



Föreningen Ystad-Sjöbo-Skurup

HjärtLung

Nr 3
Hösten 2017

I_nfo P_å G_{ång}



Bild: Börje Jönsson

Ordförande har ordet



Kära medlemmar!



Bild: Börje

Var blev sommaren av?

Nu är sommaren snart slut, egentligen vet jag inte riktigt när den började, om den ens har börjat. I dag söndag den 27 augusti har det åskat och regnat/haglat om vartannat, något som enbart gläder vårt barnbarn Axel som är imponerad av åskan! Men en tröst till oss alla är att vi kan hoppas på bättre utfall nästa år, det är något som vi alla har gemensamt, det är hoppet, låt det aldrig lämna oss!!!

Vid mina vecko besök på kansliet under sommaren så har jag träffat en aktivitetsgrupp där alla väderleks förhållande är acceptabla och det är ”Canastagruppern”, trevligt att se er så engagerade i kortspelets ädla konst, fortsatt med det.

Ystad sjukhus

Under sommaren har det skrivits en hel del om patientsäkerhet och personalproblem på bland annat Ystad Sjukhus, där ord står mot ord. De enda som är nöjda är verksamhetsledarna, detta fenomen känner jag igen från min tid som politiker och det brukar inte få lyckliga lösningar, vi kan enbart försök påverka utifrån för våra medlemmars bästa så att de känner sig tillfreds och trygga. Det är i sådana situationer jag önskar jag var politiker igen?! Kommer det fram ett bra alternativ så får jag kanske tänka om.

Hösten

Höstens aktiviteter börjar redan fredag den 1 september, med styrelsens kräftfest. Planeringen sker på höstens första styrelsemöte den 28 augusti. Det skall bli trevligt.

Lördag en 2 september skall vi delta på ”föreningarnas dag i Ystad Arena där kommunen hoppas på stor uppslutning.

Ett annat beslutat arrangemang för vår del blir den 15 november på Ystad sjukhus. KOL dagen.

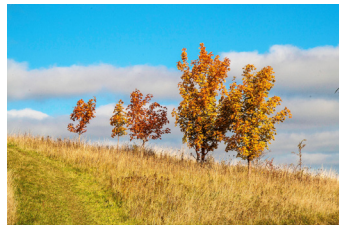


Bild: Börje

Resor

Som många säkert känner till så är resan till Polen inställd pga för lite deltagare. Detta är tyvärr samma signaler som vi får även från andra föreningar. Här är utrymme för nytänkande om vi skall kunna erbjuda ”reseservice” i framtiden för våra medlemmar. Någon form av samarbete mellan olika föreningar behövs troligtvis, här är öppet för idéer.

Slutligen vill jag uppmana alla att delta med nya idéer som kan berika vår föreningsarbete. Det kan vara föredrag, kurser etc

Till sist önskar jag er alla en skön höst.

Hälsningar Ronny

Föreningarnas Dag på Ystad Arena

Vi vann pris 24,528:- att annonsera för i YA under ett år! Hurra – Hurra till oss.

Ett 50 tal föreningar visade upp sig på Föreningarnas dag nu i fredags den 2 september.

Vi deltog med HLR utrustning. Vår övnings docka gjorde att många var intresserade och hade frågor, vilket var meningen. Det var ganska mycket besökare som deltog, enbart deltagande föreningar utgjorde många hundra. Det var ett bra sätt för föreningarna att visa upp sig och sin verksamhet.

Innan avslut på dagen fick vi besök i vår monter bland annat av Radio Active och YA som överlämnade en symbolisk check på 24,528:- att annonsera för i YA, under de kommande 12 månaderna. Ett välkommet bidrag till vår förening. Vi hurrar och tackar alla för priset!

Tjänstgörande i vår monter var Birger Persson, Ronny Nielsen med hjälp under dagen av Agne Persson och flera av våra medlemmar. En mycket trevlig och givande dag!



Bild: Börje

SO informerar

Så är då sommaren över och höstens aktiviteter har börjat.

En sommar som för oss i Skåne har varit den sämsta på många år. Jag hoppas att hösten blir desto bättre med många deltagare i våra gymnastik- och aktivitetsgrupper.

Det är önskvärt att kunna ha en gymnastikgrupp även i Sjöbo. Förslag på ledare för en ev grupp där emotses tacksamt.

Utöver våra gymnastik- och aktivitetsgrupper har vi ett antal sammankomster under hösten.

Vi har två sammankomster med Referensgruppen (21 sept och 11 okt) kallelser kommer.

Den 8 okt genomför vi en informationsträff för nya medlemmar med start kl 1330 i föreningslokalen.

Vi lämnar information om vad vi kan erbjuda samt presenterar kontaktpersoner i Ystad, Sjöbo och Skurup

Alla nya medlemmar kallas personligen via mail eller brev.

Den 15 nov 18.00-20.00 genomförs information om KOL i samarbete med Sjukhuset i Ystad.

17 nov har vi en funktionsledarträff på plats som ännu inte bestämts. Kallelse kommer till berörda.

Slutligen har vi aktivitetsledarträff måndagen den 4 dec kl 1900.

Vi har lagt den här träffen i dec för att kunna redovisa genomförd verksamhet samt göra planering inför vårterminen.

Med tillönskan om en trevlig och givande höst.

Bo Andersson

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.



Föreningen Ystad-Sjöbo-Skurup

HjärtLung

VAD VET DU OM DINA LUNGOR?

Internationella KOL-dagen onsdag den 15 november inbjuder Föreningen HjärtLung Ystad-Sjöbo-Skurup till föreläsning på Lasarettet i Ystad.

Kerstin Andersson, överläkare och specialist i lungmedicin på Lasarettet i Ystad informerar om våra lungor, symptom och behandling av KOL – kronisk, obstruktiv lungsjukdom – vad vi själva kan göra för att undvika att få denna diagnos och försöka minska dess verkningar. Senaste rön inom forskning presenteras.

Efter föreläsningen ges tillfälle att ställa frågor.

Kaffe och kaka serveras.

Lokal: Blå rummet intill matsalen – skyltning från
huvudingången
Ingång även från Krogdammsvägen 6, baksidan av lasarettet

Tid: Onsdag den 15 november kl.18 - 20

Föreläsningen är avgiftsfri.

Anmälan till föreningens kansli senast onsdag den 1 november.

Telefon: 0411-730 66 vardagar kl.9.30-13.30 eller e-postadress:

info@ystad.hjart-lung.se

Arrangemanget är ett samarbete mellan Föreningen HjärtLung Ystad-Sjöbo-Skurup, Lungmottagningen på Lasarettet i Ystad, Region Skåne och ABF.



Bellmandagen i Norra Promenaden med allsång.

Vi fick flytta på vår Bellmandag på grund av allsångsöndag i Norran. Men visst, det gick ju bra den 27 juli också. Vår plats på grönytan mellan restaurangen och kyrkogården tycks ha fallit väl ut.

Börje Jönsson hade tillverkat ett trevligt sånghäfte med lite Bellman, mycket Taube och andra bra allsånger. Vid starten var vi ett 25-tal intresserade och fler fyllde på efterhand. Många från sånggruppen var med och hjälpte till. Ett väldigt tacksamt nytillskott var Ulf Johansson som med sin gitarr var med och tog ton och ackompanjerade.

Vid pausen med fika gjorde årets svenska sommar sig påmind med en nätt skur. Vi tog vår tillflykt till den nära och vackra hängboken, ett naturens paraply, som fungerade alldeles utmärkt. Andra halvan av allsången blev riktigt mysig i denna sal omsluten av grönska.

Sven W Nilsson



Valberedningen.

Eventuella avsägelser skall vara skriftliga
och vara valberedningen tillhanda senast d. 1 november.

Är där någon som har förslag på någon person som vill vara med i styrelsen ,
var vänliga kontakta oss.



Bilder: Börje

Fler bilder finns på hemsidan: www.hjartlungystad.se

Hänt i Skurup

I Skurup har vi varit mycket aktiva under våren och sommaren.

Avslutningen på gymnastiken i Skurup och Skivarp hade vi på Johanna museet, där vi fick grillspett och potatisgratäng, kaffe och kladdkaka. Mycket gott och trevligt.

Vi har också haft kurs i hjärt-lungräddning där de flesta i gymnastikgrupperna var med. Kaj, Rolf och Agne skötte det mycket bra. Även några medlemmar i SPF har genomgått utbildningen.

Tipsrundan i Svaneholm gick ca 35 st på Hälsans stig, njöt av naturen och löste frågorna Efteråt var det korvgrillning.

Varje torsdagkväll från juni till sista veckan i augusti har ca 8-15 pers vandrat i Svaneholm, några har tränat på redskapen. sen avslutar vi rundan med fika i trädgården för social samvaro.

Nationaldagen var vi i Svaneholm och visade upp oss och informerade om vår förening och sålde lotter. Kaj och Rolf visade HLR

På marknaden i Skurup var vi med och sålde lotter och visa upp vår förening och värvade nya medlemmar.

Skördedagen i Stubbarp var vi också engagerade i med HLR och defibrilator visning och så naturligtvis lottförsäljning. Kaj, Rolf, Kerstin och Lennart och undertecknad var där.

Text o bild: Siv Lindskog





Vad har du gjort i sommar?

Vi har spelat Boule!

Måndag och onsdag klockan 14.00 samlas vi, ett blandat gäng damer och herrar vid Boulebanan i Sandskogen vid "Slingan". Det är ingenting alvarligt. När vi efter ca två timmar sätter oss på cyklarna (och bilarna) för att åka hem har man glömt vem som vann.

Några tycker det är trevligare att gå slingan, men dom är alltid tillbaka till fikadags. Då här är många banor finns det plats till fler deltagare. Har du inga klot, går det bra att låna för att prova på.

Vi syns vid banan!



TIPSPROMENAD

Söndagen den 1 oktober kl. 11.00 – 14.00 samling vid Soldattorpet i Ystads sandskog, där vi utgår ifrån. Efter promenaden smakar det gott med en fika, så glöm inte fikakorgen.

Vägbeskrivningen: väg 9 från Ystad genom skogen och sväng till vänster till Soldattorpet.

Vi ser fram emot en härlig höstsöndag i skogen.

Välkomna! *Karin Persson*



Bilder: Börje

Nu har hösten kommit och vi drar i gång med nya HLR utbildningar.

Vill ni boka tider så gå in på hemsidan alternativt hör av er till Birgitta på kansliet. Hoppas att vi ses.

Vi söker även nya instruktörer så känner du dig manad så tveka inte att höra av dig.

Här är 5 enkla tips att minska risken för hjärtinfarkt eller att insjukna igen.

1. Att sluta röka och vara nikotinfri.
2. Helst motionera 30 minuter om dagen exempelvis gå snabba promenader. Ta trapporna i stället för hissen.
3. Äta hälsosamt och mycket frukt och grönt.
4. Undvika negativ stress och var glad och se allt från den ljusa sidan.
5. Ha en god tandhälsa.

Det är aldrig för sent.

Skulle du drabbas eller någon i din närhet.

Ring 112

Påbörja hjärtlung räddning

30-2 mitt på

Invänta ambulans



Årets Hjärtevän

Glöm inte att nominera årets Hjärtevän!

Detta kan vara en mycket betydelsefull sak för en kamrat som har gjort mycket och lagt ner mycket för oss medlemmar.

Skicka Ditt förslag till kansliet. Ange namn och adress på den Du nominerar. Och ange Ditt eget namn. Märk "Årets Hjärtevän". Skicka in senast den 31 december.



Rapport från kräftfesten den 1 september!

Trots den korta praktiska framförhållningen, där jag bland annat skulle kontrollera var de bästa kräftorna fanns och om de skulle vara djupfrysta, vacuum förpackade eller färska, så blev det till slut de vacuum förpackade som vann, medel- stora och röda och granna! Allt hans med utan problem. Vi hade också kommit fram till ca 10 kräftor per deltagare och så fick det bli, 160 kräftor i två stora plastkassar inköptes. Även franska ostar och gott bröd fanns på menyn. Dricka hade var och en själv med.



Vi var några som dukade sent på eftermiddagen och förberedde kräftorna. Sångerna sjöngs med glädje, alla på listan, och det var egentligen enbart en som vi hade lite svårt för, det var den med Albert Engström, men det löste sig till sist. Allt avslutades med kaffe, god kaka och avec. Ridån för vår kräftfest gick runt 22 och jag uppfattade det som en mycket lyckad kväll som flera gärna vill återuppta nästa år. Tack till er som hjälpte till. Karins kaka borde alla få smaka. Birger dukade som en riktig hovmästare. Tack alla, inte minst till er närvarande som gjorde kvällen så trevlig! Roligt också att ni tyckte om min besk!

Kräftgeneralen Ronny



Bild: Ronny

Avtackning av gymnastikledare

Skurups och Skivarps gymnastiksmedlemmar vill framföra ett tack till ledarna Siv Lindskog och Bertil Thomassen för en trevlig våravslutningsfest på Johanna museet. Det bjöds på tilltugg, kaffe, kaka och ett glatt humör.

Text o bild: Ingrid Svärd



Lucia

Föreningen firar Lucia sedvanligt onsdagen den 13 december. Samling klockan 1430. Anmäl till kansliet senast den 10 december. Vi bjuder på kaffe, lussekatt och pepparkaka men till självkostnadspris 20 kronor. Programmet fastställs senare och meddelas på Hemsidan och i utskick per epost.

Torsten Bengtsson

Sjöbo tomtemuseum 10 december !

Möt upp i Sjöbo tomtemuseum den 10 december. Ett museum med god plats och fin parkering. Helt handikappanpassat. Otroliga tomtesamlingar. Vår Sjöbogrupp deltar med att visa vad föreningen kan bjuda på. Klockan 1300 blir det Luciatåg och därefter är vår sånggrupp engagerad, av tomtemuséet, med sina julsånger mm

Vi ses där Torsten Bengtsson





Föreningen Ystad-Sjöbo-Skurup

HjärtLung

Styrelse

ordförande, ansvarig utgivare	Ronny Nielsen	070 840 09 75
vise ordförande	Anitha Andersson	0411-55 53 77
kassör	Rune Mårtensson	0411-441 43
sekreterare	Eva-Liss Göthe	073 984 11 89
ledamöter	Agne Persson	0411-149 55
	Kerstin Dagner	076 885 41 30
	Arne Silfver	0417-212 74

ersättare

v.sekreterare	Lars Hägerhult	070 644 65 92
	Else-Gun Hansson	0411-179 62
	Christina Nilsson	070 562 74 34

Revisorer

	Erland Grauers	0411-55 94 60
	Sven W. Nilsson	0411-125 58
ersättare	Bengt Dagner	070 761 71 58
	Rolf Tenggren	0411-441 64

Valberedning

ordförande	Siv Lindskog	0411-425 67
ledamöter	Bengt Dagner	070 761 71 58
	Torsten Bengtsson	072 973 23 75
ersättare	Irène Winqvist	070 958 00 80

Studieorganisatör

Bo Andersson	070 540 64 68
--------------	---------------

Kansliet 0411-730 66

är öppet

helgfri måndag - torsdag 9.30 - 13.30

kanslist Birgitta Lundgren

Adressat

B

Porto
Betalt

Vad händer i föreningen?

1 oktober	Tipspromenad.....	se sid. 10
8 oktober	Nya medlemmar.....	inbjudan kommer
15 november	Internationella KOL-dagen.....	se sid. 5
10 december	Sjöbo totemuseum.....	se sid. 14
13 december	Luciafirande i föreningslokalen.....	se sid. 14

Nästa nummer utkommer 10 december 2017
Manusstopp 10 november

Senaste informationen finns på hemsidan
www.hjartlungystad.se



Föreningen Ystad-Sjöbo-Skurup

HjärtLung

Trädgårdsgatan 26, 271 34 Ystad

Telefon 0411-730 66
info@ystad.hjart-lung.se

Bankgiro 5483-4262
Org.nummer 848000-7304