



Forening  
for autoimmune  
leversykdommer

# *FAL-konferansen 2024*

## *10 års jubileum*

2013

2015

2016

2018

2022

2024





Foto: Sven Brun



## Styret

**Espen Bunæs (PSC)**

**Carl Michael Berg (PSC)**

**Jorunn Storhaug Andersen (AIH)**

**Vigdis Birkeland (Pårørende)**

**Åse Kjellmo (PSC)**

**Aud Løland (PSC)**

**Ann Kristin S. Nilsen (PBC)**

**Eva Vivoll (PSC)**

**Marianne Birkeland (AIH-PSC)**

# *FALs likepersonstjeneste*

- *18 likepersoner*
- *Alle tre diagnoser*
- *Spredning alder*
- *Spredning geografi*
- *Pårørende*
- *Ungdom*

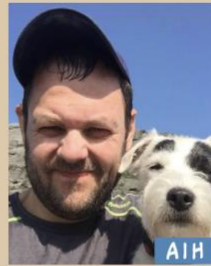


## Ta kontakt med oss...

Ikke nøl med å ta kontakt med oss likepersoner. Vi er her for deg, når det måtte være. Stort eller smått, gult eller grått. Send oss en melding og avtal tid for samtale, chat eller treff. Du velger selv hvem av likepersonene du vil kontakte. Om du foretrekker en med samme diagnose, alder, kjønn, geografisk nærhet, eller hva du foretrekker er helt opp til deg. Vi prates :)



**Randi Reiby**  
AIH  
Oslo  
Tlf: 414 20 712



**Morten Hole**  
AIH, PBC  
Bodo  
Tlf: 913 04 163



**Anne Kristine Øhman**  
AIH, PBC  
Skjetten  
Tlf: 951 48 206



**Andreas Lange**  
AIH, PSC  
Tau  
Tlf: 976 82 111



**Marianne Birkeland**  
AIH, PSC, Ungdom  
Agder  
mariannejunior@  
hotmail.com



**Ann Kristin Stokkenes Nilsen**  
PBC  
Quinsgaard  
Tlf: 416 81 018



**Hilde Quinsgaard**  
PBC  
Sandefjord  
Tlf: 918 14 789



**Monica J Jensvold**  
PBC, Transplantert  
Bardufoss  
Tlf: 902 07 686



**Aud Løland**  
PSC  
Kristiansand S  
Tlf: 957 31 976



**Milian Myraunet**  
PSC  
Trondheim  
Tlf: 918 33 882



**Ingeborg Andrea Dale**  
PSC, Ulcerøs kolitt  
Agder  
Tlf: 916 43 470



**Lillian Bjørnstad**  
PSC, Ulcerøs kolitt  
Gausdal  
Tlf: 930 73 735



**Espen Bunæs**  
PSC, Ulcerøs kolitt,  
Transplantert  
Drammen  
Tlf: 959 49 561



**Eva Vivoll**  
PSC, Ulcerøs kolitt,  
Transplantert  
Stavanger  
Tlf: 906 56 482



**Vigdis Birkeland**  
Pårørende  
Agder  
Tlf: 976 58 881



**Therese Næss Marthinsen**  
Pårørende  
barn/ungdom  
Oslo  
Tlf: 930 20 031



# ***Nytt av året***

- ***Medlemsblad***
- ***Podcast***
- ***Yoga***
- ***KI-assistent***



- *Tips oss om saker*
- *Har du lyst til å skrive i medlemsbladet?*
- *Vil du hjelpe til med design og layout?*
- *Kontakt: [leder@fal.link](mailto:leder@fal.link)*

# Rett fra lever'n



En podcast om  
autoimmune  
leversykdommer



FAL  
Forening  
for autoimmune  
leversykdommer



Foto: Espen Bunæs

<https://open.spotify.com/show/3OpcKgPuPzGbv4uJphVquW?si=190eef337adc4853>




# Yoga med Kristiane



## Yoga med Kristiane

Forening for autoimmune leversykdommer FAL - 1/3

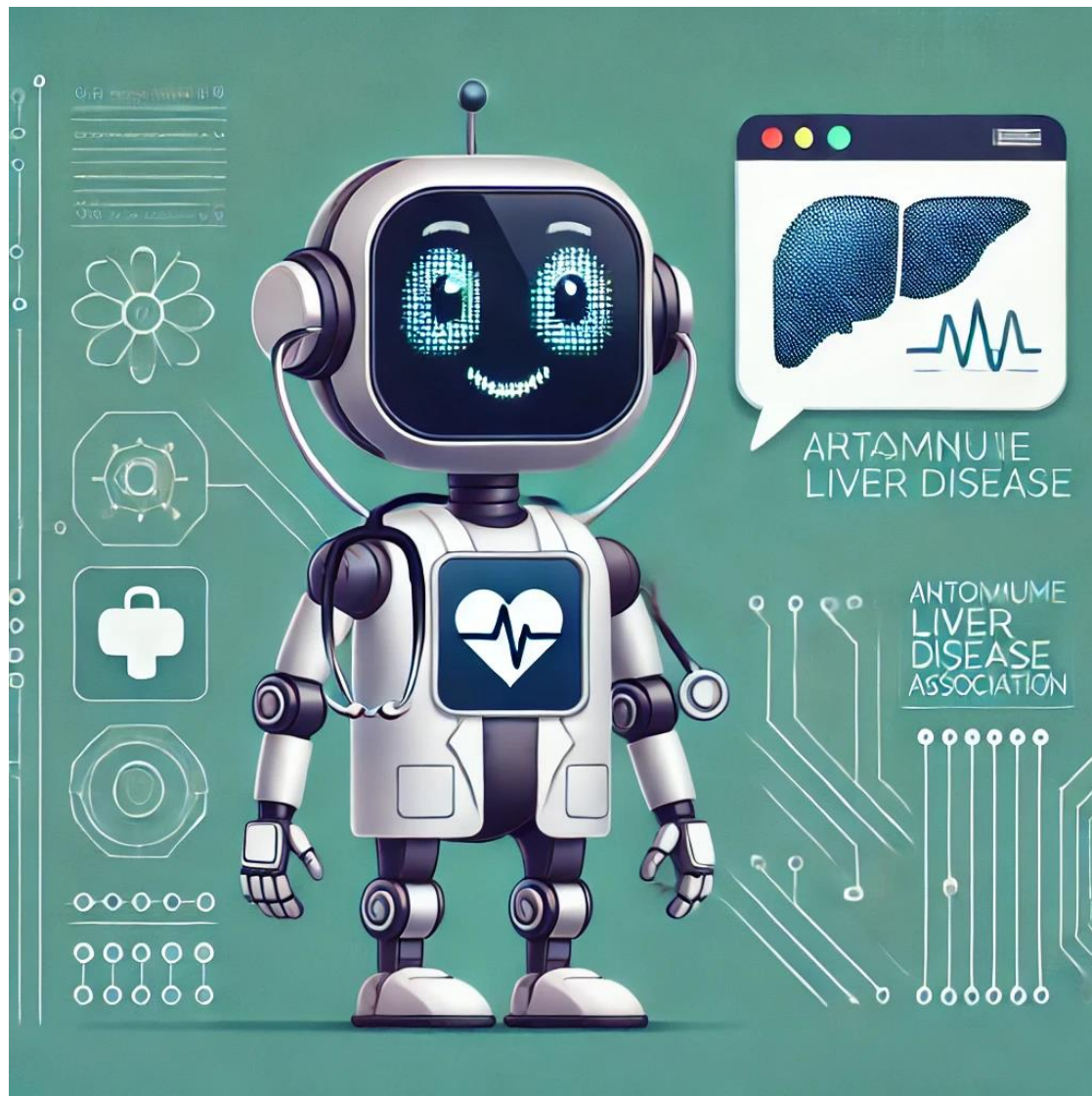


-  **FAL-Yoga: Pust og avspenning 12 min**  
Forening for autoimmune leversykdommer... 11:52
- 2  **FAL-Yoga: Øvelser 16 min**  
Forening for autoimmune leversykdommer... 16:17
- 3  **FAL-Yoga: Øvelser 13 min**  
Forening for autoimmune leversykdommer... 13:13

<https://www.youtube.com/@foreningforautoimmunelever1733>



# *FAL får egen KI-assistent*



<https://chatgpt.com/g/g-YxiSaRoAe-forening-for-autoimmune-leversykdommer>

# Grupper kl 14:15

- AIH: Rigoletto
- PBC: La Traviata
- PSC: Flagstad
- Overlapp AIH/PBC: Rigoletto
- Overlapp AIH/PSC: Flagstad
- Pårørende: Samme rom som diagnosen til pårørende
- Levertransplanterte: Møterom Otello

*Vi ønsker dere alle en riktig  
God konferanse*

*FAL-konferansen 2024*

*10 års jubileum*

