedsatt funksjonsevne som følge av Bekhterevs sykdom (aksial spondyloartritt) og beslektede sykdommer, uavhengig av sosiale, økonomiske og kulturelle forhold. Vi skal jobbe mot diskriminering og for likestilling.

Målene er å:

- Være en møteplass for medlemmene i omsorg, fellesskap og kunnskap
- Drive interessedepolitisk arbeid for å bedre den helsemessige, sosiale og økonomiske situasjonen til personer med Bekhterevs sykdom
- Spre opplysning om sykdom, forebygging, behandling og samfunnsmessige konsekvenser
- Drive likepersonsarbeid, tilby opplæring, kurs og samlinger til medlemmene ut fra behov og tilbud
- Bidra til bedring av trenings- og behandlingsmuligheter
- Bidra til vitenskapelig forskning om Bekhterev og støtte fagpersonells videre utdanning i behandlingen av sykdommen
- Fremme nasjonalt og internasjonalt samarbeid og bidra til slikt samarbeid

Medlemstilbud

Gruppe tilbud i varmtvannsbasseng

Foreningen har fem basseng-grupper på kveldstid: en på mandager, to på tirsdager og to på torsdager. Vi ønsker å videreføre tilbudet i 2026.

Temakvelder

Foreningen tar sikte på å avholde minst en temakveld i perioden.

Aktivitetsgrupper og sosiale aktiviteter

Foreningen ønsker å tilby samlinger og sosiale aktiviteter, og er åpen for innspill.

Tilbud om behandlingsopphold med lærings, studietiltak og andre aktiviteter i varmt klima

Foreningen har som mål å videreføre tilbudet om behandlingsopphold med lærings- og studietiltak (nettverksbygging, forebygging, rehabilitering, mestring og erfaringsutveksling) for medlemmer i varmt klima i løpet 2026.

Sak 10 på årsmøtet 2025

Likepersonarbeid

Det tas sikte på å videreutvikle og styrke likepersonsarbeidet i foreningen.

Foreningen vil ha likepersonaktiviteter som:

- samtalegrupper og aktivitetsgrupper: Basseng og temakvelder.
- oppsøkende likepersonsarbeid: Samtale mellom likeperson og person med sykdom pr telefon, e-post og en til en møter.
- likepersonskurs/samlinger: Treff for likepersoner i foreningen med erfaringsutveksling i sosialt samvær.

Bekhterevdagen

Den internasjonale Bekhterevdagen, første lørdag etter 1.mai. Vi har som mål å markere dagen.

Informasjon

Foreningen vil informere om nyheter, aktiviteter, arrangementer, tilbud og annet i foreningens medlemsskriv, på hjemmesiden, i sosiale medier, pr e-post og i Gnist.

Medlemsinformasjon/brev vil også bli sendt på e-post og enkelte ganger også som SMS. Vi benytter appen Gnist til å legge og sende ut melding om aktiviteter, samlinger og kurs, og ønsker at flere i bassenggruppene benytter seg av denne.

Organisasjonsarbeid

Styret vil fordele oppgaveområder mellom de enkelte styremedlemmene. Dette omfatter bl.a. interessepolitikk, likepersonsarbeid, tema-/medlem samlinger, økonomi og studie- og informasjonsarbeid.

Interessepolitikk

Foreningen tar sikte på å jobbe interessepolitisk innenfor bl.a:

Lokalt:

- Tilgang på varmtvannsbasseng Oslo og omegn
- Tilgang på revmatologer, rehabilitering og fysioterapi

I samarbeid med Bekhterev Norge:

- Behandlingsreiser
- Forskning og utvikling av tilbud for vår gruppe. Ha søkelys på prosjekt Mikrospa (mage tarm bakteriefloraen)
- Uttalelser til høringer og innspill til planer
- Samarbeid med FFO, NRF og Spafo bl.a. om interessepolitikk der det er naturlig

Inntektsarbeid

Foreningen skal sikre inntekter gjennom inntektsgivende arbeid. Flere av aktivitetene gjennomføres som studiearbeid i Funkis. Likepersonaktiviteter registreres og rapporteres til Bufdir (Barne- ungdom- og familiedirektoratet) via Bekhterev Norge. Styret vil arbeide med å sikre økonomien gjennom søknader om støtte fra blant annet Bufdir, Stiftelsen DAM, FUNKIS, bingo, Norsk Tipping, grasrot og andre. Vi vil gjennom året ha fokus på et kontrollert og nøkternt kostnadsnivå.

Sak 10 på årsmøtet 2025

Samarbeid

Foreningen ved styret vil være representert på Bekhterev Norges landsmøte, tillitsvalgtkonferanser og ledersamlinger. Forbundet og foreningen er medlem av FFO og har samarbeidsavtale med NRF. Foreningen vil også samarbeide med andre organisasjoner på arenaer der det er formålstjenlig. Instruktører og medlemmer deltar på kurs arrangert av NRF bl.a. på: Instruktør- og livredningskurs.

Opplæring

Styret, instruktører, likepersoner og studieledere vil delta på relevante kurs og samlinger.

Vi fortsetter å samarbeide med NRF der det er naturlig.

Vi jobber med å rekruttere flere bassenginstruktører for å opprettholde et godt miljø og god standard på vårt bassengtilbud.

Vi ønsker å rekruttere flere likepersoner/nøkkelpersoner og legger opp til å gjennomføre minst en samling for disse.

Brukermedvirkning

Foreningen vil delta i ulike fora som forskningsprosjekter og utvalg og som brukermedvirkere. Vi har som mål å delta i forskningsprosjekter, samt deltagelse i Remedy pasientråd, og på arbeidsgruppemøter i Remedy forskningssenter. Vi håper på å bli invitert med på Grønn Konferanse i regi av Remedy. Foreningen ønsker å bidra i Referansegruppen for Nasjonal Behandlingstjeneste for Revmatologisk Rehabilitering og i Diakonhjemmets Sykehus brukerutvalg.

Medlemsverving og markedsføring

Foreningen vil drive medlemsverving gjennom bl.a. nettsider og sosiale fora.

Foreningen vil bidra i den tekniske gjennomføringen av Landskonferansen med Landsmøte i Bekhterev Norge i tiden 24.-26. april 2026 som legges til Oslo

Oslo, 14.01.2026

Styret i Bekhterevforeningen Oslo og omegn