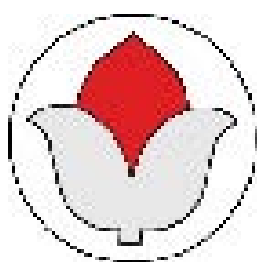


Nr 1 - 2009



**HJÄRT- OCH LUNGSJUKAS FÖRENING
I YSTAD-SJÖBO-SKURUP**



Medlemstidning för
Hjärt- och Lungsjukas Förening i
Ystad-Sjöbo-Skurup

Trädgårdsgatan 26, 271 34 Ystad
Telefon 0411-730 66 Fax 0411-730 92
e-post: info@ystad.hjart-lung.se
Hemsida: www.hjart-lung.se/ystad
Bankgiro 5483-4262 Plusgiro 68 48 03-0
Org. nr.

Ansvarig utgivare KG Leufstedt
Redaktör: Margot Johannesson
e-post: margot.johannesson@tele2.se
Annonsansvarig: Vakant
Utkommer med två nummer per år

Styrelse
Ordförande

KG Leufstedt 0411-194 40

Vice ordförande

Anitha Andersson 0411-55 53 77

Kassör

Irène Elme 0411-453 49

Sekreterare

Birgitta Prahl-Persson 0411-134 91

Ledamöter

Maja Kristensson 0411-703 89

Siv Lindskog 0411-425 67

Ann-Christin Abrahamsson Alm 0411-151 02

Nils-Arne Knutsson 0411-129 80

Gull-Britt Nilsson 0411-190 02

Ersättare

Jan Tellbo 0411-733 83

Kjell Sandberg 0411-463 07

Arne Silfver 0417-212 74

Revisorer

Sven W. Nilsson 0411-125 58

Erland Grauers 0411-55 94 60

Ersättare

Bengt Dagner 0416-173 74

Valberedning

Ordförande

Birgit Engvall 0411-187 54

Ledamöter

Maj Svensson 0411-55 03 39

Arne Andersson 0411-703 28

Ersättare

Jan Wollin 0411-164 04

Expeditionen

måndagar 14.00-18.00

onsdagar och fredagar 10.00-13.00

Nästa nummer utkommer i oktober/november 2009

Sista manusdag 28 september 2009

Hjärt & Lung-skolan

- vår bästa skola?

Alla **aktivitetsledare**, även de som inte har någon grupp denna termin, inbjudes till en analysmöte med fika **tisdagen 26 maj kl. 18.30 i Surbrunnsparken.**

Anmäl Dig till exp. 0411-730 66 eller e-post **senast 15 maj och tag med Dig Dina erfarenheter från Hjärt & Lungskolan.**

KG Leufstedt, rektor

Aktivitetsledare och styrelseledamöter.

Läs Detta!

Som aktivitetsledare respektive styrelseledamot skall Du genomgå en grundkurs i HLR (hjärt-lungräddning). Inom ett år efter grundutbildningen skall Du genomgå en repetitionsutbildning och därefter varje år. **Styrelsen har beslutat att alla styrelseledamöter och aktivitetsledare måste vara HLR-utbildade för att få leda en cirkel.**

Våra medlemmar tillhör en högriskgrupp vad gäller risken att få plötligt hjärtstopp eller hjärtinfarkt.

Anmälan till Kaj Hansson,
0411-179 62, mobil 0706-34 69 45
e-post: kaj.hansson@comhem.se

Kaj Hansson, HLR-planeringsansvarig

Ordföranden har ordet

Vi är PÅ GÅNG igen!

Ja det är KG Leufstedt igen, som skriver ledare i PÅ GÅNG. Känns litet säreget att skriva en ledare igen i denna tidskrift. Första gången var, när jag startade PÅ GÅNG i början på våren 1993. Resan för mig har sedan dess varit lång, gått från lokalföreningen via Länsföreningen i gamla Malmöhus län till Riksförbundet för att åter bli aktiv i Hjärt- och Lung-sjukas förening i Ystad-Sjöbo-Skurup.

Min resa har varit krävande, kunskapsgivande och positiv. Det mest intressanta har varit att jag mött så många idealister och entusiaster. På alla tre nivåerna har det bland aktörerna funnits ett starkt engagemang att leva upp till vår organisations syfte nämligen att arbeta för de hjärt- resp lungsjukas bästa.

Så har det också varit i vår förening under dess 20-åriga verksamhetstid. Föreningen har utvecklats till att bli den största i Region Skåne och en av de största och bästa föreningarna i hela vår organisation.

Jag hoppas kunna syssla mycket med min "gamla kärlek" Hjärt & Lungskolan, som har tappat litet fart under de sista åren men även kunna arbeta

med opinionspåverkan. Denna viktiga kärnverksamhet, opinionspåverkan, är ofta alltför styvmoderligt behandlad i lokalföreningarna ute på fältet.

Den allmänna ekonomiska krisen drabbar de flesta ideella organisationerna hårt. Vår förening har redan drabbats. Under det kommande året krävs inte bara av mig, inte bara av styrelsen, inte bara av Dig utan av oss alla medlemmar i vår stora förening att vi klarar av en stram budget.

Vi höjde medlemsavgiften för 2010 på årsmötet, kanske måste vi höja aktivitetsavgifterna också.

Vi måste banta i den administrativa verksamheten, Vi måste kanske till och med skära i budgeten för tryckningen av det viktiga kommunikationsorganet På Gång.

Vi måste hjälpas åt, antingen vi är funktionärer, städar våra lokaler själva eller delar ut På Gång i våra kommuner.

**VI MÅSTE OCH SKALL
KLARA AV DET.**

**VÄLKOMMEN
att delta i
verksamheten,
KG.**





Hjärt & Lungskolan

Under 2009 kommer vi att bedriva verksamhet i hela Hjärt & Lungskolan.

I Hjärt & Lungskolan ingår Motion

- olika motionsgrupper

Livsstilsgrupper

- samtalsgrupp Nya andetag
- samtalsgrupp Vän med ditt hjärta

Kostcirklar

- anpassade kostvanor

Rökavvänjning

Stresshantering

- ta kontroll över stressen

Föreläsningar

- olika medicinska föreläsningar.

Föreningen ingår i det pågående förändringsarbetet som Riksförbundet arbetar med. Se Riksförbundets hemsida, www.hjart-lung.se

Mer information får Du genom På Gång, Månadsträffen och vår hemsida:

[**www.hjart-lung.se/ystad**](http://www.hjart-lung.se/ystad)

Hjärtligt välkommen till
2009 års Hjärt & Lungskola.

EVA-gruppen

Motionsgrupper

Syftet med motionsverksamheten är att ge regelbunden motion.

Träningsprogrammen är utformade av erfaren sjukgymnast. På så sätt är du alltid i trygga händer.

Vi erbjuder:

Motionsgymnastik

Vattengymnastik

Vattengymnastik för

gruppen KOL-sjuka

KOL- och hjärtsviktsgymnastik

Sittgymnastik

Samtalsgrupper

När sjukhuskontakterna blir allt glesare, börjar frågorna hopa sig samtidigt som det är lätt att känna sig övergiven.

Detta inträffar inte bara när du är ny-sjuk utan är ofta en förekommande känsla Du har då något händer. Våra samtalsgrupper blir ofta en positiv vändpunkt för våra medlemmar.

Vi erbjuder:

Bli vän med ditt hjärta

Nya andetag

Stresshantering



Hjärt & Lungskolan

Rökavvänjning

Att sluta röka är som att skiljas från en kär gammal vän, att sluta i grupp känns lättare.

Tillsammans sporrar och uppmuntrar vi varandra till ett bestående rökstopp.

Ett stopp kan leda till ett längre och friskare liv.

Cirkel erbjudes i Ystad.

Kostcirklar

Anpassade kostvanor är något som de flesta mår bättre av. För våra medlemmar är de extra välgörande.

I våra kostcirklar får Du lära dig att laga mat på rätt sätt i både teori och praktik.

I rätt mängd är alla tillåtna ingredienser okej.

Menyerna komponeras i samverkan med dietister och vid passets slut väntar alltid en smaklig belöning.

Vi kan erbjuda kostcirkel i Ystad och Sjöbo.

Föreläsningar

KOL-dagen onsdagen den 19 november erbjuder vi en medicinsk föreläsning kombinerat med andra aktiviteter. Se annons.

Vi kommer att annonsera i dagstidningarna under "Föreningsmeddelanden" då dessa föreläsningar även är öppna för icke-medlemmar.

Som avslutning av vår Hjärt & Lungskola vill vi informera att alla våra aktivitetsledare har erfarenhet av hjärt- och/eller lung-sjukdomar.

Alla ledare är utbildade i Länsföreningens skola och är HLR-utbildade enligt Svenska HLR-rådets nya riktlinjer från 2007.

Vi samarbetar med ABF.

Vill du prata mer om de olika aktiviteterna är Du välkommen till "Månadsträffen" i föreningslokalen första helgfria måndagen i maj resp september - december mellan kl 14.00-18.00.

Välkomna!

Anmälan genom
vår anmälningsblankett

Övriga cirklar 2009

Fredagsträffen

Tillsammans träffas vi fredagar i föreningslokalen. Varje fredag har ett eget tema. Se under ”Vad händer idag” i Ystads Allehanda och Skånska Dagbladet.

Livet är Ditt

En studiecirkel som utvecklar grundkunskaper om kost och motion, stress och motivation och stimulerar till eget handlande.

Tyska - konversation

Här har du den bästa möjligheten att lära dig prata tyska.

Mobiltelefoni

Det är bra att kunna då det krävs i många sammanhang att jag ska trycka 1 här, 4 där för att komma vidare.

Att hantera mobiltelefon kan vara avgörande i ett akut läge.

SMS är också bra att kunna - att skicka ett kort meddelande.

Ta´ chansen!

Övr aktiviteter 2009

Boule i Ystad och Sjöbo

Erik i Ystad och Birgitta i Sjöbo hälsar såväl nya som gamla medlemmar välkomna till boulebanan. Både Erik och Birgitta säger att detta är en aktivitet som alla kan delta i och i alla väder.

Bowling

Anders Oscarsson har skapat ett härligt bowlinglag.
Plats finns för fler medlemmar.

Stavgång

Stavgång är en motion som kan utövas i grupp eller i egen takt.
Stavgång erbjuds i Ystad och Sjöbo.

Tipspromenader

Tipspromenader fixar Bruno i Ystad och Ingvar i Sjöbo.

”Övriga cirklar” och

”Övriga aktiviteter” ingår inte i Hjärt & Lungskolan.

Intresserad?

Anmäl dig genom
anmälningsblanketten.



Speciella aktiviteter

Månadsträffen

(tid. Öppet Forum)

Alla är välkomna till
Månadsträffen
i föreningslokalen
**första helgfria måndagen i maj
resp september - december
mellan
14.00 och 18.00.**

Vi berättar gärna mer
om föreningen och alla
aktiviteter och svarar på Dina
frågor.

Ibland har vi någon extra aktivitet
– se i Ystads Allehanda och
Skånska Dagbladet under rubriken
”Det händer i dag”
eller på hemsidan.

Välkomna hälsar

Maja och Gull-Britt

KOL-dagen 2009

Torsdagen den 19 november
arrangeras KOL-dagen.

Skriv in i Din kalender.

Preliminärt program.

Vi planerar att få information av
lungläkare, vårdpersonal, politiker
och personer från vår förening.

Vi kommer också att få se exempel
på verksamheter inom vår förening.

Dagen ingen får missa då Du får
chansen att skaffa Dig
kunskap om KOL.

Se dagspressen,
På Gång och
vår hemsida
Välkomna!

EVA-gruppen

Besök vår nya hemsida!

www.hjart-lung.se/ystad

Sjöbosidan

Kostcirkel i Sjöbo

Nu startar vi kostcirkel i Sjöbo igen. Vi startar i september men datum är ännu inte spikat. Som tidigare kommer vi att träffas på Sandbäcksskolan, måndagar mellan kl. 18.30 och 21.00.

Är du intresserad så anmäl dig antingen till kansliet på 0411-730 66 eller ring cirkelledaren Bo Hansson 0416-193 64. Du kan även skicka e-post till Bo på

bo.omma@hotmail.com

Bo och Eva

HLR-utbildning

Kontakta Kaj Hansson, 0411-179 62, för att planera HLR-utbildningen i Sjöbo. Ta upp namn på något kvartalsmöte. Ni bör helst vara min 8 eller max 12 deltagare. Blir ni fler än 12 kommer vi till Sjöbo ännu en gång. Anmälan till expeditionen - 0411-730 66.

Pris 50 kronor för medlemmar och 100 kronor för icke medlemmar.

Anmälan är bindande.

Erland Grauers, HLR-instruktör

17 maj på Christinehof

Vårpromenad på Christinehof och picknick kanske i Brösarps Backar. Samling vid slottet kl 10.30

Medtag picknickkorg, sköna skor och gott humör.

Sjöbogruppern

Gymnastiken i Sjöbo

Gymnastiken slutar 5 maj och startar åter 8 september.

Välkomna hälsar

Birgitta och Lars

Kvartalsmöte 25 augusti vid Björkadammen

Kvartalsmöte hålles 25 augusti kl 17 vid Björkadammen. Medtag picknickkorg och det goda humöret.

Välkomna hälsar

Sjöbogruppern

Kvartalsmöte 1 december

Kvartalsmöte hålles 1 december kl 18.30 på Kärnan i samband med gymnastikavslutning. Vi bjuder på kaffe, glögg och pepparkaka (hjärtformade).

Välkomna hälsar

Sjöbogruppern

Skurupsidan

Gymnastik

Gymnastiken avslutas den 28 maj för våren och startar igen den 1 september och pågår till 17 december.

Siv Lindskog



Gympagruppen Östergårdsskolan

Höstfesten i Skurup

Skurup hade sin höstfest i Folkets Park den 8 oktober med information och stor mannekänguppvisning för både damer och herrar. Därefter gemensam fika med en riktig bamse smörgåstårta. Stort tack till Siv Lindskog med medarbetare och mannekängerna utdelades av Gunnar Lennerheim.

Erland Grauers

Var finns ni? - ni 118 medlemmar i Skivarp/Skurup

Vi som undrar är aktivitetsledarna. Vi skulle gärna se fler deltagare i gymnastikgrupperna.

Vår anpassade gymnastik för hjärt- resp lungsjuka är speciellt viktig. Andningen blir lättare, hjärnan klarare och konditionen bättre.

Kom och prova på
i Skivarp på Mölleskolan
tisdagar kl 17-18 och
i Skurup på Östergårdsskolan
torsdagar kl 17-18.

Här ställs inga krav, inga förkunskaper, ej heller tjusiga ”märkeskläder”. Kom som du är! Du bestämmer takten själv. Och vi har roligt tillsammans.

Aktivitetsledarna i Skivarp och Skurup gm
Siv Lindskog

Bildcollage från höstfesten i Skurup



Hjälp!!!!

Till samtliga medlemmar.

Nu börjar vi i valberedningen vårt strävsamma arbete att finna intresserade medarbetare till styrelsen. Vi är mycket tacksamma om Du känner för att kandidera och på så sätt hjälpa oss i vårt arbete.

Ring valberedarna nedan eller exp, 0411-730 66 (telefonsvar) för vidarebefordran till oss i valberedningen.

På förhand, tack!

Vi i valberedningen

Birgit Engvall, 0705-33 35 74

Maj Svensson, 0411-55 03 39

Arne Andersson, 0411-703 28

Jan Wollin, 0411-164 04

Människor kan indelas i två grupper, en som går före och uträttar något och en som kommer efter och kritiserar.

Seneca

Nya hemsidan

Erland Grauers och Börje Jönsson har fått styrelsens uppdrag att administrera hemsidan. Titta gärna in - det ska komma ny information när den är aktuell. Läs På Gång på hemsidan och mycket annat! Har du läsare något som bör finnas på hemsidan.

Kontakta gärna

Erland Grauers, 0411-55 94 60 eller

Börje Jönsson, 0411-155 04

Anmälan om deltagande i cirklar och gymnastik

Anmälan sker till kansliet via i På Gång bifogade anmälningsblankett eller telefon 0411-730 66.

Detta gör Du för att föreningen ska kunna planera antal deltagare per grupp, antal grupper, antal ledare med ersättare, lokaler mm för att ge så många medlemmar som möjligt tillfälle att delta i våra viktiga verksamheter/aktiviteter.

Tack för Din förståelse.

Styrelsen

Kan Du rädda livet på Din kompis?

Om inte, kan vi utbilda dig

Hjärt- och Lungsjukas Förening

Ystad-Sjöbo-Skurup

0411-730 66.

Hedra minnet av någon nära!

Skänk en minnesgåva till vår förening. De anhöriga får en personlig hälsning från Dig, föreningen får ett välkommet bidrag till våra verksamheter. Tack för Ditt bidrag.

Plusgiro 68 48 03 - 0

Bankgiro 5483-4262

Hjärt- och Lungsjukas Förening
i Ystad-Sjöbo-Skurup

En fri översättning.

Kors was es wimmelt von Segel ida´
Ist es kappsegling? Nein es ist lörda´
Nun weiss ich wohin die pojkar ska´
weil sie frei sind und ledig ida´
Da segelt Kalle mit der Mutze på svaj.
Hej Du da! Wie geht es dir selber?
Heftig sie winken, kom mit om du vill
ja, Du weisst ja wo wir anlegen till.
***Om du kan läsa och förstå texten
är du välkommen till språkcirkeln
”tyska - konversation” som startar
onsdagen den 16 september kl 13.00
i föreningslokalen.***
Bruno Presang

Vill du spela bridge?

Är du intresserad av att spela bridge,
är du välkommen till Göken i Ystad,
varje onsdag klockan 9.00 och vi är
klara till 12.00. Vi spelar för nöjes
skull och ingen är ”världsmästare”
utan allt går lugnt och stilla till. Vill
du ha information ring
Ingvar Donath, 0411-125 55.

**”Hälsa är inte bara frånvaron
av sjukdom utan ett fullständigt
kroppsligt, själsligt och socialt
välbefinnande.” (enligt WHO)**

Lev klimatsmart -

Livet är Ditt

En studiecirkel som utvecklar grund-
kunskaper om kost och
motion, stress och motivation och
som stimulerar till eget handlande för
att förbättra både Din och planeten
Jordens hälsa. Måndagar kl 10.00-
11.30 med start den 14 september.
Välkomna.

Maj Svensson, 0411-55 03 39

Britt-Marie Grauers, 0411-55 94 60

Vincirkel

I höst startar vi en ny vincirkel för
nybörjare. Meningen är att vi ska
informera varandra om ”allt om vin”
- det förutses att några av deltagarna
leder en vinprovning ”från början till
slut” - planering, inköp, föreläsning
och provningsledning. Till din hjälp
finns cirkelledarna. I första hand
söker vi nybörjare och i andra hand
de som inte deltagit de senaste fyra
åren.

Anmäl dig som vanligt via anmäl-
ningsblanketten.

Frågor besvaras av

Sven W Nilsson, 0411-125 58

Erland Grauers, 0411-55 94 60

Vi har nog med tid
bara vi använder den rätt.
Goethe

Ja, se pengar!

Pengar är inte allt! Enligt det gamla ordspråket.

Men de är mycket viktiga för drivan-
det och utvecklandet av en handi-
kapporganisation i storleksordningen
liknande vår.

Vår förening har haft och har en
Hjärt & Lungskola som stöttar och
gläder många.

Vår förening har en omsorgsverk-
samhet i form av våra trivsel- och
resegrupper, som inte finns på många
av Riksförbundets 140 lokalfören-
ingar.

Vår förening har en trivsamt och
flexibel föreningslokal.

Vår förening har ett förnämligt kom-
munikationsorgan i På Gång.

För att driva våra verksamheter till-
sammans med en enkel administra-
tion **KRÄVS DET PENGAR!**

Vi har inte de pengarna och vi får
bara mindre och mindre bidrag från
samhället. Ska styrelsen kunna full-
göra sitt uppdrag ”att hjälpa nuva-
rande och kommande medlemmar” i
deras långsiktiga eftervård, behöver
vi Din hjälp.

Styrelsen har beslutat att fråga Dig
om Du vill hjälpa Dig och oss alla
genom att

KÖPA ETT ELLER FLERA AN- DELSBEVIS.

Andelsbeviset är på nominellt 500
kronor. Andelsbevisen kan lösas in
efter fem år eller om Du så vill efter-
skänkas till föreningen.

**FÖRSÄLJNINGEN AV ANDELS-
BEVIS PÅBÖRJAS 15 MAJ 2009.**
Beslutet taget vid extra styrelsemöte
15 april 2009 § 62.

Pengarna sätter Du in på ett speciellt
konto för detta projekt. Kontot får an-
vändas endast vid likviditetsproblem
som uppstår vid årsskiftet och skall
snarast återställas.

Bankgiro 402-3362

Hjärt & Lung-skolan - vår bästa skola?

Alla **aktivitetsledare**, även de som
inte har någon grupp denna termin,
inbjudes till en analysträff med fika
**tisdagen 26 maj kl. 18.30 i
Surbrunnsparken.**

Anmäl Dig till exp. 0411-730 66
eller e-post **senast 15 maj** och tag
med Dig Dina erfarenheter från
Hjärt & Lungskolan.

KG Leufstedt, rektor

LOTTERI NYTT

För ekonomin i vår förening är inkomster från lotterier viktiga. För tillfället finns tillgång till två permanenta lotterier nämligen **Bingolotto och Sverigelotten.**

Vid extra styrelsemöte gavs lotteri-ansvarige Jan Tellbo i uppdrag att med två ytterligare medlemmar bilda en lotterigrupp för att administrera och utveckla lotteriförsäljningen. En sådan grupp har bildats. Vi behöver kontakt med intresserade medlemmar att hjälpa till med lotteriförsäljningen i samband med olika aktiviteter i Ystad, Sjöbo och Skurup.

Kontakta sammankallande
Jan Tellbo, 0411-73383,
e-post jan.tellbo@telia.com.
mobil: 070-2249943.

Det finns tankar att utveckla denna aktivitet för att stärka föreningens ekonomi, men vi behöver hjälp av medlemmarna att genomföra detta. Bingolottos säljperioder är januari - juni samt augusti - december. Bingolotto sänds varje söndag för närvarande i TV 4 Plus men antagligen i TV 4 till hösten. Vi erbjuder ett prenumerationssystem, som framgår på annan plats i tidningen.

Bingolotten kostar normalt 40 kr och ibland 50 kr. **Varje såld Bingolott**

ger föreningen 10 resp 13 kr.
Dubbelbingolotten kostar 100 kr och ger föreningen 28 kr.

Sverigelotten är en skraplott med direktvinster från 25 kr upp till 3 miljoner direkt på skrapet. **Denna lott kostar 25 kr och ger 7,50 kr till föreningen.**

Bingolottos Julkalender tog snabbt slut förra året - beställ nu för leverans i oktober - november. **Lämplig present till glöggfester och annat i samband med julen. Kalendern kostar 50 kr varav 25 kr till föreningen. 100 kalendrar skulle ge föreningen ett tillskott om 2,500 kr.** **HJÄLP OSS ATT HÅLLA VERKSAMHETERNA I GÅNG**

Föreningen får på detta sätt värdefulla och nödvändiga intäkter till de viktiga verksamheterna och Du har samtidigt vinstmöjligheter!!

Jan Tellbo, lotterigruppen

Lotterierna genererar värdefulla intäkter till verksamheterna medan intäkterna från "andelsbevisen" är ett lån för att klara likviditeten vid årsskiftet. Det ena utesluter inte det andra. Hjälp!

Styrelsen

Musikalresa till Kristianstad

Tidigare år har vi haft operettresor till Kristianstad. I år bjuder de på en musikal på Kristianstads teater. Musikalen heter Oliver och bygger på Charles Dickens klassiker Oliver Twist. Bland de medverkande finns Loffe Carlsson. Det är ett musikalpaket som innehåller plats i dubbelrum, på bordet står mousserande vin. Du får parkettbiljett och en härlig trerätters middag på restaurang Artilleristen. Du kan välja mellan att äta den före eller efter föreställningen. Såsom avslutning får du en välsmakande frukostbuffé. Priset för detta paket är 1 225:-.

(Enkelrumstillägg 175:-.)

Vi försöker att bli en grupp även denna gång. Hotellen är Sirius, som ligger två stenkast från teatern och Tivoliparken och Stadshotellet, Stora Torg ett stenkast från restaurant Artilleristen. Du kan också besöka Filmmuseet vid Stora Torg. Är du intresserad och vill preliminärboka - kontakta

Ingvar Donath, 0411-125 55

Kan Du SMS:a?

Anmäl Dig till cirkeln "Mobiltelefon"! Startar en torsdag i oktober 2009, kl 09.30.

Erland Grauers

Dalarna och Dalhalla 3-6 september 2009

Målet för denna resa är den populära avslutningskonserten med St Petersburgs Academy Orchestra och fyrverkeri i det nu mycket berömda Dalhalla. Gruvbrottet som gjorts om till en imponerande konsertplats med en säregen och fantastisk akustik.

Vi bor på Best Western hotell i Mora och besöker Carl Larssongården i Sundborn, Falu Koppargruva, Zornmuseet och ev Vasaloppsmuseet.

Resan arrangeras av BUSSORESOR och vi har ett begränsat antal platser.

Senaste anmälningsdatum är den 28 maj 2009.

Pris: 3 750 kr/person, nästan all inclusive - se prospektet på expeditionen eller www.bussoresor.se

Om några frågor i övrigt kontakta
Sven W Nilsson 0411-125 58

Människor kan indelas i två grupper, en som går före och uträttar något och en som kommer efter och kritiserar.

Seneca



Ta ställning Du också! Då slipper Dina anhängare göra det. Anmäl Dig till Donationsrådet, socialstyrelsens donationsregister. Då är Du säker på att Din vilja respekteras.

Ring 020-77 11 77

Erland Grauers, Organdonationsansvarig

Rätt lösning av föreningskrysset nr 40



Den först öppnade rätta lösningen av föreningskrysset nr 40 var insänd av

Maj-Britt Dahlberg, Flintåsgatan 69, 271 36 Ystad

Vi gratulerar och sänder en Sverigelott.

Fredagsträffarna.

”Vårterminen” avslutades den 3 april. På programmet stod några kåserier, lite frågesport och gemenskapen.

Vi avslutade med en enkel men välsmakande måltid med kaffe och äppel/vinbärskaka - bakad av Sven W. Tack för den godbiten.

Vi, som har haft det s.k. formella ansvaret, Britt-Marie Grauers och i någon mån undertecknad, vill ta det här tillfället i akt att tacka alla er som tålmodigt deltagit i våra träffar.

Vi vill förstås också skicka ett varmt tack till Eivor och Ingvar Donath, paret som initierade de här fredagsträffarna.

Vi hoppas innerligt på fler deltagare, för jag lovar er att vi har det väldigt trevligt på träffarna som har en lugn, avspänd atmosfär, och av bara farten förbättras vår allmänbildning, och vi utökar vår kulturella, musikaliska, historiska och geografiska horisont. Vi får oss också till livs berättelser om märkliga och intressanta levnadsöden.

Låt oss också nu, med skärpa, påpeka att man, som ryktats, absolut inte behöver framträda framför gruppen. Alla är lika välkomna även om man bara är åhörare!!!

Nu har vi sommarlov och startar igen fredag 11 september kl 14.00.

Rune Petersson, för ”Fredagsträffen”

Nya styrelsen 2009



Ordföranden KG Leufstedt, med från vänster Arne Silfver, Iréne Elme, Birgitta Prahl-Persson, Gull-Britt Nilsson, Maja Kristensson, Ann-Christin Abrahamsson Alm, Nils-Arne Knutsson och Siv Lindskog. Saknas på bilden gör - Anitha Andersson, Jan Tellbo och Kjell Sandberg.

Hjärt & Lungskolan - Samarbete i Fokus!

Sjukvården - Du - Hjärt & Lungskolan.

"Sjukhusets ambition är

att få patienten tillbaka i arbete

att patienten kan känna sig trygg

att beskriva riskfaktorer och etablera motåtgärder

Detta fordrar upplysning, kunskaper och möjlighet till identifikation

Således ett behov av eftervård, som utgår från patientens behov och

Bemötes av någon som delar erfarenheten.

Sjukhusets och eftervårdens ambitioner sammanfaller.

(citat av Gustav Tallroth 1994 i Tyringe)

Besök vår nya hemsida!

www.hjart-lung.se/ystad

Julresa till Huseby

Julmarknaden på Huseby, strax söder om Växjö, har blivit mycket välkänd. Med ett 150-tal hantverkare är det en av Nordens allra största julevenemang. Matbodarna lockar också med bl a ostar, bröd, småländsk brännvinssill, ostkaka m m.

Detta gamla järnbruk från 1629, har ju bl a blivit berömt genom Florence Stephens och Husebyaffären.

På vägen till Huseby får vi en julbuffé på Grimslövs Vårdshus. På eftermiddagen får vi en guidad tur på Huseby.

På hemresan bjuds vi på kaffe.

Researrangör är Bussoresor.

Resdag - fredag 13 november 2009.

Pris - 580 kr.

Anmälan till expeditionen,

0411-730 66, senast 30 september.

Begränsat antal platser.

Program finns på expeditionen eller ring

Sven W Nilsson, 0411-125 58.

Vi har alltid nog med tid bara vi använder den rätt.

Goethe

Julbord i Kristianstad

Vill du äta ett julbord i glada vänners lag kanske detta är en möjlighet. Du får samma hotellpaket som till musi-kalen, men istället för musikal får du äta julbord . Kostnad för detta hotell- och julbordspaket är 885:-, enkelrums-tillägg 175:-. Kristianstad är en shoppingstad med kvällsöppet alla kvällar i december. Det kanske är litet tidigt att bestämma sig nu i vårens vackra tid, men jag vet att man måste vara ute i god tid för att få plats. För ytterligare upplysningar - kontakta

Ingvar Donath, 0411-125 55

**VI
ÄR
EN**

RESURS

Ungdomen varar mycket längre än ungdomar tror.

Comtesse Diane



Vi har genomfört träningar varje torsdag och hcp-tävlingar sista torsdagen i varje månad. Olika vinnare varje gång. Mycket jämna och spännande tävlingar.

Stadskamperna har inte varit lika lyckosamma som förra året - vi har p g a skador och sjukdom förlorat mot PRO i Åhus, HLF Lund och HLF Kristianstad men vann borta mot Österlenföreningen.

Mot Kristianstad spelade vår Gert Göransson en vidunderlig sista serie på 222 poäng varav sex (6) strikar i rad!!! De enda strikarna dessutom på 4 serier. Stort GRATTIS! Och välkommen i 600-klubben! I samma tävling fick Brita Larsson 200 p i tredje serien och nästan 600 p totalt. Grattis Brita!

Bara fyra dagar senare spelar vi mot HLF Österlen i Tomelilla och Gert spelar som en gud - 5 strikar i rad! Förra gången hade han bara 6 strikar totalt på 4 serier men denna gång blev det 16 strikar totalt och 686 poäng. Grattis igen!

Erland Grauers (bowlar hellre än bra men stabilt numera och nästan 600 igen).

Kan Du rädda livet på Din fru/ man/sambo?

**Om inte, kan vi utbilda Dig
på onsdagkvällar.**

**Välkommen med
Din anmälan
till expeditionen.**

Tfn 0411-730 66

Bli HLR-instruktör!

Vi är sex HLR-instruktörer just nu och vi trivs mycket bra och har trevligt och träffar många medlemmar, som inser vikten av att kunna rädda liv. Vi utbildar i stor utsträckning företagens anställda. Det är ett intressant, trivsamt och utvecklande "uppdrag". Vi behöver alltid bli fler instruktörer och söker Dig som tycker om att utbilda. Vi utbildar själva nya instruktörer.

Ny instruktörskurs 2009.

Anmäl Ditt intresse.

Ring expeditionen 0411-730 66

(även telefonsvarare dygnet runt)

Erland Grauers för Hjärt-lungräddarna

Bellmandagen 26 juli

Söndagen den 26 juli är det åter dags för allsångskväll i Småbåtshamnen i Ystad. Huvudpunkten är naturligtvis Bellman, men vi har utökat med Taube och andra visdiktare. Förutom all-sången intager vi och njuter av medhavd förtäring och valfri dryck. Stämningen är mycket hög och vi trivs tillsammans. Förra året fick vi besök av en fyraårig flicka som sjöng "Imse vimse spindel" för oss. Allt kan hända. Vi träffas klockan 17.00. Välkomna.

Vill du veta mera ring

Eivor eller Ingvar Donath 0411-125 55.

Minnesgåva

Du kan visa aktning och deltagande på många sätt när en nära anhörig eller vän går bort. Ett sätt är att stödja verksamheten genom att donera en minnesgåva till Hjärt- och Lungsjukas Förening i Ystad-Sjöbo-Skurup.

Plusgiro 68 48 03-0

Bankgiro 5483-4262

Vi har förtryckta inbetalningskort kan erhållas från vår expedition på Trädgårdsgatan 26 i Ystad.

Vi ombesörjer även

Tack- och minnesadress.

Layout-/datakunnig?

Vem vill göra På Gång?

Kan och vill Du producera vår tidning På Gång? Vi använder dator i produktionen med hjälp av programmen Word, Excel och PageMaker. Skribenterna använder Word och artiklarna överförs sedan till PageMaker för redigering. Tidningen ges ut två gånger per år.

Redaktionen består av en grupp på fyra personer. Du behöver inte nödvändigtvis ha en egen avancerad dator eftersom all utrustning finns på expeditionen.

Ytterligare korrekturläsare behövs också. Ingen av oss är alltid garanterat frisk och därför behöver vi minst en ny kraft till layoutjobbet i PageMaker.

margot.johannesson@tele2.se

Margot Johannesson, 0411-171 98,

Redaktör för På Gång

Du som skriver artiklar på din dator till På Gång ...

Skriv gärna artiklar i angelägna ärenden och skicka e-post till Margot Johannesson och bifoga datafilen (helst Microsoft Word) i e-posten till: margot.johannesson@tele2.se

Detta underlättar jobbet för oss som producerar tidningen. Tack för hjälpen!

Margot Johannesson, redaktör för På Gång

ICD seminarium den 7 nov 2009.

Målgrupp:

ICD-bärare och deras anhöriga.

Mål med seminariet:

öka tryggheten och kunskapen för målgruppen.

Kända problem:

osäkerhet och otrygghet.

Innehåll i seminariet.

Föreläsningar av:

Metronic tillverkar defibrillatorn/hjärtstataren som opereras in.

Teamet som inplanterar defibrillatorerna.

Grupparbete.

Anhöriga träffas.

ICD-bärare träffas.

Inventerar problem och behov.

Redovisar sedan inför en panel av föreläsare.

Hjärt- och Lungsjukas lokalföreningar i SKÅNE.

Utskick till medlemmarna för identifiering av ICD bärare.

Öka kunskapen om ICD-problematiken.

Geografiskt område för information.

USIL- Universitetssjukhuset i Lund, UMAS-

Universitetssjukhuset Malmö

Allmänna Sjukhus , Helsingborgs

lasarett, Ystad Lasarett, Karlskrona

Lasarett.

Finansiering av seminariet. Mycket tydliga idéer finns men dessa kan inte redovisas i skrivande stund.

Ansvarig för projektet: Jan Linné

Ansvarig för genomförandet:

Krister Garin. USIL gruppen.

Arrangör: Hjärt- och Lungsjukas

Länsförening i Skåne län, Malmö.

Sjukvårdens register över ICD-

bärare är konfidentiellt. Vi kan

därför inte skicka direktriaktad

reklam eller information till denna grupp.

Därför ber vi Dig, som är ICD-bärare, att kontakta expeditionen snarast för prospekt och mer information.

KG Leufstedt

Du vet väl

att Du kan läsa På Gång på hemsidan?

Du kan även se Kalendariet, ”sista-minuten-information” och mycket annat på föreningens hemsida

www.hjart-lung.se/ystad

Välkommen på nätet!

Börje och Erland, ansvar för hemsidan

Skribenter - se hit!

Du som har ansvar för att information/artikel ska införas i På Gång och/eller du som vill skriva till/i På Gång - följande gäller:

Sista manusdag till nr 2-2009 är torsdagen 28 september 2009 - På Gång utkommer oktober/november.

Text och ev bild bifogas var för sig - gärna som Word-fil resp högupplöst image-fil. Om redaktionen ska skanna ett foto måste man räkna med en viss försämring mot originalet.

Alster lämnas till kansliet gärna på en Cd-skiva eller helst som "bifogade filer" via e-post till

margot.johannesson@tele2.se

Margot Johannesson, redaktör för På Gång

PS. Vi i redaktionen vet inte alltid vilka artiklar som ska införas eller ibland återinföras. Planerar Du Ditt arbete kan vi undvika förseningar med utgivningen av På Gång.

Redaktionen arbete är stressigt p g a korta ledtider - tryckning, kuvertering och distribution tar ca 14 dagar. Då är det lätt att räkna ut den korta tid redaktionen har till sitt förfogande. Tack för Din medverkan. DS.

”30:2 - mitt på”

Nya riktlinjer - nya HLR-avgifter

De nya riktlinjerna för HLR-utbildning är en bra anledning att fräscha upp Dina kunskaper. De nya rönen och den nya utbildningen skall leda till att fler överlever ett hjärtstopp. Vad ”30:2 - *mitt på*” innebär får Du veta när Du finner Dig till utbildningen.

Anmäl Dig nu!

Avgiften för HLR-utbildningen är numera 50 kr för alla medlemmar och anhöriga. Det beror på ökade kostnader för materiel bl. a.

För privatpersoner (ej medlemmar i HLF) är priset 100 kr.

Billigare livförsäkring finns inte!

Erland Grauers

Hjärt-lungräddningsinstruktörerna

Årsmötet 2009

Den 17 mars hölls årsmöte i Surbrunnsparken, Ystad för Hjärt- och Lungsjukas förening Ystad-Sjöbo-Skurup.

Ordföranden Eva Skoog hälsade de nästan 90 närvarande medlemmarna välkomna och öppnade mötet. Den allt överskuggande frågan på dagordningen var föreningens ekonomi.

Den ekonomiska situationen redogjordes av vice ordf. Torsten Bengtsson.



Minskande tillgångar pga minskande bidrag och ökande kostnader



Torsten visade diagram över ekonomin på overhead. Vi kunde följa de senaste årens utveckling från en bra till en dålig ekonomi. Detta inte minst på grund av att vi förlorat en hel del intäkter som blivit mer eller mindre utlovade då det gällt vår kanslist samt uteblivna intäkter från Region Skåne. De övriga utgifterna har varit kostnadsstegringar som vi ej kunnat förutse. För att i någon mån råda bot på det dystra läget hade det inkommit en motion från Britt-Marie Grauers m.fl. som föreslog höjd medlemsavgift till kronor 200.- för samtliga medlemmar fr.o.m. 2010. Motionen

blev antagen av alla närvarande.

Efter den ekonomiska redovisningen tog revisorerna till orda och föreslog årsmötet att bevilja styrelsen ansvarsfrihet för 2008.

Därefter var det dags att utse ny styrelse för 2009. Några av de tidigare styrelsemedlemmarna hade valt att avgå.

Valberedningens ordförande Birgit Engvall presenterade valberedningens förslag på nya medlemmar. Samtliga valdes enhälligt.

Efter valet tackade den avgående ordföranden Eva Skoog för visat intresse samt avtackade sina avgående medarbetare med en liten gåva och ett vänligt och personligt ord till dem alla.

Själv avtackades hon av vice ordf, Torsten Bengtsson med föreningens minnesgåva och en röd ros.

Avgående ordföranden Eva Skoog överräckte därefter ordförandeklubban till KG Leufstedt som valde att presentera sin nya medlemmar i styrelsen för årsmötet.

Kvällen avslutades i trevlig samvaro med en lättare förtäring. Utanför Parken hade ljudnivån och skratten nått väldigt höga höjder.

Ann-Christin Abrahamsson Alm och Jan Tellbo.

Foto: Erland Grauers

PS. Styrelsens viktigaste poster besattes av:
KG Leufstedt, Ystad,
ordförande
Anitha Andersson, Ystad,
vice ordf
Irene Elme, Skurup,
kassör
Birgitta Prahl-Persson,
Ystad, sekr. DS

Vår avgående ordförande

vill tacka för den fina uppvaktningen på årsmötet och önskar KG och nya styrelsen lycka till. Tack också gamla styrelsen för den fina insats som ni bidragit med.
Vi ses någon gång och jag önskar alla medlemmar en skön vår.
En hälsning från Eva

Avgående funktionärer från vänster Bengt Dragell, kassör, Gunnar Lennerheim, sekr, Margot Johannesson, Karin Andersson, Kerstin Jakobsson, valberedning, Berth Wörman, revisor, Eva Skoog, ordf, Torsten Bengtsson, v ordf.



Nedan. Två glada ungdomar på väg hem i natten - Eivor och Ingvar "fredagsträffen" Donath



Adressat

B

FÖRENING-
BREV

Porto
betalt

Mera bilder från Skurup

