



MARS 2023

<http://www.upsanddowns-sortrondelag.no/>

## **Endelig innkalling til årsmøte i Ups & Downs Sør-Trøndelag**

Vi kaller med dette inn til årsmøte i Ups & Downs Sør-Trøndelag.  
Årsmøtet avholdes i Kirkens Bymisjons lokaler  
i Bergljots gate 4B (stor rød villa) i Trondheim  
Torsdag 30. mars kl. 19.00 – ca 21.00

### **Saksliste**

- Godkjenning av innkallingen
- Valg av møteleder, referent og eventuelt tellekorps
- Godkjenning av dagsorden
- Årsberetning 2022
- Regnskap 2022
- Venneklubben – årsberetning og regnskap 2022
- Videre drift av venneklubben – økonomi og omfang
- Videre drift av Ups & Downs – aktivitetsnivå og deltakelse fra medlemmene
- Rammebudsjett for årsmøteperioden 2023
- Navneendring – utgår
- Valg av styre
- Eventuelt – ingen innkomne saker

**Velkommen!**

## Årsberetning Ups & Downs Sør-Trøndelag 2022

Styret i Ups & Downs Sør-Trøndelag har i 2022 bestått av:

Helen M. Skogstad, styreleder  
Christina Hanssen, kasserer  
Marit Elisabeth Ydse, styremedlem  
Songul Yayan, styremedlem

Det var 155 betalende medlemmer i 2022, disse består av hovedmedlemmer, familiemedlemmer og noen få støttemedlemmer. Noen av medlemmene er kun aktive i ungdomsklubben.

### Juletreffest

Vi hadde planlagt for juletreffest søndag 16. januar, men pga usikkerhet rundt Corona-situasjonen måtte vi dessverre avlyse.

### Foreldretreff på EGON Solsiden

Fra og med mars 2022 har vi hatt Foreldretreff på EGON Solsiden den 3. torsdagen i måneden. Det har ikke vært mulig hver måned, men vi har i 2022 hatt 5 treff, i mars, april, mai, oktober og november. Dette skal være et uformelt treff for foreldre/foresatte til mennesker med Downs syndrom. Ønsket er at dette kan være et sted for å møtes og bli bedre kjent, dele erfaringer og snakke om løst og fast. Helen har stilt fra styret. Det har møtt 1 – 4 personer på hvert av disse treffene.

### Verdensdagen for Down Syndrom 21.03

Dagen ble markert med lyssetting av Rockheim med teksten «21.3 #rockesokk». Vi hadde ingen øvrig aktivitet for å markere dagen.

### Årsmøte

Årsmøtet ble avholdt på Trondsletten torsdag 31.03.2022. Det var 2 deltakere på møtet, begge fra styret. Referat fra årsmøtet er sendt ut til medlemmene.

### Ny informasjonsfolder

Styret har høsten 2021/våren 2022 utarbeidet en ny informasjonsfolder om Ups & Downs Sør-Trøndelag. Den ble ferdigstilt, trykket og sendt ut til helsestasjoner, jordmødre, gynekologer, fertilitetsklinikker og St. Olavs Hospital i april.

### Temakveld med Helge Gudmundsen

26. april inviterte vi til temakveld med Helge Gudmundsen. Han holdt et inspirerende foredrag som handlet om mestringsfølelse, livsglede og menneskeverd. Foredraget formidlet livsglede, latter, men også en livserfaring om smerte og nederlag. Det handler om et samfunn preget av mangfold og inkludering. En fortelling om det å bli sett og verdsatt der personen er viktigere enn prestasjonen. Foredraget hadde basis i 25 års arbeid med tilrettelagt fotball knyttet til Flatås Lions, et fotballtilbud for spillere med ulike funksjonsnedsettelse. Her var det totalt 11 deltakere.

### **Småbarnstreff**

12. mai var vi invitert til småbarnstreff på Trondsletten. Christina stilte opp fra styret for å informere om Ups & Downs Sør-Trøndelag og fortelle litt om egne erfaringer med å ha et barn med Downs syndrom. Alltid hyggelig å få muligheten til å presentere oss og kunne svare på spørsmål om stort og smått ut fra egne erfaringer.

### **Byåsen videregående skole - helsefag**

Vi ble kontaktet av lærere på helsefaglinja på Byåsen videregående skole med spørsmål om vi kunne komme dit og informere om Downs syndrom. Helen stilte opp der 19. mai, informerte om Downs Syndrom generelt, fortalte ut fra egne erfaringer som mor til et barn med Downs Syndrom og svarte på spørsmål fra elevene.

### **Sommeravslutning på Hafella**

Etter 2 år med Corona kunne vi endelig igjen treffes til sommeravslutning på Hafella søndag 12. juni. Alltid trivelig å treffes, og få muligheten til å se på alle dyra i fjøs og stall og på beite. Takk til Kari og John Øystein. Her var det 41 påmeldte, 20 barn og 21 voksne.

### **Landsmøte og årsmøte NNDS – Norsk Nettverk for Downs syndrom**

17. – 18. september deltok Christina og Helen på landsmøte og årsmøte for NNDS i Oslo. Her møtte vi representanter fra de andre lokallagene og ledelsen i NNDS. Mye interessant informasjon, diskusjoner og felles middag med utdeling av Marte-prisen 2022 til skuespiller Sven Nordin. På årsmøtet ble navneendring til Downs syndrom Norge enstemmig vedtatt.

### **Høsttur til FRAMskolen og Vellersund gård**

Søndag 2. oktober inviterte vi i samarbeid med FRAMskolen og Vellersund Gård til høsttur. Vi reiste med Hurtigbåten fra Trondheim til Brekstad og derfra i minibuss til Vellersund Gård. Framme på Vellersund Gård fikk vi servert kaffe, saft og småkjeks, det ble underholdning av noen av beboerne samt en orientering om FRAMskolen og Vellersund Gård. Deretter fikk vi en omvisning i landsbyen og gikk opp til fredsengelen på Vellersund. Tilbake fra tur grillet vi medbrakt mat og satt ute og koste oss i det fine høstværet til vi skulle reise hjem. Det var totalt 12 påmeldte, 5 voksne og 7 barn.

### **Skolestarterkurs**

De siste årene har vi blitt invitert til å informere om Ups & Downs Sør-Trøndelag på Trondslettens Skolestarterkurs. Årets skolestarterkurs ble arrangert 17. oktober. Helen deltok her. Alltid hyggelig å få muligheten til å presentere oss og kunne svare på spørsmål om stort og smått ut fra egne erfaringer.

### **Aktivitetsdag og juleverksted i Bratsberg**

Søndag 20. november arrangerte vi aktivitetsdag og juleverksted i Idrettshuset i Bratsberg. Her startet vi med en felles aktivitet i gymsalen før det ble åpnet for frilek. Deretter ble det servert pizza og brus, kaker, saft og kaffe. Alle som ønsket kunne male på lys, lage julekort og til/fra-lapper eller fargelegge juletegninger i juleverkstedet. Her var det totalt 30 påmeldte, 14 barn og 16 voksne.

### **Julevoll**

10. desember kunne vi invitere til Julevoll igjen. Her koste vi oss med julegrøt, besøkte nissen på låven, så til dyra i fjøset og kunne være med og kjøre hest og vogn. Songul var til stede fra styret. I år var det 12 barn og 8 voksne påmeldt.

**Annet**

Se egen årsmelding fra Venneklubben



Trondheim, 23. mars 2022

Helen M. Skogstad, leder

## Regnskap 2022 Ups&Downs Sør-Trøndelag

<b>Inntekter</b>	<b>Kr</b>
Stiftelsen Fridheim	25.000,00
Norsk Tipping	9.915,92
Norsk Nettverk for Down Syndrom, medlemskont.	20.800,00
2 x Ikke-medlemmer på Temakveld 26.04.2022	200,00
3 x ikke-medlemmer på Sommeravslutning	300,00
1 x ikke-medlem Juleverksted	150,00
Deltagerbetaling Jule-Voll Gård	1.820,00
Innskuddsrente debet sparekonto	254,00
<b>Sum Inntekter</b>	<b>58.439,92</b>
<b>Utgifter</b>	<b>Kr</b>
Nettbank bedrift	115,50
Styreweb lisens 4. kvartal 2021	235,00
Betaling trykk av nye foldere, til Selbu Trykkeri	2.453,75
Domene Shop	120,00
Temakveld 26.april. Betaling til foredragsholder	3.000,00
Porto utsendelse av brosjyrer	1.202,00
Overføring til Ungdomsklubben. Tilskudd fra Bufdir, nov. 2021	30.000,00
Betaling nettsiden til wix.com	1.212,30
Takkegaver	156,90
Reise + overnatting Oslo landsmøte 2 personer	10.642,50
Høsttur Vellersund gård, båttur	556,00
Juleverksted, leie lokaler, innkjøp, pizza	4.253,30
<b>Sum Utgifter</b>	<b>53.947,25</b>
<b>Overskudd 2022</b>	<b>4.492,67</b>
<b>Status pr 31.12.2022</b>	
<b>Eiendeler</b>	
Sparebank1 Midt-Norge	180.338,66
Kassebeholdning	1.076,00
	<b>= kr 181.414,66</b>
<b>Gjeld og egenkapital</b>	
Egenkapital pr 31.12.2021	176.921,99
Årets overskudd	4.492,67
	<b>= 181.414,66</b>

## 2022 Årsregnskap spesifisert Usp&amp;Downs Sør-Trøndelag

Bilagsnr	Bilagsdato	Tekst	Inn Bank	Ut Bank	Inn kasse	Ut kasse	Debet Sparekonto	Kredit Sparekonto
1	03.01.2022	Nettbank Bedrift *	95375,99					
2	07.01.2022	Norsk Tipping *	2113,84	54,00				
3	10.01.2022	Norsk Nettverk for Down Syndrom, medlemskont. *	200,00		1076,00		80470,00	0
4	10.02.2022	Styreweb lisens 4. kvartal 2021		235,00				
5	07.03.2022	Nettbank Bedrift *		1,50				
6	30.03.2022	Betaling for trykk av nye foldere, til Selbu Trykkeri		2453,75				
7	30.03.2022	Faktura til Domeneshop. Betalt til Helsen Skogstad		120,00				
8	04.04.2022	Nettbank Bedrift *		6,00				
9	04.04.2022	Siftelsen Fridheim	25000,00					
10	28.04.2022	Temakveld 26.april. Betaling til foredragsholder		3000,00				
11	05.05.2022	Norsk Tipping *	3791,82					
12	09.05.2022	Betaling av porto sending av brosjyrer. Betalt til Helsen Skogstad		1202,00				
13	09.05.2022	Norsk Nettverk for Down Syndrom, medlemskont. *	16700,00					
14	09.05.2022	2 Ikke-medlemmer på Temakveld 26.04.2022 *	200,00					
15	20.05.2022	Overføring til Ungdomsklubben. Tiskudd fra Bufdir, nov. 2021		30000,00				
16	07.06.2022	Nettbank Bedrift *		4,50				
17	08.06.2022	1 Ikke-medlemsfamilie på sommeravslutning	100,00					
18	04.07.2022	Betaling nettsiden til wix.com. Beløpet betalt til Helsen Skogstad		1212,30				
19	04.07.2022	Takkegave Hafella, sommeravslutn. Beløpet betalt til Helsen Skogstad	200,00	156,90				
20	04.07.2022	2 Ikke-medlemmer på Sommeravslutning*	1500,00					
21	03.08.2022	Norsk Nettverk for Down Syndrom, medlemskont. *		9,00				
22	08.08.2022	Nettbank Bedrift *	4010,26					
23	08.09.2022	Norsk Tipping *	1200,00					
24	12.09.2022	Norsk Nettverk for Down Syndrom, medlemskont. *		4999,50				
25	20.09.2022	Reise og overnatting landsmøte Oslo. Betalt til Christina Hansen bil a-d		5643,00				
26	22.09.2022	Reise og overnatting landsmøte Oslo. Betalt til Helsen Skogstad		9,00				
27	03.10.2022	Nettbank Bedrift *	1200,00					
28	25.11.2022	Downs Syndrom Norge, medlemskont. *		4,50				
29	02.12.2022	Nettbank Bedrift *	520,00					
30	07.12.2022	Innbetaling til Julevoll gård, medlem Richard Langlo *		556,00				
31	08.12.2022	Høsttur Vælersund gård. Utlegg for båtutur. Betalt til Helgen Skogstad. Bilag 31 a-b *	520,00					
32	08.12.2022	Innbetaling til Julevoll gård, medlem Hilde Fossmo *	520,00					
33	08.12.2022	Innbetaling til Julevoll gård, medlem Shne Eidsør *	150,00					
34	08.12.2022	1 Ikke-medlemsfamilie på Juleværksted. Vipps til Christina Hansen *		700,00				
35	08.12.2022	Leie lokaler Bratsberg IL f.m. Juleværksted. Betalt til Christina Hansen		1388,30				
36	08.12.2022	Innkjøp Aktivitetsdag . Betalt til Helsen Skogstad. Bilag 36 a-d		2165,00				
37	08.12.2022	Innbetaling til Julevoll gård, medlem Thais Molte *	130,00					
38	09.12.2022	Innbetaling til Julevoll gård, medlem Songul Kara *		4,50				
39	09.12.2022	Pizza til Juleværksted. Betalt til Christina Hansen		22,50				
40	09.05.23	Nettbank Bedrift *					254,00	
41	09.07.23	Nettbank Bedrift *					80724,00	
42	31.12.2022	Renter på Debet sparekonto						0
		Totalt	153561,91	53947,25	1076,00		0	
		Saldo	99614,66		1076,00			
		Inntekter Bank	58439,92	Utgifter Bank	Inntekter kasse	Utgifter kasse		
				53947,25	0	0		
		Sum inntekter	58439,92	Sum utgifter				
				53947,25				

## ÅRSBERETNING VENNEKLUBBEN 2022

Det ble gjennomført 5 klubbkvelder det første halvåret i lokalene våre på Skansen. Samtidig ble det gjennomført 1 foreldremøte.

Ved sommeravslutningen på juni hadde vi bowling og pizza. Ungdomslederne Kristine Rødder og Håkon Hegre takket da for seg- noe ungdommene syntes var svært leit. Kristine hadde vært leder i ett år, samt ved tilkalling over flere år, mens Håkon hadde vært leder ved klubben over mange år- de var begge trygge og stabile personer for ungdommene. Karoline Skoglund og Caroline Årsandøy var ikke på så mange klubbkvelder denne våren, men ønsket å fortsette etter sommeren.

Styret besto av Trine Skoglund og Vigdis Gustavsen. Sistnevnte gikk av og Hildebjørg Fosse overtok fra høsten.

På høsten er det gjennomført 4 klubbkvelder med oppmøte på rundt 7-10 ungdommer. På juleavslutningen kom ungdommene til pyntet lokale og det ble servert gratis pizza.

Tilkommet to nye ledere- Amalie Fosse Moen og Åshild Solum Sønstebø. Det har vært utfordrende med at få ledere har mulighet til å delta- så vi ser behovet for flere ledere på laget for å sikre nok folk. En kveld var det ingen, øvrige kvelder 2-3.

Antall ungdommer har etter sommeren gått noe tilbake, da det har sluttet flere enn de som kommer til. Dette kan ha sammenheng med at den stabile ungdomsgjengen som var med helt fra starten, nå er blitt voksne. Flere kjenner på at de er for store til å delta, noe som er synd.

Ble forandring på styret på høsten da Trine Skoglund måtte trekke seg. Hildebjørg Fosse fortsatte sammen med Kari Gjønnnes.

Det er nå behov for en ny foreldrerepresentant fra høsten, slik at vi kommer inn igjen med overlappingsrutinene som har fungert godt.

Vi får bare håpe på at det kommer flere nye som ønsker å starte på den flotte klubben vår.

Vigdis Gustavsen, leder vår 2022.

# ÅRSREGNSKAP 2022 VENNEKLUBBEN

## RESULTAT

### Driftsinntekter:

Tilskudd fra Stiftelsen Fridheim	10 000,00
Tilskudd fra Bufdir	30 000,00
<i>Tilbakebetaling ubenyttet tilskudd fra Bufdir *</i>	<i>-15 752,00</i>

**Sum driftsinntekter** 24 248,00

### Driftsutgifter:

Honorar ungdomsledere 1. halvår	-6 375,00
Sommeravslutning	-4 303,00
Honorar ungdomsledere 2. halvår	-2 975,00

**Sum Driftsutgifter** -13 653,00

**Driftsresultat** 10 595,00

### Finansinntekter:

Renteinntekter bank	0,00
---------------------	------

**Sum finansinntekter** 0,00

**ÅRETS RESULTAT** 10 595,00

## BALANSE

### Eiendeler:

Bankkonto SMN - 4202.24.11866 pr. 31.12.2022	46 298,12
--	-----------

**SUM EIENDELER** 46 298,12

### Egenkapital og gjeld:

Beholdning pr. 01.01.2022	35 703,12
Resultat	10 595,00

**SUM EGENKAPITAL** 46 298,12

*\* Det ble søkt om tilskudd fra Bufdir til drift av klubben med kr. 30.000,-, men pga. pandemien, ble det ikke så mange klubbkvelder og heller ikke juleavslutning, så det ble brukt kun kr. 14.248,- av tilskuddet.*

*Vi ble derfor bedt om å tilbakebetale ubenyttede midler med kr. 15.752,-.*



Marthe B. Kristoffersen

Kasserer



## **Forslag aktivitetsplan 2023**

Juletreff 8. januar

Gjennomført i Revegården. Målgruppe: Alle medlemmer.

Foreldretreff

Hver 3. torsdag i måneden. Kl. 19.30 – 22.00. F.eks. på Egon Solsiden. Gjennomført 19. januar og 16. februar.

Målgruppe: alle foreldre/foresatte til barn med Downs syndrom.

Familiehelg på Røros 17. – 19. mars

Invitere til familiehelg på Røros hotell. Felles middager fredag og lørdag. Basseng og lekeland på hotellet. Fellesaktivitet lørdag, kanefart og lunsj i koia hos Rørosrein. Noe sponsorstøtte.

Rockesokkdisko lørdag kveld.

21. mars

Den internasjonale dagen for Downs syndrom

Rockheim – tekst på lystavle som tidligere år

Ikke planlagt for aktiviteter

Discokvelder

Arrangere discokveld 4 – 6 ganger i løpet av året. Leie lokale, fikse musikk og discolys. Kjøpe inn litt snacks og drikke. Målgruppe 0 - 13 år. Siste fredag i måneden.

Sommeravslutning Hafella gård – søndag 4. juni

Avtalt med Kari Gjønnnes

Målgruppe: Alle familier med barn og ungdom med Downs syndrom

Aktivitetsdag – august/september

Rypetoppen klatrepark – heldags utflukt med grilling?

Klatresenteret på Orkanger – noen timer med felles bespisning etterpå?

Ridesenter – ridning eller hest og vogn – noen timer med felles bespisning etterpå? F.eks. Stall Eidumstrøa på Hell, Stjørdal (f.eks. stille hest og sale opp, ridetur kort/lengre, leie inn hesten).

Temakveld - oktober

Hvilke tema kan være aktuelle?

Juleverksted/Aktivitetsdag Bratsberg - november

Målgruppe: Alle medlemsfamilier

Julevoll – november/desember

Juleforestillingen på Voll gård. Målgruppe: Familier med barn 3 – 13 år.

## Rammebudsjett årsmøteperioden 2023

	Budsjett 2023	Resultat 2022	Budsjett 2022	Resultat 2021
<b>Inntekter</b>				
Medlemskontingent	22 000,00	20 800,00	20 000,00	18 100,00
Loddsalg julerefest mm	0,00	0,00	0,00	0,00
Innbetalinger ulike arrangementer (Julevoll, julerefest mm)	6 000,00	2 470,00	6 000,00	0,00
Grasrotandelen Norsk Tipping	10 000,00	9 915,92	6 000,00	5 681,58
Stipend, stiftelser, legat	20 000,00	25 000,00	20 000,00	30 000,00
Renteinntekter	350,00	254,00	150,00	80,00
<b>Sum inntekter</b>	<b>58 350,00</b>	<b>58 439,92</b>	<b>52 150,00</b>	<b>53 861,58</b>
<b>Utgifter</b>				
Julerefest	0,00	0,00	6 000,00	0,00
Årsavgift nettsider (wix.com og domeneshop)	1 600,00	1 567,30	1 200,00	1 185,00
Takkegaver	1 000,00	156,90	1 000,00	898,00
Administrasjonskostnader (reiser ifm møter med NNDS)	10 000,00	10 642,50	5 000,00	5 855,00
Innkjøp ulike arrangementer (julerefest, sommeravslutning, diskokvelder, tur, julevoll, juleverksted)	10 000,00	7 809,30	8 000,00	7 077,48
Tilbakebetaling deltakere høsttur	0,00	0,00	22 000,00	0,00
Tilbakebetaling deltakere Rørostur	35 000,00	0,00	0,00	0,00
Flyer nyfødt (trykking kr 1500,- og porto ved utsending kr 2500,-)	0,00	3 655,75	4 000,00	0,00
Kostnader bank	120,00	115,50	100,00	28,50
<b>Sum utgifter</b>	<b>57 720,00</b>	<b>23 947,25</b>	<b>47 300,00</b>	<b>15 043,98</b>
<b>Driftsresultat</b>	<b>630,00</b>	<b>34 492,67</b>	<b>4 850,00</b>	<b>38 817,60</b>

## **Valg av styre i Ups & Downs Sør-Trøndelag for perioden 2023 – 2024**

Helen M. Skogstad – styreleder – på valg, tar gjenvalg for 2 år

Marit Elisabeth Ydse – styremedlem – på valg, tar gjenvalg for 2 år

Christina Hansen – styremedlem – ikke på valg

Songul Yayan – styremedlem – på valg, tar gjenvalg for 2 år