

Årsberetning 2010 for

UPS& DOWNS Bærum

Forening for familier som har
barn med Downs Syndrom
i Bærum



Lars og Jon på pappatur til Sæteren gård med overnatting

Ups & Downs Bærum

Ups & Downs Bærum er en foreldrestyrt forening for familier som har barn med Downs Syndrom (DS). Målet for foreningen er blant annet å gi barn og ungdom med DS anledning til å bli kjent med hverandre og knytte vennskapsbånd gjennom aktiviteter og arrangementer. Mange av aktivitetene er lagt opp slik at hele familien kan delta. På den måten kan også søsken møtes og få egne nettverk.

Et viktig mål er også å knytte nettverk for foreldrene, både for kunnskaps- og erfaringsformidling og for støtte.

Foreningen har også et ønske å påvirke forhold som kan ha betydning for livssituasjonen til barna og ungdommene våre der det er mulig.

1. Året 2010

Ups & Downs Bærum har hatt et år med meget høy aktivitet. Foreningen har i 2010 fått flere nye medlemmer både fra Bærum og andre kommuner. Vi har gjennomført åtte aktiviteter/arrangementer, hvorav mange helt nye. Det ble arrangert kunstkurs på Henie Onstad Kunstsenter, sommertreff på Vestre Bjørum gård, småbarnstreff, pappatur til Sæteren gård, treff på Sansehuset, og juleverksted. I tillegg arrangerte foreningen foredraget "Er jeg ungdom eller har jeg Downs syndrom?" med Caroline Tidemand-Andersen, og foredrag med workshop om Numiconmetoden med Karin Skogvoll Eilertsen. Den planlagte akedagen 21. mars måtte avlyses grunnet regn. Årsmøte for 2009 ble avholdt den 30. januar 2010 med foredraget "Hvordan skape livsrom for alle i familien" etterpå.

Nyhetsbrevet fra styret til medlemmene er sendt ut fire ganger som også er målet.

Det er gjennomført en betydelig jobb med fornying av vår nettside "upsanddownsbaerum.no". Styret har engasjert en web-designer for å gjennomføre denne fornyelsen. I forbindelse med nettsiden er det også utarbeidet logo for bruk i foreningens profilering.

Foreningen har fortsatt samarbeidet med Oslo Ups & Downs som ble innledet i 2009. Oslo Ups & Downs har vært invitert på flere av våre arrangementer i 2010 og vice versa.

Styret har jobbet godt sammen og økonomien er tilfredsstillende. Mye takket være økonomisk støtte fra Bærum kommune. I tillegg søkte vi og fikk midler fra Norsk Nettverk for Downs Syndrom (NNDS) til pappaturen, samt fra Cecil Astrups Legat.

Utgiftspostene dette året gjenspeiler det høye aktivitetsnivået foreningen har hatt dette året men styret har hele tiden gjort mye for å holde kostnadene så små som mulig.

2. Styret

Styret har bestått av:

- Amy Christins Baumann (styreleder). Fornyet periode på årsmøte i 2010. Ett år igjen.
- Camilla Berard-Andersen. Stiller til gjenvalg for to nye år på årsmøtet i år.
- Ian Meikle (kasserer). Valgt på årsmøtet i 2010. Ett år igjen.
- Lars Lund Mathisen. Fratrer ved årsmøtet i år etter to år i styret.

Amy Christina Baumann ble på styremøtet 9. februar valgt til styrets leder.

Det er avholdt 6 styremøter fordelt på hele året.

3. Medlemmer

Pr. 31.12. 2010 er det 54 familier som er fullverdige medlemmer, og ingen støttemedlemmer. Det er gjennomført en opprydding av medlemslisten – se pkt. 6 styresaker.

Det er kommet 9 nye medlemmer til foreningen, og 8 medlemmer har meldt seg ut eller har blitt strøket fra medlemslisten. Ved inngangen til 2010 hadde foreningen 53 familier som er fullverdige medlemmer og ett støttemedlem.

Fullverdige medlemmer med stemmerett er foresatte til barn med Downs syndrom, og medlemsavgiften i 2010 er 250 kroner. Andre, som støttekontakter, fagfolk, slektinger med flere, kan bli støttemedlemmer. Støttemedlemmer er uten stemmerett, men med møterett og mottakere av informasjon sendt ut fra styret. Støttemedlemskap koster 100 kroner året.

4. Aktiviteter

Foreningen har i 2010 arrangert flere aktiviteter og treff for hele familien som vi har gjort i tidligere år. Dette er viktig for at søsken kan møte andre søsken, noe som gir denne gruppen en viktig støtte og forståelse for familiesituasjonen og deres litt annerledes søsken.

I tillegg har vi i år også laget aktiviteter der bare barnet med Downs syndrom og en av foreldrene deltar (kunstkurs, pappatur og juleverksted). Dette for at vi ser at barna/ungdommene ofte lettere blir kjent med hverandre når ikke søsken er med, samt at de får full prioritet hele tiden.



Martin maler

I tillegg har vi arrangert aktiviteter for de eldste medlemsbarna, og aktiviteter myntet på de aller minste barna med foreldre.

4.1. ÅRSMØTE (for 2009)

Lørdag 30. januar var det årsmøte for Ups & Downs Bærum. Det var godt fremmøte og selve årsmøte ble gjennomført med den vanlige agendaen: Gjennomgang av årsberetning, gjennomgang av regnskap, valg av nye styremedlemmer og eventuelt. Årsberetning og regnskap ble godkjent.

Etter årsmøtet var det foredrag av Hans Christian Michaelsen med temaet "Hvordan skape livsrom for alle i familien?". Michaelsen er høyskolelektor i familierapi på Diakonhjemmets Høgskole. Etter foredraget var det sosialt samvær med ost og vin.

4.2. KUNSTKURS

To lørdager i januar deltok i alt 19 barn og unge på aldersinndelte kunstkurs på Henie Onstad Kunstsenter. Ups & Downs Bærum fikk kunstsenteret til å lage et opplegg som kunne stimulere "våre" barn og unge til å lære litt om kunst og male selv. Kurset startet med en presentasjon av kunstneren Henri Matisse og hans bilde "Le Citrons". Etterpå skulle deltakerne selv få prøve å male etter stilleben med blant annet sitroner. Barn helt ned i fem års alder jobbet konsentret både med blyant og

pensel, og resultatene ble flotte malerier. Kursene var veldig populære og styret vil se på muligheten til å arrangere flere slike kurs.

4.3. AKEDAG

Søndag 21.mars - på Verdens Downs syndrom dag, inviterte vi til aking, skirenn og grilling på Sauejordet. Gullmedaljer og pølser var kjøpt inn og 74 var påmeldt.

Men den dagen regnet det for første gang i år. Det var helt vått og grått og vi måtte dessverre avlyse. Det var kjempesynd - mest på barna som hadde gledet seg til en uteaktivitets dag.

Vi oppfordret de påmeldte til å være med på Hoppeloppeland som en liten trøst, og flere fant veien dit. Det var veldig hyggelig! Arrangerer vi ski- og akedag neste år skal vi prøve å legge det litt tidligere så vi er sikker på snø nok.

4.4. SOMMERTREFF PÅ VESTRE BJØRUM GÅRD

Sommertreffet, som ble avholdt den 12. juni, var denne gangen lagt til Vestre Bjørum gård på Skui og det var veldig vellykket. Vi inviterte også med oss Oslo Ups & Downs. Av 90 påmeldte kom 65 store og små. Området er stort og grønt med masse boltreplass.

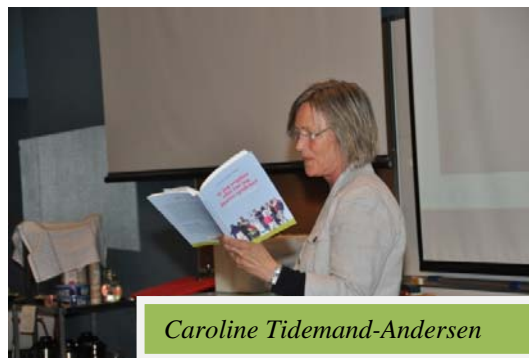


Hesten får litt kos av Pål.

Dessuten er det er inngjerdet, noe foreldrene setter stor pris på. De har mange ulike små og store dyr som barna kan treffe, og i tillegg har de traktoren Gråtass som ble flittig brukt. Barna fikk lov å være med å mate lammene og kalvene med tåteflasker og det var veldig populært. Det samme var kos med kaniner og hamstere. Og de som turde fikk sitte litt på hesten. Styret synes det var veldig hyggelig at så mange tok turen i år, også flere av ungdommene! Det ble servert pølser fra grillen.

4.5. FOREDRAGET "ER JEG UNGDOM ELLER HAR JEG DOWNS SYNDROM?"

Den 2. juni holdt Caroline Tidemand-Andersen foredrag med tittelen: "Er jeg ungdom eller har jeg Downs syndrom?". Tidemand-Andersen har drevet en samtalegruppe med ti ungdommer med Downs syndrom i ti år og snakket om ungdommenes følelseliv, selvfølelse, kjærlighet, sex og det å leve med sin annerledeshet.



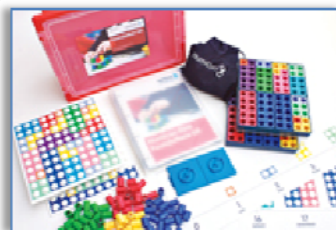
Caroline Tidemand-Andersen

Foredraget ble arrangert etter oppfordring fra Ups & Downs Bærum. Vi gjorde en henvendelse til Lærings- og mestringssenteret Sykehuset Asker og Bærum og Ups & Downs Oslo som ønsket å samarbeide om dette. Lærings- og mestringssenteret var gode samarbeidspartnere og administrerte det meste av alle forberedelsene. Foredraget ble holdt i aulaen på Bærum sykehus og det var nærmere 100 deltakere.



4.6. FOREDRAG OG WORKSHOP OM "NUMICON"

Ups & Downs Bærum arrangerte foredrag og workshop i Numicon tirsdag 31. august. Vi var så heldige å få Karin Skogvoll Eilertsen til å komme og fortelle oss om Numicon metoden. Numicon er hjelpemidler som gjør matematikk "visuelt" med hjelp av farger, formsatte figurer etter gitte størrelser osv. Les mer om dette på www.numicon.com, eller på Sørlandets kompetansesenterets nett side. Metoden kan man begynne med allerede i barnehagen.



Foredraget ble lagt opp med en presentasjon av Numicon metoden og materiellet og hvordan det brukes. Deretter fikk deltakerne se et filmopptak med elever i aksjon og tilslutt var det prøving av materiellet og noen av aktivitetene.

4.7. SMÅBARNSTREFF

Ups & Downs Bærum har fått mange små medlemmer de siste to årene og inviterte derfor til et eget småbarnstreff for de aller minste. Vi fikk låne Haslum Barnehage og søndag 17. oktober møtte åtte små nydelige barn og deres foreldre til et koselig møte.

Hensikten var å knytte et eget nettverk med andre foreldre som har barn på samme alder. To fra styret deltok og det virket som både små og store koste seg. Nytt treff blir en gang i januar.



Maiken og Patrick Sander

4.8. PAPPATUR TIL SÆTEREN GÅRD



Karl Fredrik

Ups & Downs Bærum søkte og fikk penger fra NNDS (Norsk Nettverk for Downs Syndrom) til å arrangere overnattingstur til Sæteren gård i Bærum. Ni pappaer med ni barn dro avgårde fra lørdag 30. til søndag 31. oktober og fikk en flott tur med mange gode minner for både store og små.

Overnattingsturer skaper sterkere relasjoner mellom deltakerne da de deler opplevelser og aktiviteter over lengre tid, og på den måten knyttes også viktige nettverk. Vi hadde ikke stort nok budsjett for at hele familien kunne delta denne gangen og valget ble da å tilby medlemmene en pappatur med medlemsbarnet.

Mammaene er flinkere til å invitere til mammakvelder og skape nettverk med andre. Vi så det derfor som gunstig at pappaene kunne få en egen aktivitet på en egen arena, og hvor også barna får full fokus. Barna fikk dessuten være sammen med andre barn og to dager med mye aktiviteter ute i friluft.

4.9. TREFF PÅ SANSEHUSET



Tuva i ballbingen på Sansarhuset

Vi hadde et veldig hyggelig arrangement på Emma Sansarhus den 20. november. Intrykket er at både store og små barn synes det er stas med noen timer i de flotte lokalene til Sansarhuset. Her er det mye å oppleve i blant annet musikkrommet, i hoppeslottet eller i et av ballbassengene. Mens barna lekte ble det tid til hyggelig prat blant de voksne.

4.10. JULEVERKSTED

Søndag 28.november arrangerte vi juleverksted for første gang. Vi leide formingsrommet på Løkeberg skole og hadde fem ulike "stasjoner" med ulike aktiviteter. Deltakerne kunne tove epler, spikke håndtak til osthøvel, sy julekule, lage julekort eller lage lysmansjetter. Medbragt julemusikk og pepperkaker & klementiner lagde en god førjulsstemning.

Formingslærer Birgit var leid inn for anledningen og veiledet både store og små i de ulike aktivitetene. Spesielt var spikking av håndtak til osthøvel og toving av epler populære, og barna var kjempeflinker. Full konsentrasjon og mye kreativitet hos barna.



Markus og Frida

5. Styresaker

Fokuset til Ups & Downs Bærum er først og fremst å skape en sosial ramme og hyggelige aktiviteter der alle kan møtes. Styrearbeidet dreier seg derfor for det aller meste om dette, samt vanlige administrative saker som utsendelse av medlemsavgift, søknader om økonomisk støtte og lignende. I tillegg har det vært planlagt og gjennomført tre faglig relevante foredrag for foreldre og andre støttepersoner. Planlegging av aktiviteter, invitasjoner, innkjøp og organisering av aktivitetene er hovedinnhold i styrets arbeid.

Andre styresaker:

WEB side

Det er gjennomført en betydelig jobb med fornying av vår nettside "upsanddownsbaerum.no". Styret har engasjert en web-designer for å gjennomføre denne fornyelsen. Nettsiden har fått helt nytt design, og ny funksjonalitet. Her kan medlemmene finne informasjon om kommende aktiviteter, en liten beskrivelse av avholdte aktiviteter med bilder. Alle nyhetsbrevene ligger på siden sammen med årsrapporter. For nye medlemmer og andre som vil kontakte oss, er det etablert en e-postadresse for foreningen som blir videresendt styremedlemmene. Siden inneholder i

tillegg informasjon om styret, samt et utvalg av nyttige lenker. Ved at hjemmesiden vår fortløpende blir oppdatert med ny informasjon, håper vi at den vil bli mer besøkt av medlemmene våre, nye familier og andre.

"Nytt" navn og logo

Tidligere har vi kalt oss Bærum Ups & Downs og brukt dette også i vår kommunikasjon.



Vi så det som naturlig å utvikle vår egen logo som mange av de andre Ups & Downs foreningene hadde. I den forbindelse tok vi en gjennomgang av hvordan andre skrev Ups & Downs navnet samt brukte logoen, og fant da ut at de aller fleste brukte Ups & Downs først og stedsnavnet/kommunen etter. Vi skiftet derfor navnet til **Ups & Downs Bærum** i samtidig som vi fikk utviklet logo til navnet. Logoen er som de andre Ups & Downs foreningene bruker. Ian Meikle i styret tegnet ut og lagde logoen for oss.

Registrering i enhets- og frivillighetsregisteret

Leie av domenenavn for nettsiden må gjøres av en organisasjon med eget organisasjonsnummer. Styret har derfor besluttet at foreningen skal registreres i enhetsregisteret og i frivillighetsregisteret. Søknad er sendt til Brønnøysundregisteret.

Brønnøysundregistrene skriver om frivillighetsregisteret:

Frivillighetsregisteret skal bedre og forenkle samhandlingen mellom frivillige organisasjoner og offentlige myndigheter. Registeret skal sikre systematisk informasjon som kan styrke rettsgrunnlaget til og kunnskapen om den frivillige aktiviteten... Alle organisasjoner som fyller vilkårene har rett til å la seg registrere, men det er ingen som har registreringsplikt i Frivillighetsregisteret. Ved innføring av grasrotandelordningen kan registrering innebære en konkret gevinst. Grasrotandelordningen innebærer at alle som spiller på et av Norsk Tipping sine spill kan velge at inntil fem prosent av den innsatsen de legger inn skal gå til en bestemt frivillig organisasjon. Spilleren kan bare velge blant foreninger eller organisasjoner som er registrert i Frivillighetsregisteret og som er grasrotberettiget.

Opprydding i medlemslisten

Vi har oppfordret medlemmene flere ganger om å melde fra om adresseendring, og om ny e-postadresse. Medlemmer som innen 31.12.2010 ikke har betalt til tross for purringer er strøket fra medlemslisten. Det er 3 medlemmer som har meldt seg ut, og 5 som ikke har betalt. Dvs. at det er totalt 8 medlemmer som er strøket fra medlemslisten.

Det er kommet til 9 nye medlemmer i 2010.

Samarbeid med Ups & Downs Oslo

Foreningen har fortsatt samarbeidet med Ups & Downs Oslo som ble innledet i 2009. Ups & Downs Oslo var invitert på sommertreffet på Bjørum Gård, til juleverkstedet, til foredraget med Caroline Tidemand-Andersen og vil bli invitert til foredrag og sosialt samvær etter årsmøtet i januar 2011.

6. Nyhetsbrev

Styret ønsker å gi medlemmene god informasjon om aktiviteter og hva styret jobber med. Tanken er også å samle informasjonen ut til medlemmene for å unngå for mange enkeltmail og stadige beskjeder. Nyhetsbrevet har hatt fire utgivelser dette året som er målet.


Regnskap 2010

	Ut	Inn
Juleverksted	4 502,95	
Sansehus	3 739,00	
Numicon	2 059,20	
Sæteren Gård	13 322,20	1 800,00
Website	4 755,00	
Post	817,00	
Ski / Akedag	1 138,50	
Er jeg ungdom ...	2 500,00	
Besøkgård	6 085,64	
Årsmøte 2010	9 048,80	
Kunstkurs Henie Onstad	6 000,00	
Kamera	978,00	
NNDS		10 000,00
Medlemsavgiften		16 800,00
Bærum Kommune		10 927,00
Cecil Astrups Legat		2 000,00
Div	207,50	
Bank Gebyrer/ renter	481,00	70,03
	55 634,79	41 597,03
Resultat 2010		-14 037,76
Bankinnskudd 31.12.2010		39 534,90
Gjeld til Henie Onstad Kunstsenter		6 000,00
Nettobeholdning 31.12.2010		33 534,90

Bærum, 26. januar 2011



Amy Christina Baumann



Camilla Berard-Andersen



Ian Meikle



Lars Lund Mathisen