



Föreningen Ystad-Sjöbo-Skurup

HjärtLung



*På Gång nr 1
Våren 2016*



DELAKTIGHET



Det skall vara roligt att åldras! Känner Du det så? Om inte varför? Just nu är vi inne i en glädjens tid. Nu står våren för dörren. En glädjens tid för allt som lever. "Nu vårens vind den boja spränger som länge fängslat berg och dal. Och blåa himlen snart hänger över jordens festesal. Välkomna blomsterrika ängar som grönskar fram ur torva varm. Välkomna ljud

Det ska vara
roligt att åldras

från harposträngar som tysta frusit vid min barm. Mitt öga ler min tanke klarnar och rosor knoppas uti mitt bröst och ingen enda aning varnar, att än gång skall bli va höst. Men vad rör oss fram och tillbaka. Om vi oändligt vill försaka. Vi ock oändligt njuta vill". Och visst mina

Glädje

vänner skall vi njuta och glädjas av livet.

Den tredje tvättlappen handlar om glädje. Glädje förbinder man oftast med det soliga glada ansiktet som avbildas längst upp till vänster, men för mig är det mycket mer. Det är glädjen att

med dessa. Man säger ofta. Jag har inte tid. Jag är väl inte guds bästa barn utan slänger ofta ur mig detta uttryck. Föreningen har i gamla tider haft en grupp som letar upp ensamma och kanske sjuka medlemmar och försöker nu återskapa en sådan som kan besöka dessa, men mina vänner Du kan också göra underverk själv i att

åstadkomma denna glädje.

Låt oss tillsammans försöka få så många som möjligt att liksom många

av oss, vakna med insikten att "Varje dag är en gåva". Låt helst alla uppleva bilden längst upp till höger och inte sitta ensamma.

Torsten Bengtsson

Sörj inte över att Du åldras
Många får inte den chansen

ha någon att dela både sorg och glädje med. Alla människor har inte detta. Tänk efter mina vänner. Vem sitter ensam och har ingen att dela vardagen med. Offra en stund av Din tid . Besök och prata





**Medlemstidning för
Föreningen HjärtLung
Ystad-Sjöbo-Skurup**

Trädgårdsgatan 26, 271 34 Ystad
Telefon 0411-730 66

e-post: info@ystad.hjart-lung.se

Hemsida: www.hjartlungystad.se

Bankgiro 5483-4262

Org. nr. 848000-7304

Ansvarig utgivare: Torsten Bengtsson

Redaktör Torsten Bengtsson

epost: torsten-bengtsson@hotmail.com

[0411-14854](tel:0411-14854)

Utkommer med 4 nummer per år

Styrelse:

ordförande

Irene Winqvist 0411-704 70

v. ordförande

Anitha Andersson 0411-55 53 77

kassör

Rune Mårtensson 0411-441 43

v. kassör

Agne Persson 0411-149 55

sekreterare

Jan Tellbo 0411-733 83

ledamöter

Karin Persson 0411-133 72

Kerstin Dagner 076-8854130

Arne Silfver 0417-212 74

Eva-Liss Göthe 073-989 11 89

ersättare

Lars Hägerhult 0706-446592

Else-Gun Hansson 0411-17962

Kjell Håkansson 0411-17622

revisorer

Sven W. Nilsson 0411-125 58

Erland Grauers 0411-55 94 60

ersättare

Bengt Dagner 070-7617158

Rolf Tenggren 0411-441 64

valberedning

Åke Billing, ordf 0702-16 57 32

ledamöter

Siv Lindskog 0411-425 67

Bengt Dagner 0416-173 74

studieorganisatör

Thommy Skog 0411-301 77

v. studieorganisatör

Jan Tellbo 0411-733 83

Kansliet är öppet

helgfri måndag till torsdag 09.30-13.30

kanslist Birgitta Lundgren

v. sekreterare i styrelsen

Tävling i På Gång

Tävling i På Gång

Förklarande text till bilderna längst ner på Sid 1

Vi kommer att prova i några nummer av På Gång att införa en tävling med ett förstapris bestående av Sverigelotter totalt 100 kronors värde och ett andrapris bestående av Sverigelotter med totalt värde av 50 kronor

Tävlingsbestämmer detta nummer

Ni ser längst ner på sid 1 tre bilder, en från en sommarfager Bollhuspark i Ystad, en av ett hjärta i två händer och en av ett hjärta i snön. Jag önskar att Ni så kort Ni kan, kanske med någon mening beskriver Era tankar om dessa tre bilder med tanke på den artikel om glädje som undertecknad skrivit och som är ovanför angivna bilder.

Tävlingssvaret insänds per post i klistrat kuvert märkt "tävlings svar" till vårt kansli senast den 15 maj 2016 eller epost till undertecknad [torsten-bengtsson @hotmail.com](mailto:torsten-bengtsson@hotmail.com)

Föreningen HjärtLung Trädgårdsgatan 26, 27134 Ystad. Enväldiga domare blir föreningens ordförande och undertecknad. Alla medlemmar får delta utom ordföranden och undertecknad med familjer.

Torsten Bengtsson



Duktiga arrangörer av Alla Hjärtans Dag

Nästa nummer utkommer 15 juni 2016

Manusstopp 15 maj

Inkom med manus i god tid!

Ordföranden informerar

Kära medlemmar!

Naturen börjar vakna till liv och vi med den. Ljuset och värmen lockar oss ut. Vitsipporna på framsidan av vår Verksamhetsplan vill göra just det, locka till skön promenad i naturen. Vår vision är att ge er medlemmar möjlighet till olika aktiviteter, känna gemenskap, bli piggare, helt enkelt uppleva *LIVSKVALITÉ*. Så tack alla aktivitetsledare som är förutsättningen för att vi ska kunna förverkliga vår vision.

På Alla Hjärtans Dag den 14 februari gavs tillfälle till pratglad gemenskap då Karin och Birger Persson samt Maj-Britt Vesanto hade dukat upp med kaffe och hembakta semlor och dekorerat lokalen med vårliga tulpaner och röda hjärtan. Tack för det!

Det var trevligt att så många av er medlemmar kom till Årsmötet. Sjung med Hjärtlung angav tonen i början och ni medlemmar medverkade till fortsatt god stämning.

Välkomna alla nya medlemmar och alla ni som valdes till olika positioner i styrelsen. Jag kan inte nog betona vår uppskattning att ni sätter tid och engagemang till förfogande. Vi har en hel del framför oss som fordrar mångas engagemang.

Jag vill passa på att tacka er som nu slutat som styrelseledamöter: Arne Larsson - tidigare redaktör för På Gång, Gun Lundin-

medlem i Sånggruppen och allmänt aktiv, Birger Persson - mångsysslare som ger HLR lite extra dramatik och svarar för teknik och tält vid olika evenemang. Thommy Skog, studieorganisatör som varit spindeln i nätet för många aktiviteter, ordnat föredrag och hållit i referensgruppen med Ystads Lasarett vilket mynnat ut i att vi nu är med i lasarettets Hjärtskola.

Stort tack också till avgående resegruppen med Ingvar och Eivor Donath, Rune Nissen, Tom Persson och Jan Wollin för väl genomförda resor. Jag hoppas att ni medlemmar hakar på de intressanta resmål som den nyvalda resegruppen Eva-Liss Göthe, Gun Lundin och Rune Nissen presenterar redan här i På Gång.

Åke Billing, mångårig medlem och ett av ankaren i HLR dessutom idégivare till Barn-HLR som blivit vår stora satsning blev välförtjänt utnämnd till Årets Hjärtevän. Våra flitiga försäljare av lotter Kerstin Einbjörn, Siv Lindskog, Arne Silver och Lennart Svensson förärades en ros av Jan Tellbo, lotteriföreståndare och själv värd en eloge för bra försäljning. Vår kanslist Birgitta Lundgren som influensan höll hemma har fått sin ros i efterskott. Fortsätt gärna att köpa lotter, ett välkommet bidrag till föreningen! Mer om Årsmötet i särskild artikel. Närmast i tid av evenemang är Vårfesten den 8 april

i Ystad. I Sjöbo den 24 april är vi med på ett hörn i Lions Familjedag. I Skurup kommer vad vi kallar Medmänsklighetens Dag att äga rum den 21 maj i samband med att vi tillsammans med kommunen inviger Hälsans Stig runt Svaneholmssjön. Mer om nämnda evenemang finns att läsa i denna På Gång och på Hemsidan, kommer även att informeras om per e-post.

Vi har alltså mycket trevligheter att se fram emot i HjärtLung!
Välkomna!

Irène Winqvist
ordförande

P.S. Vitsippsbilden går att ladda ner från Hemsidan.



Vår värdegrund

De medlemmar som drabbats av hjärt- eller lungproblem skall kunna återgå till ett normalt liv och förebygga att på nytt bli drabbade.

De som inte drabbats skall få hjälp att förebygga hjärt- och lungproblem.

Medmänsklighetens dag

Föreningen har planerat och kommer att planera för en stor och viktig händelse under året som vi kallar "Medmänsklighetens dag". Den går av stapeln den 21 maj i det då "vår och sommarfagra Svaneholm." Vad skall då ske? Jo väldigt mycket av medmänsklighet som här redovisas. Som alla vet så har föreningen tillsammans med Skurups kommun och Skurups sparbank arbetat på projektet Hälsans stig och denna skall bland annat invigas denna dag. Pierre Esbjörnsson från Skurups Kommun tillsammans med vår ordförande Irène Winqvist och representant för Skurups sparbank kommer att inviga Hälsans stig. Vad händer i övrigt. Jo väldigt mycket för medmänsklighet.

Föreningen har beslutat att allt utan undantag skall gå till yttre välgörenhet dvs utanför föreningen och pengarna skall gå oavkortat till IM, Individuell Människohjälp. Pengarna bidrar till att barn i slummen i storstaden Guwahati i nordöstra Indien kan gå skolan. IMs samarbetspartner



**INDIVIDUELL
MÄNNISKOHJÄLP
SWEDISH
DEVELOPMENT
PARTNER**

Bethany Sisters driver femton övergångsskolor där barnen, som ofta är inflyttade från landsbygden eller från grannlandet Bangladesh, får möjlighet att stärka sina kunskaper och sitt självförtroende under ett år. Därefter kan de börja i den reguljära skolan och systrarna följer barnen i ytterligare några år för att se till att de inte hoppar av. En representant från IM kommer att berätta mer om projektet. Se också annan artikel om IM.

Vad är det då för pengar som kan komma in. Vi kommer att ta inträde 50 kronor för vuxen, barn fritt och vi kommer att sälja korv och kaffe billigt och sälja vanliga lotter och alla medel som kommer in skall utan undantag gå till detta projekt för nödställda barn som IM presenterar. Vi hoppas naturligtvis på en vacker solig vårdag och att många från hela vår förening och från allmänheten kommer till det vackra Svaneholm. Annonsering kommer att ske

Du som inte kommer eller kanske även om Du kommer sätt in pengar på vårt bankkonto 5483-4262 märk med Ditt namn och IM så kommer kassören att sätta in på rätt konto.

Hur mycket skall Du sätta in? Det bestämmer Du själv. Sätt gärna in vad inträdet kostar 50 kronor eller mer. , Tänk på att Du gör en stor medmänsklig insats.

Vad händer mer? Jo vår eminenta sånggrupp kommer att framföra några lämpliga sånger från sin repertoar. Dessa kommer att blandas mycket kort med ett tal om medmänsklighet och föreningen har utsett mig som är född inte söder om landsvägen men 10 m norr om landsvägen i

Skivarp, inom Skurups kommun, till högtidstalare.

Åsa Bengtsson heter IM s representant och hon kommer att redovisa såväl före som efter hur pengarna används och vilken nytta dom gjort. Medlemmar "Var givmilda i denna behjärtansvärda sak."

Vår värdegrund att hjälpa våra medlemmar tillgodoser vi denna dag genom att inviga Hälsans stig att förevisa och ge upplysning om hur vi kan hjälpa Er och visar naturligtvis också HjärtLungräddning mm.

Medlemmar! reservera denna dag i Svaneholm ,där högtidligheten börjar med invigningstal klockan 1300. Programmet med invigning av Hälsans stig, tal och sånger tar max en timme och sen finns möjligheter för att se på HjärtLungräddning mm och att gå Hälsans stig som går runt Svaneholmssjön mm mm. Fira en festlig dag i medmänsklighetens tjänst. Ta med vänner och bekanta

Torsten Bengtsson



Ordföranden med två nya styrelsemedlemmar, Lars Hägerhult och Else-Gun Hansson

...från Studieorganisatören SO

Studieorganisatören SO informerar

Året som gått

I ett SO-perspektiv har året som gått varit hyggligt, nästan tillfredsställande. Föreningens medlemsantal har ökat något. Utbildning av föreningsfunktionärer och aktivitetsledare har varit lovande, om än inte imponerande. Verksamheten inom Hjärt&Lungskolan har varit bra med ökande antal svettiga medlemmar i flera motionsgrupper. Det har varit hög aktivitet i cirklarna Vän med ditt Hjärta och Kostlära/matlagning. Även övriga cirklar och motionsgrupper har varit väl igång. Två välbesökta föredrag om hjärtproblem och KOL har genomförts framgångsrikt. Sånggruppen har utvecklats väl både till numerär och konstnärlig nivå. Föreningen har under året också fått en stadigvarande representation i Lasarettets Hjärtskola, för att tidigt informera nyblivna hjärtpatienter om de möjligheter föreningen erbjuder till fortsatt rehabilitering efter utskrivning från vården.

Framtiden

Framtiden ska bli ännu bättre men här är några saker att tänka på. Där Du kan hjälpa till. Vi förutsätter att föreningen kommer att värva flera nya medlemmar. Dessa har när de börjar

i föreningen en stark ambition att direkt komma med i flera av de aktiviteter föreningen erbjuder. Här kan vi få problem att komma åt lokal för ytterligare en grupp i hjärtsvikts/KOL-gymnastik och vi har också problem att skaffa ledare för en ny grupp. Dessa problem måste lösas, för att föreningen ska bibehålla sin trovärdighet gentemot nya medlemmar. Hittills har vi för övriga motionsaktiviteter lyckats slussa in nya medlemmar i existerande grupper men även här kan det bli problem. Det gäller särskilt vattengymnastik, där vi aldrig får vara fler än tolv i bassängen. Här måste vi hitta två nya vattengympaledare från Ystad, så att vi slipper be ledare från Skurup och Skivarp att åka till Ystad varje vecka. Flera andra föreningar lovprisar den undergörande Yogan eller Chi-Gongen och har sedan flera år utövande grupper. Vi har trots flera försök inte fått våra medlemmar att nappa på detta budskap, vilket fortfarande återstår. Länsföreningen kommer liksom i fjol att erbjuda ett brett sortiment av kurser. Dessa kommer att annonseras när vi får ett kursschema från länsföreningen. Du som har funderingar på att bli föreningsfunktionär, passa på att utbilda dig i trevligt sällskap med

andra kollegor! Utan Din insats kommer föreningen ha svårt att fullgöra sitt uppdrag. Vi behöver också nya aktivitetsledare som kan rycka in både som reserver och som kan ta sig an nya grupper. Det är i dag plågsamt att stå utan ledare, när nya entusiastiska medlemmar vill ha hjälp.

Här måste Du som medlem vara solidarisk med Dina medlemsbröder och hjälpa honom/henne tillbaka till ett normalt liv. Den chansen har Du ju själv fått en gång. Anmäl Dig till ledarutbildning!

Våra gruppaktiviteter som nu är igång kommer att pågå t.o.m. v 21. Som vanligt finns det utrymme för att lokalt komma överens med gruppledarna om annat slutdatum.

Vi planerar

att ha

ett hjärt- och ett

KOL-föredrag

beroende på tillgång till föreläsare. Föredragen annonseras så snart detaljerna är klara.



Tommy Skog

Resor 2016

KONST OCH VINPROVNING I DANMARK 1 DAG



Efter upphämtning på hemorten fortsätter vi via Öresundsbron till Vennelyst, Köpenhamns äldsta koloniförening från 1892. Här kommer vi att servera förmiddagsfikan från busscaféet i den fantastiska omgivningen intill "haven".

Efter en god frukost kör vi vidare till Humlebaek och Louisiana Museum of Modern Art där konst, natur och arkitektur möts i ett enastående samspel. Museet öppnade år 1958 och bjuder idag på 6-10 utställningar varje år. Louisianas samling består av mer än 3.500 verk med både dansk och internationell konst. I lugn och ro får vi strosa runt och titta på verk av bl a konstnärer som Jean Arp, Max Ernst, Alberto Giacometti, Henry Moore, Pablo Picasso och Andy Warhol.

Därefter åker vi till Bakken och äter en rejäl dansk lunchbuffé på Restaurang Röde Port på Bakken. Buffén innehåller två sorters sill, fiskfilé med remouladsås, fläskstek med rödkål och leverpastej med inlagda grönsaker, ägg, räkor samt ost med mera. Till den goda maten serveras öl/vatten eller ett glas vin om så önskas.

Efter lunchen åker vi vidare till Winetales i Dragør. Vid ankomst blir vi bjudna på en välkomstdrink (lite bubbel) och en presentation av vad de erbjuder. Vidare blir det vinprovning av olika viner och en föreläsning som leds av Winetales. Vi kan handla med oss vin innan hemresan väntar. Efter en fantastisk dag med härliga upplevelser i bagaget tar vi farväl på hemorten igen.

I priset ingår:

- Resa i modern turistbuss
- Bro- & väg-avgifter
- Förmiddagsfika från busscaféet
- Entré till Louisiana Museum of Modern Art, Humlebaek
- Dansk lunchbuffé inkl. öl/vin, vatten & kaffe på Restaurang Röde Port, Bakken
- Vinprovning och föreläsning på Winetales, Dragør

**Med reservation för feltryck och ändringar!*

Hjärt Lung Ystad-Sjöbo-Skurup

Avresa 11 maj 2016

Hållplatser: Ystad, busstorget vid stationen kl: 07:40

Sjöbo Gästis kl: 08:20

Skurup busstation kl: 09:00

Pris: 795: -/person

Minimum 35 personer

Resegruppen...

har checkat in igen. Den består f n av Gun Lundin, Rune Nissen och undertecknad. Liten och naggande god. Av de förslag, jag hade sedan tidigare beslöt vi att, till att börja med, satsa på två endagars resor. Den första har varit min favorit ända sedan jag började fundera på resor; Lousiana på våren. Utställningarna är alltid spännande och den nuvarande, som pågår när vi är där, har fått beröm i alla (3) tidningar jag läst. Bara parken är värd ett besök med sina vackra skulpturer och havet som glittrar fram mot den svenska kusten. Den andra är en resa bland kyrkor på Österlen, som plötsligt blev en slottsresa västerut i stället. En

kyrka finns med bland resmålen, nämligen pilgrimskyrkan Fru Alstad. En liten pärla! Vi hade funderat på att lägga in besök till Genarps kyrka också, men konstaterade att det kan bli mastigt efter 2 slottsvandringar. Jag hoppas att dagen kan bli minnesvärd. Om försommarvädret är gynnsamt, finns det inget som motsäger det. Resan är maximerad till 22 deltagare.

Planeringen för resor till hösten pågår. Det finns ett stort utbud av resor att välja mellan. Ett av de stora problemen är att de flesta resorna har ett antal vinprovningar på programmet. Och, även om jag som mångårig Munsänk tycker

det är OK, så finns det trots allt en del personer, som av olika skäl inte dricker alkohol. Just nu leder en resa till Ahr – med vin – och en till Prag. Vi får återkomma med mer nyheter i nästa nummer av PÅ Gång.

OBS! Resorna bokas på kansliet! Resan till Lousiana bokas senast den 1/4. Slottsresan bokas senast 15/4.

Kansliet epost info info@ystad.hjart-lung.se , tel 0411-73066

Eva-Liss Göthe

Slottsresa fredagen den 3/6 2016



Resan går mellan slotten Jordberga och Torup. På vägen besöker vi också pilgrimskyrkan Fru Alstad och äter lunch på Anderslövs Gästis.

På slottet Jordberga guidar slottsfrun själv, Catherine von Arnold. På Torups slott tas vi om hand av en professionell guide. Båda visningarna tar ungefär 1 timme.

Avresa från Ystad 9.00 vid busstorget, Sjöbo vid Gästis kl 9.30 och Skurup vid busstationen 10.00.

Totalpris/person 650:-. I priser ingår, förutom betalning för slottsvisningarna och bussresan, även lunch med Ramlösa eller lättöl. Det finns 3 lunchalternativ att välja mellan.

IM Individuell Människohjälp

IM, Individuell Människohjälp, är en svensk biståndsorganisation som bekämpar fattigdom och utanförskap. Vår vision är en rättvis och medmänsklig värld. IM grundades 1938 och verkar i dag i Sverige och elva länder världen över. Vi arbetar långsiktigt och stärker människors kraft att själva förbättra sina liv och bidra till samhällsförändring.

Det internationella arbetet är inriktat på människors rätt till utbildning, till god hälsa och att kunna försörja sig. Vi arbetar också för att underlätta för människor att gå ihop för att tillsammans få en starkare röst i samhället. Insatserna sker i nära samarbete med lokala organisationer.

Behov av tandvård?

Som medlem i HjärtLungföreningen Ystad-Sjöbo-Skuruperbjuds Du 15% rabatt hos Ystad Tand & Implantatcenter, Liregatan 2, 271 22 Ystad, tel. 0411-166 på bastandvård. Inga rabatter lämnas på material, konsulterande tandläkare eller estetisk tandvård. Vid beställning av tid uppge vilken förening Du tillhör. Från och med 1 mars 2016 erfordras uppvisande av giltigt medlemskort vilket vårt kansli kanförmedla.

I Sverige handlar insatserna om integration och delaktighet. Vi främjar möten för att människor som kommer till Sverige ska känna sig hjärtligt välkomna och ha möjlighet att ta en aktiv roll i samhället.

Verksamheten är möjlig tack vare det samlade engagemanget hos IMs givare, medlemmar och volontärer. IM har 90-konto och är medlem i Frii, Frivilligorganisationernas Insamlingsråd, som arbetar för etisk insamling. IM är ramorganisation till Sida och en av organisationerna i Radiohjälps insamlingskampanj Världens barn.

Åsa Bengtsson

Kommunikatör

IM Individuell Människohjälp



Bowling är en trevlig sport som kan spelas av alla unga såväl som vi lite äldre – välkomna att prova på. Torsdagar 12,30 i Suxxesshallen i Tomelilla. Några av oss har fått lite sämre status pga ålder och ohälsa. Vi är stadigvarande 16-20 spelare men vi behöver bli fler.

HLF Kristianstad fick nyligen revansch mot oss för förlusten i höstas. Det är ju alltid en tråkig hemresa efter en förlust även om än så liten. Vi har två olika handcaptävlingar varje månad – ena gången partävling och sista torsdagen i månaden en singelhandcaptävling. Däremellan tränar vi men alla spel är underlag för ditt personliga handicap. Tack vare handicapsystemet har alla samma chans att vinna.

Varje år delas statyn "Årets Rookie" ut till den som förbättrats sig mest.

"Årets Rookie 2015" blev undertecknad - mycket överraskande men roligt.

Erland Grauers för Bowlarna.

HLR hjärt-lungräddning

Bara i vårt område finns det ca 60 "registrerade hjärtstartare" i Sveriges Hjärtstartarregister fördelade på ca 40 i Ystad, 10 i Skurup resp Sjöbo med omnejd.

www.hjartstartarregistret.se/

Alla hjärtstartare är inte tillgängliga alltid. Kontrollera gärna när de är tillgängliga!

För att utnyttja en hjärtstartare måste du kunna HLR.

Vid ett *konstaterat hjärtstopp* måste du *alltid* starta med att :

1 ringa 1-1-2 (även om du har tillgång till hjärtstartare)

2 påbörja HLR "30:2 mitt på" inom 1 min och

3 använda hjärtstartaren inom 3 min.

Detta är optimalt men så ser inte verkligheten ut.

Men ju bättre man är i HLR-teknik desto större chans har man att rädda livet på en medmänniska.

VIKTIGT

Anmäl dig omgående till våra HLR-kurser och tänk på att du behöver repetera varje år för att bli en säker och duktig livräddare. Ring Kaj Hansson 0411-179 62, mobil 0706-34 96 45

e-post:

kaj.hansson@comhem.se

Erland Grauers



Årsmötet torsdagen den 25 februari.

Ett femtontal av de till slut 120 anmälda medlemmarna tvingades lämna återbud på grund av den pågående influensan men ordföranden Irène Winqvist kunde ändå hälsa drygt 100 medlemmar välkomna till årsmötet i Surbrunnsparken i Ystad på torsdagskvällen. Vice ordföranden Anitha Andersson genomförde en stämningsfull presentation över de medlemmar som lämnat vår krets under föregående verksamhetsår. Denna avslutades med att Sånggruppen Sjung med HjärtLung framförde "Håll mitt hjärta" musik av Peter Hallström och Lasse Andersson, text av Björn Skifs. Ordföranden introducerade sen sånggruppen Sjung Med HjärtLung som under mer glättiga för-

mer framförde bland annat Det är vi ändå, Låt Hjärtat va me, When you're smiling m fl.

I sina röda nyinköpta scarfsar mötte vår eminenta sånggrupp stort bifall under sitt 20 minuters framförande.

Årsmötet gick vidare enligt plan och noteras kan att ordföranden Irene Winqvist omvaldes. Utsänd verksamhetsberättelse, verksamhetsplan och budget godkändes och revisionsberättelsen godkändes och styrelsen beviljades ansvarsfrihet.

Efter avslutat årsmöte avtackade Ordföranden de personer som avgått ur styrelsen, och avgående resegrupp och sekreteraren tackade våra förtjänstfulla lottförsäljare. Om detta kan Du läsa i artikeln. Ordföranden informerar, Därefter var vi framme vid kvällens clou nämligen tillkännagivande av Årets Hjärtevän.

Det var fjorårets hjärtevän Siv Lindskog som delade ut Pris och Diplom till Åke Billing. Motivering: "Åke Billing har under många år på ett mycket förnämligt sätt arbetat i HjärtLung i olika befattningar. Med en utomordentligt positiv och humoristisk inställning har han verkat helt ideellt med värme, kamratskap och kunnighet för medlemmarnas bästa." Åke fick en av kvällens längsta applåder.

Ordföranden kunde därefter bjuda den hundrahövdade skaran välkomna till bords där den nye krögaren Gästgivare Möller med personal dukade fram landgång med tillbehör.

Torsten Bengtsson





ANIRA kliniken

Ystad har skrivit historia. Och vår förening får ta del av densamma. Anirakliniken har slagit upp sina portar. Ystads första hjärtklinik har öppnats av kardiologen Irina Frick.

Irina är tidigare välkänd av många av oss i vår förening och har verkligen på ett fantastiskt sätt hjälpt många av våra medlemmar med sina hjärtbesvär

Hon har satt upp Kliniken i stora, ljusa och fina lokaler på Aulingatan.

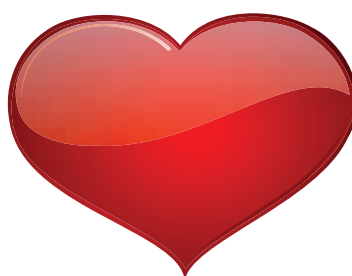
Anirakliniken hade invigning den 29 januari. Jag var inbjuden tillsammans med Göta som har fått otrolig hjälp med sina hjärtsviktsbesvär.

Det är ju en viktig nyhet för HjärtLungs medlemmar att vi har en hjärtklinik med en kardiolog, en hjärtsköterska



och en sekreterare. Kliniken kan göra alla slags undersökningar om hjärtat, utföra EKG, ArbetsEKG, BandspelarEKG, Ultraljud, provtagningar, remisser mm.

Torsten Bengtsson



Välkomna på vårfest

Fredagen den 8 april klockan
1830
i Odd Fellows lokaler
Missunnavägen 5
27152 Ystad

Program

Välkomstdrink

Vårsupè

Öl/vatten

Kaffe

Musik Hampus Hjalmarsson
Bygdemål Gun Lundin

Pris 250 kronor/ person

Ev starkvaror medtages

Anmälan till kansliet

0411-73066

Eller epost

info@ystad.hjart-lung.se

**Samt insättning av 250:-/person
märkt med Vårfesten och namn**

Till bankgiro 5483-4262

Senast den 29 mars

För festkommittén

Karin Persson

PS. Anmäl om Du vill ha
särskild mat DS





Sjöbogruppen orienterar

Vi vill underrätta Er om att vi har dålig uppslutning på vår HjärtLung gymnastik i Sjöbo. Ni får erbjudande om att gå på en för Er anpassad gymnastik, som är bra för både hjärta och lungor (kol). Kom gärna och prova på för att känna hur det fungerar för just Dig. Vi anpassar takten efter vars och ens förmåga. Tycker Du att det är jobbigt tar Du det bara lugnare. Det vore trevligt om vi fick god anslutning. Vi har en mycket trevlig gympaledare Lars Norlin och vi gympar efter medryckande musik.

HjärtLung Ystad Sjöbo Skurup skall medverka på Lions Familjedag i Folkets Park Sjöbo den 24 april kl. 1100-1600. Vi skall visa hjärtlungräddning, både vuxen HLR o barn HLR. Kom gärna och prata med oss. Vi vill gärna ha tips om aktiviteter som Ni tycker skulle vara intressanta. Är Ni intresserade av bowling så spelar vi varje torsdag kl 12.30 i bowlinghallen Tomelilla.

För mer info kontakta oss per tel Gympaledare Lars Norlin 070-8544331

Studieorganisatör Tommy Skog 0411-30177

HjärtLung kansliet 0411-73066
Kommunkontakt Sjöbo Kerstin och Bengt Dagner 070-7617158
Välkomna till våra träffar från hela föreningen

Kerstin och Bengt Dagner

Vårt viktigaste uppdrag är Hjärt & Lungskolan

I Hjärt & Lungskolan ingår Motion

olika motionsgrupper

Livsstilsgrupper

samtalsgrupp

Leva med KOL

samtalsgrupp

Vän med ditt hjärta

Kostcirklar

anpassade kostvanor

Stresshantering

ta kontroll över din stress

Föreläsningar

olika medicinska

föreläsningar

Mer info får du genom

På Gång och vår hemsida:

www.hjartlungystad.se

**Hjärtligt välkommen till
Hjärt & Lungskolan**

EVA-gruppen

EgenVårdsArbetsgruppen



Information från Skurup

Gymnastiken är i full gång både på Mölleskolan i Skivarp och Östergårdsskolan i Skurup. Vi har plats till fler så kom och prova på. Onsdagen den 4 maj anordnar vi tipsrunda runt sjön i Svaneholm. Vi tänder grillen så när frågorna är besvarade finns det tillfälle att grilla korv eller vad som helst. Medtag fikakorg!
Väl mött för lite social samvaro.

Hälsans stig i Skurup är på gång, den kommer att invigas i samband med Medmänsklighetens dag den 21 maj. Mer om detta finns att läsa på annan plats i tidningen.

Sista veckan i maj slutar gymnastiken i Skurup/Skivarp. Därefter börjar vi med promenader varje torsdag i Svaneholm.(Hälsans stig). Vi startar vid parkeringen kl 17.00. Tag med kaffekorg så sitter vi i trädgården och ventilerar veckans händelser efter promenaden. Gymnastiken börjar igen första veckan i september

Siv Lindskog

Kommunkontakt
0411-425 67

För säkerhets Skull!
Lär dig hjärt-lungräddning
med hjärtstartare-demo!



Anmäl dig idag!



Föreningen Ystad-Sjöbo-Skurup
HjärtLung

Trädgårdsgatan 26, 271 34 Ystad
0411-730 66

e-post: info@ystad.hjart-lung.se
www.hjartlungystad.se

INFORMATION LOTTERIET

Tack till alla som köper våra olika lotter. Försäljningen av lotter lämnar ett betydande bidrag till föreningens ekonomi. Vår standard lott är Sverigelotten. Lotten är "ursprungscertifierad" med påtryck **HjärtLung – Ystad-Sjöbo-Skurup**. Den kostar 25 kronor och erbjuder en unik högsta vinst om 25 miljoner kronor, som i sitt nya utförande kan kvitteras ut vid ett och samma tillfälle. Detta är rekord i skraplottsammanhang. Lotten är prisvärd i jämförelse med motsvarande lotter på marknaden. **Vinst på var fjärde lott!**

Dessutom säljer vi Bingolotter även om försäljningen av dessa har minskat. Priset är 50 kronor med dragning vid Bingokvällarna numera åter i TV 4 med Ingvar Oldsberg som programledare. Vi hoppas detta skall bidra till ökat intresse och ökad försäljning.

Vid speciella tillfällen erbjuds lotter för att uppmärksamma exempelvis jubileer hos

arrangören Folkspel. Under förra året kunde vi erbjuda deras jubileumslott med anledning av Sverigelottens 10-års jubileum. Lotten är på tillfälligt besök. Förra året sålde vi 3410 Sverige och jubileumslotter och föreningen har genom denna försäljning i dagarna erhållit en bonus med 2 kronor per lott eller 6820 kronor utöver bidraget per såld lott. Ett varmt tack till våra lottombud, som genom idogt arbete har möjliggjort detta.

Våra lottombud är:

Birgitta Lundgren på kansliet
Tfn: 0411-730 66
E-post: info@ystad.hjart-lung.se

Jan Tellbo
Tfn: 0411-733 83
E-post: jan.tellbo@telia.com

Siv Lindskog
Tfn: 0411-425 67
E-post: siv.lindskog@telia.com

Arne Silfver
Tfn: 0417-212 74
E-post: arnesilfver@telia.com

Känner du för att vara med och sälja lotter för föreningens bästa till din bekantskapskrets eller nätverk kontakta

*Jan Tellbo eller
Birgitta Lundgren,
lotteriansvariga*

Jan Tellbo



Föreningen Ystad-Sjöbo-Skurup

HjärtLung

Post-/besöksadress

Trädgårdsgatan 26, 271 34 Ystad

Telefon 0411-730 66

Bankgiro 5483-4262

E-post info@ystad.hjart-lung.se

Hemsida www.hjartlungystad.se