

Årsmelding

ADHD Norge Oslo

2025

Styret har i 2025 bestått av:

	01.01.2025-01.03.2025	06.03.2025-31.12.2025
Leder:	Espen Johannessen	Espen Johannessen
Nestleder:	Sølvi Lund-Vang	Trude Bjørnsund
Økonomiansvarlig:	Sølvi Lund-Vang	Kristian Tjensvoll Katinka Goffin (trakk seg 19/03)
Studieansvarlig:	Sølvi Lund-Vang	Veronica Nordby Hemer
Sekretær:	Katinka Goffin	Luna Udbjørg (inn som sekretær 17.10)
Styremedlemmer:	Thomas Hoff Baro, Veronica Nordby Hemer	Silje I Tjensvoll Hans Christensen
Varamedlemmer:	Thordis Høskuldsdottir, Else Remen	Thordis Høskuldsdottir, Tone Seppola, Sandeep Karthikeyan, Zeynep Sancak Sert, Luna Udbjørg (styremedlem fra 17.10).
Ungdomsdelegat:	Majken Højfeldt	Majken Højfeldt
Vara ungdomsdelegat:	Ragnhild Haugerud-Knudsen	Ragnhild Haugerud-Knudsen
Valgkomité:	Sonja Bjaaland, Monica Wibecan, Chris Dymbe	Victoria Thune-Larsen, Tobias Bjørndal (flyttet til Vestfold) Thomas Hoff Baro.
Revisor:	ADHD Norge	

Styrets arbeid

Styremøter

Det er avholdt 11 styremøter: 16.01, 12.02, 19.03, 22.04, 12.05, 24.06, 12.08, 13.09, 03.10, 11.11, 16.12. Et styre seminar/ kurs, helgen 13.-15.10. Det er avholdt 2 samarbeidsmøte med Akershus 24.03. og 14.09. Det er til sammen behandlet 84 styresaker.

Spesielle oppgaver

Politiattestansvar: Espen Johannessen

Ansvar sosiale medier: Espen Johannessen

Likepersonkoordinator: Silje Idland Tjensvoll

Ansvar bruker- og pårørendemedvirkning: Trude Bjørnsund

Frivilligansvar: Silje Idland Tjensvoll

Representasjon

Katinka Goffin har trukket seg som styremedlem i fylkeslaget samt sitt sentrale verv som vararepresentant i landsstyret i ADHD Norge. Thomas Idem er medlem i landsstyrets kontrollutvalg (2024-2026). Sølvi Lund-Vang har vært styrerepresentant i Funksjonshemmedes fellesorganisasjon (FFO) Oslo og utvalgsmedlem i Voksenopplæringsforbundet (Vofo) Oslo. Begge verv avsluttet 31.12.2025, da hun er medlem i Akershus.

Hva	Dato
FFO Oslo årsmøte	11.03.
ADHD Norge Oslo årsmøte	06.03.
ADHD Norges lederkonferanse	25-27.03

Kurs og konferanser

Hva	Hvem	Når
Fylkesleder-/dialogmøte digitalt	Trude Bjørnsund, Espen Johannessen	05.02., 05.09.
Parsell etablering på Ulven	Trude Bjørnsund, Silje I. Tjensvoll	24.05., 16.09.
Nye Fylkesleder digitalt møte	Espen Johannessen	15.09.
Styreseminar	Alle	17. - 19. - 10.
Informasjonsstand på Gaustad Verdensdagen for psykisk helse	Trude Bjørnsund	09.10.
Informasjonsstand på Mortensrud DPS Verdensdagen for psykisk helse	Silje Idland Tjensvoll, Trude Bjørnsund	10.10.
Likepersonskurs telefon videregående	Silje Idland Tjensvoll, Trude Bjørnsund	24.-26.10.
Ungdomskonferansen	Hedda Jensen	17-19.10.

Bruker- og pårørendemedvirkning

Navn	Hvor	Møter i 2025	Periode
Trude Bjørnsund	Brukerråd Oslo universitetssykehus (OUS), Barne- og ungdomspsykiatrisk avdeling (BUPA)	10	2019–d.d.
Trude Bjørnsund	Brukerråd Oslo univ.sykehus OUS Søndre Oslo DPS	10	2019–d.d.
Trude Bjørnsund	ADHD-kurs Oslo univ.sykehus OUS Søndre Oslo DPS	2	2024– d.d.
Silje Idland Tjensvoll	Pegasuskurs, Oslo univ.sykehus OUS Nydalen DPS	2	2024-d.d.
Trude Bjørnsund	Pegasuskurs, AHUS Grorud DPS	1	2025
Silje Idland Tjensvoll	Pegasuskurs, Nasjonal behandlingstjeneste for sansetap og psykisk helse, Gaustad	1	2024-d.d.
Sonja Bjaaland	Brukerråd Oslo universitetssykehus (OUS), Klinikk psykisk helse og avhengighet (KPHA)	6	2022-2026
Victoria Thune-Larsen (vara)	Vestre Aker råd for personer med funksjonsnedsettelse	5	2023-2027

Likepersonsarbeid

Likepersoner i Oslo fylkeslag 2025 er:

Navn	For gruppe:	Type likeperson
Sølvi Lund-Vang	B, U, PV	Telefontjeneste og aktivitet
Thomas Idem	V	Telefontjeneste og aktivitet
Trude Bjørnsund	B,U,V,PV	Telefontjeneste og aktivitet
Silje Idland Tjensvoll		Telefontjeneste og aktivitet
Espen Johannessen		Aktivitet
Thomas Hoff Baro		Aktivitet
Hans Christensen		Aktivitet
Veronica Nordby Hemer		Aktivitet

Thordis Høskuldsdottir		Aktivitet
Francisca Løken		Aktivitet
Sonja Bjaaland		Aktivitet
Majken Højfeldt		Aktivitet
Kristian Tjensvoll		Aktivitet
Tone Seppola		Aktivitet
Kenisha Witherspoon		Aktivitet
Daniel Costilho		Aktivitet
Inger Marthe Selsaas		Aktivitet
Cecilie Relbo-Knutsen		Aktivitet
Sara Fourozan		Aktivitet
Luna Udbjørg		Aktivitet

Forkortelser: B=barn, U=ungdom, V=voksen, PV=pårørende voksen

Aktivitet

Fylkeslaget har bistått i følgende saker: Rekruttert fem barn 8-13 år til podkast: Bokstavkjeks sesong 2.

Hva	Hvem	Når	Deltakere
Økonomikurs	Oslo fylkeslag	11-12.01	13
Jentegruppe Ungdom	Oslo fylkeslag	19.01., 6.04.	12
ADHD-kafé: 6 på Kafé Saba i Hollendergata 10, Oslo 5 på Kafé X Vetlandsveien 99-100, Oslo	Oslo fylkeslag	21.1., 18.2., 18.3., 15.4., 20.5., 17.6., 19.8., 16.9., 21.10., 18.11., 16.12.	18,16,18,16,19, 26, 17, 22, 21, 14, 23.
Samtalegruppe	Tone Seppola	22.01, 29.01, 5.02 7.05, 14.05, 22.05, 28.05	6 10
Rush trampolinepark	Oslo fylkeslag	17.02.	48
Årsmøte	Oslo fylkeslag	06.03.	
Temamøte: Tage Lien	Fylkeslagene Akershus/Oslo	06.03.	
Kurs for nydiagnostiserte kvinner	Fylkeslagene Akershus/Oslo	15.03.	
Parsellhage Ulven	Oslo fylkeslag	01.05. 31.09.	6
Hvitebusser tur til Bosnia	Fylkeslagene Akershus/Oslo	03.-10.05.	4
Likepersonkurs for nye likeperson aktivitet	Trude Bjørnsund, Silje Idland Tjensvoll	14.05.	
Tur til Tangen Dyrepark	Oslo fylkeslag	24.05.	8
Klatring i Oslo klatrepark, Grorud	Oslo fylkeslag	14.06., 05.10.	29 + 32
Tusenfryd	Fylkeslagene Akershus/Oslo	14.06. - 18.10.	67 + 47
Joshua King Football Camp for barn 9-13 år, Rommensletta	Oslo fylkeslag	20.-22.06.	20
Familietur til Kjøholmen m/Oslo og omegn friluftsråd (OOF)	Fylkeslagene Akershus/Oslo	27.-29.06.	30
Tur til Kristiansand Dyreparken	Fylkeslagene Akershus/Oslo	1-3.08	30
Sommerleir for ungdom	Oslo fylkeslag	10.- 14.08.	24
Familiehelg til Storefjell	Fylkeslagene Akershus/Oslo	22.-24.08	27
Temamøte Rettigheter 0-18 år.	Fylkeslagene Akershus/Oslo	01.09.	20
Seniortur til Liastua og Stovnerårnet	Oslo fylkeslag	12.10	6

Teknisk museum og Kafé Tekno	Oslo fylkeslag	27.10.	25
Kurs for nydiagnostiserte menn	Fylkeslagene Akershus/Oslo	22.11	64
Juleverksted på Tøyen	Oslo fylkeslag	14.12	31

Vurdering av aktivitet og mål

Vi har hatt flere aktiviteter og et godt tilbud til våre medlemmer. Vi samarbeider med Akershus om enkelte prosjekter, og medlemmene nyter godt av begge fylkers tilbud. Vi har arrangert flere aktiviteter for ungdom i 2025. Sommerleir og Joshua King Football Camp, disse vil videreføres. Vi har i år også arrangert et par senioraktiviteter, dette har vært vellykket og vil økes i 2026.

Økonomi

Fylkeslagets egenkapital når årets underskudd på kr 145 159 er trukket fra, er på kr 805 991.

Egenkapitalen er en indikator på fylkeslagets økonomi, i dette tilfelle er den meget god.

Fylkeslaget har blitt anbefalt av revisor å redusere egenkapitalen. Fylkeslaget er derfor beviste på underskuddet, og vil etter revisors videre anbefaling jobbe mot å redusere egenkapitalen ytterligere. Dette gjøres ved å åpne for flere deltagere eller lavere egenandel på aktiviteter.

Eiendeler

Fylkeslaget har 2 symaskiner, 8 hengekøyer, 8 liggeunderlag, 2 kokeapparater, bålpanne, en del sitteunderlag, grillpinner, formingsmateriell lagret på to steder, 4 termokanner, 2 roll-ups.

Fylkeslaget fikk også donert et utvalg brettspill.

Medlemstall

Ifølge revidert medlemstall pr. 31.12.25 var det totalt 1912 medlemmer. Dette er en økning på 85 medlemmer i 2025.

Årsmeldingen er gjennomgått og godkjent av styret.

Oslo

Sted

18.02.2026

dato

Espen Johannessen

Styreleder

Trude Bjørnsund

nestleder

Silje Idland Tjensvoll

styremedlem

Veronica Nordby Hemer

styremedlem

Kristian Idland Tjensvoll

Styremedlem

Luna Udbjørg

styremedlem

Hans Christensen

Styremedlem