Medlemsbladet 4

VIKING RIKSFÖRENINGEN FÖR HJÄRT- LUNGTRANSPLANTERADE 2015

VIKING

Jag tar ställning!
Donationsveckan 2015

Under Donationsveckan i år var Viking representerad på ett flertal platser.

Med gemensamma krafter gick Viking, företrädd av Lisbeth Roos, tillsammans med Hjärt-Lungföreningen Landskrona ut och informerade om organdonation.

Det blev några trevliga och händelserika dagar på COOP i Landskrona.

Nedan syns Birgitta Olsson tillsammans med anestesisjuksköterskorna Eva Gustafsson och Erica Svensson på Växjö Lasarett.

David Lindström på plats i Linköping inför matchen LFC – Eskilstuna och delade ut donationskort, bl. a. till några av spelarna i Linköpings FC.

INNEHÅLL SID

- Jennys ledare: En höst med många arrangemang 2
- Vikings senaste tillskott – Matgruppen! 2
- Annons: Skånemontage 2
- Ungdomsträff 18 – 20 september, Göteborg 3
- Vikingträff i Göteborg, Linköping, Malmö och Stockholm 26 sept. 4
- Föreläsning Anders Svensson, pilot och läkare 5
- Annons: Stockholms Spårvägar 5
- Organdonation i våra nordiska länder 6
- Donationsutredningen 6 – 7
- Anmäl dig till Vikings årsmöte 2016 på ett eller annat sätt! 7
- Kallelse till och information om Vikings årsmöte 2016 8
- Vikings Stödfond / Minnesfond 8
- Skicka in din artikel, notis eller berättelse till oss 8

VIKING

Kansli:
Viking - Riksföreningen för Hjärt- Lungtransplanterade
c/o Länsföreningen HjärtLung Stockholm
Mejerivägen 4, 2 tr., 117 43 Stockholm
Telefon: 08-668 32 25, Bankgiro: 420-6017
Org.nr: 828000-7777
E-post: info@viking.hjart-lung.se
Internet: www.hjart-lung.se/viking

Redaktion:
Ansvarig utgivare: Jenny Björk
Redaktör: David Lindström, tel 070-234 46 34
E-post: folkmusikdavid@gmail.com
Redigerare: Bruno Eriksson
Tryck: Etiprint AB, Kungsbacka

En höst med många arrangemang

Ungdomshelg, nätverksträffar, donationsveckan samt styrelsemöten. Höstens olika arrangemang har avlöst varandra. Dessutom har Viking varit representerad på flera olika möten både i vårt avlånga land och i Norden.

Tyvärr har vi haft medlemmar som inte betalt sin medlemsavgift under en längre tid. Detta har inneburit att vi fått avregistrera en del medlemmar. Vi tycker det är väldigt tråkigt, men det är nödvändigt. Medlemsregistret är nu nästan helt uppdaterat, men det har tagit sin lilla tid.

Årsmötet är planerat och bokat till mars månad. Mer detaljer som program och anmälan finner ni på sidorna 7 och 8.

Den 30/7 var donationsutredningen som Anders Milton har lett å regeringens vägnar klar. Tillsammans med olika patientföreningar som har med transplantation att göra försöker vi göra våra röster hörda, så att arbetet fortskrider i de olika departementen som har fått remisshanteringen.

Vi vill påminna att Vikings webbplats uppdateras fortlöpande. Där läggs information ut om olika Vikingträffar, så är man regelbundet inne missar man inget. Bildgalleri, Min historia och Nätverkträffar är några av de olika flikar som finns/kommer att finnas när vi är klara med arbetet. Vi vill att ”hemsidan” ska vara levande.

Något som vi skulle vilja ha hjälp med från er medlemmar är uppdateringen av mejllistan. Alla har inte e-post – och det är helt ok – men ni som använder sådan får jättegärna meddela styrelsen när ni byter e-postadress. Detta för att vi fort kan behöva sprida information, t. ex. om en nära förestående nätverksträff, men även kunna ge eventuella påminnelser om medlemsavgiften, utan att Viking drar på sig en extra portokostnad.

Viking har tre olika facebooksidor som vi är ansvariga för. En för alla (transplanterad, anhörig, ja alla), en för endast betalande transplanterade Vikingar och en för ungdomar upp till 25 år. Här vet vi vilka som är med och som kan läsa det som skrivs. Vi vill att alla som skriver ska

Foto: Viking, arkivbild

känna sig trygga. Alla andra sidor har Viking inget att göra med.

Hösten har kommit med stormsteg och vintern är i antågande. I och med det står julen snart för dörren. Vi i styrelsen vill önska er alla en fin jul- och nyårshelg.

Jag vill passa på att skicka ett stort tack till var och en av er som på ett eller annat sätt gör något för Viking runt om i landet.

Tack till er alla och
God Jul och Gott Nytt År

Jenny Björk, Vikings ordförande

Vikings senaste tillskott – Matgruppen!

Intresset och diskussionerna kring vad man bör äta och inte tar aldrig slut. Främst för att alla hela tiden vill och måste äta, samtidigt som olika regler från dietister gör att man aldrig känner sig säker på att man ”gör rätt”.

I den nybildade gruppen är vi fem kvinnor: Sanna, Linda, Petra, Jenny och Kerstin med en gemensam målsättning, att få fram enhetliga råd och regler för kost oavsett vilken klinik man har kontakt med.

Man måste kunna älska mat och äta gott utan att känna oro trots att man är transplanterad.

Vårt arbete har precis börjat och vi har gjort en inventering av de råd som ges i Göteborg, Lund och Linköping och börjat lista de frågor vi själva tycker är högst prioriterade. Vi fortsätter arbetet och återkommer med slutsatser i medlemsbladet eller under årsmötet.

Du som är intresserad och vill komma med i gruppen är välkommen att höra av dig till Jenny Björk eller mig!
info@viking.hjart-lung.se

/Kerstin Braxell

Annons:

skåne montage AB
akustik och ljudmiljö
Vi stödjer Viking

Ungdomsträff 18 – 20 september, Göteborg

Fredagseftermiddag och ungdomarna börjar närma sig Göteborg. Ungdomshelgen är snart i gång. Vi blir inte många denna helg men humöret är på topp hos oss alla.

Vi träffas på hotellet där vi tar en baguette och något att dricka. Vi presenterar oss för varandra. Sundsvall, Tollarp, Linköping och Kungshamn, ja det är vilt skilda platser ungdomarna kommer ifrån.

Övre åldersgränsen för denna helg är 25 år så lite olika åldrar är det också. Efter en stund tar vi bussen in mot Bergakungen, ett biopalats i Göteborg där vi ägnar större delen av kvällen med filmtittande. Buss tillbaka till hotellet och lite enkelt att äta. Prat och diskussioner är det gott om både på dit- och tillbakaresan. Alla möjliga frågor och ämnen kom upp och alla fick säga sitt.

Efter frukost på lördagen sitter ungdomarna och pratar själva om saker som berör dom. Ytterligare en ledare kommer och vi tar nu bilarna till Liseberg.

Entré och åkpass till ungdomarna så nu skall det åkas av bara den. Efter ett tag går vi iväg och äter lunch vilket är skönt då det är köer och några är trötta i fötterna. Men efter en ordentlig lunch så är det på't igen, och hela eftermiddagen och fram på tidig kväll är det åkning av de mest skräckinjagande attraktionerna, själv glad att jag är fotografen för kvällen. Trötta, hungriga men väldigt glada ger vi oss iväg för att äta middag. Restaurangen har det mesta men pizza går ju alltid hem så det blev det för de flesta. Mätta och belåtna går färden tillbaka mot hotellet. Sömnen är inte långt borta och det är god natt och alla kryper till kojs.

Lite sovmorgon är inbokat så frukosten är lite senare. Några vill åka hemåt tidigt då dom har lång väg hem. Vi är några som blir sittande och pratar. Det är många funderingar kring olika frågor efter transplantationen även om det har gått några år. Vissa frågor är "tyngre" än andra och då känns det så bra att kunna ventilera dessa med jämnåriga.

Som ledare för helgen tycker jag att det har varit givande att få vara med i en del av alla samtal och lyssna på de olika funderingar och tankar som kom upp.

Jag hade förmånen att få prata med ungdomarna på tu man hand under lördagen då vi var på Liseberg. På så sätt vet jag vad vi i styrelsen ska tänka på nästa gång vi ordnar en ungdomsträff.

– Tack för en trevlig helg, vänner!

Sammanfattat av Jenny Björk

Vikingträff i Göteborg, Linköping, Malmö och Stockholm 26 september

Lördagen den 26 september hölls vikingträffar på fyra platser runt om i landet samtidigt. Syftet var att informera om kommande EHLTG (se faktarutan, nedan). Ordföranden Jenny Björk gav denna, som via länk från Göteborg kunde tas emot i Linköping, Malmö och Stockholm. Efteråt spelades det boule, som är en av grenarna i EHLTG.

Varmt välkomnande får vi av killen på Boulebaren i **Göteborg**. Med ett stort leende säger han: ”Det är väl ni som ska ha möte nu, först?”. Han visar oss var vi kan sitta och säger vidare: ”Ta kaffe, om ni vill ha!”.
Uppkoppling och vips så hör vi att David, Lisa och Nirlep är med oss. En sådan härlig känsla att ha samlat en stor grupp, utspridd på olika platsen. I Göteborg var vi tre personer som skulle lyssna, och jag som skulle ge informationen om EHLTG nästa år.
Det kändes konstigt att prata för så många utan att kunna se någon. Jag hoppas att det hördes bra och att alla fick lite peppning inför nästa år. För dem som varit med förr på spelen, och för den det blir för första gången. Roligt att det är både medlemmar och icke medlemmar som

hänger med på de olika aktiviteter vi har. Efter en utsökt brunch gav vi oss på boulen. Så himla roligt vi hade! Tekniken hann jag kanhända inte fullända innan kvällen var till ända. Men vad gör väl det, när man har roligt?!

/Jenny Björk

Det var en strålande vacker höstdag i **Linköping**, när några av oss vikingar träffades hemma hos David och Nancy och deras lilla dotter för att lyssna på Jenny Björk som berättade om EHLTG, som hålls i Finland nästa år.
Efteråt gick vi ut i solen för att spela lite boule i en park i närheten av Davids hem.
Två av oss hade spelat förut och två av oss hade inte spelat det så mycket. Det var jätteroligt och under tiden fick vi underhållning av ett band som bjöd på musik och av några personer som gav en teaterföreställning.
Strax därpå gick en av våra gemensamma läkare förbi på sin motionsrunda och blev nog lite häpen över att få se oss där tillsammans.
När vi kom tillbaka till Davids lägenhet hade Nancy lagat och dukat upp en jättegod asiatisk buffé åt oss. Till efterrätt fick vi en lika god Tiramisu.
Tack, David och Nancy, för att vi fick komma hem till er och för den goda maten!

/Cecilia Johansson Smith

Vi var tolv vikingar till höstmötet på Boulebaren i **Malmö**.
Den inryms i ett gammalt militärt ridhus, som numera är smakfullt renoverat för att erbjuda mat, dryck och boulespel. Mötets huvudpunkt var ordföranden Jenny Björk med nyttig information om nästa års EM-tävlingar i Finland.

Foto: Stockholms glada boule-spelare

Hos de närvarande fanns ett stort intresse för eget deltagande, och de som tidigare varit med på EM eller VM delade med sig av sina erfarenheter.
Efter mötets slut avnjöts en god brunchbuffé, varefter det spelades boule på de utmärkta banorna. Efter några timmars samvaro inomhus, avslutades träffen ute i höstsolen på den gamla kaserngården.

/Lisbeth Roos

EHLTG = European Heart and Lung Transplant Games går av stapeln i Vaanta, Finland 11-16 Juli 2016. Det kommer tävlas i grenarna badminton, bordtennis, boule, bowling, cykling, friidrott, golf, innebandy, löpning, simning, tennis och volleyboll. Spelen kommer att samarrangeras med European Transplant & Dialysis Sport Championships. Arrangemanget beräknas locka 500-700 atleter och 100-300 supporters. Info om hur du anmäler dig kommer i nästa nummer av medlemsbladet. Läs mer om EHLTG på Vikings webbplats.

Föreläsning Anders Svensson, pilot och läkare

Piloten och läkaren Anders Svensson var inbjuden till årets årsmöte för att föreläsa kring transport av organ och patienter med flyg.

Anders som själv började flyga vid Chalmers flygklubb 1968 inledde sitt anförande genom att berätta lite om flygets historia från bröderna Wright till dags datum. Det han kunde konstatera är att flyget har under åren utvecklats till det säkraste av alla transportsätt.

Under sin tid som pilot med många uppdrag inom ambulansflyget var han med om de allra första transporterna av organ inom Sverige. Redan 1990 flög han ett hjärta från Bromma flygplats i Stockholm till Säve flygplats i Göteborg. Det han mindes bäst från denna händelse var den goda support som han fick av dåvarande luftfartsmyndigheterna, vad gäller ett snabbt erhållet färdtillstånd och prioritet i luftrummet.

Det som dock var sämre organiserat den första tiden var koordineringen av transport av patienter inför transplantation. Ofta fick piloterna själva ledsaga patienten genom flygplatsen, för att därefter sticka 400 kr i näven på första bästa taxichaufför och få denne att köra till rätt sjukhus. Med införandet av transplantationskoordinatorer kom detta att organiseras betydligt smidigare och bättre.

Generellt innebär ett ambulansflyguppdrag en ökad stress där tidspressen har en betydande inverkan. Att i detta läge få hjälp med praktisk planering av en transplantationskoordinator är mycket värdefullt. Trots att flyget är mycket säkert förekommer det faror som måste beaktas och hanteras.

En av de faktorer som påverkar en flygning mest är vädret. I detta ingår blixt, hagel, turbulens, vertikalvindar, kyla och snö, isbildning. Av dessa anses åska som mest besvärligt då åskmoln innehåller mycket energi. Det är mycket svårt att flyga över åskmoln och lösningen på detta problem är att flyga runt molnen.

Inom flyget ingår förutom själva flygningen även att hantera all logistik runt omkring. Det skall ordnas med färdtillstånd, slottider och andra handlingar. Hänsyn måste tas till flygplatsernas öppettider och hur dessa är utrustade med exempelvis landningshjälpmedel. Vidare måste planen tankas med tillräckligt mycket bränsle för att klara både uppdraget i sig och eventuella oförutsedda händelser där landning på alternativ flygplats ingår.

Piloterna måste även vara tillräckligt utvilade. Anders berättade ett antal anekdoter kring flygningar till Ryssland. I dessa ingick regelrätta mutor för att få tillstånd att flyga över huvud taget.

Anders avslutade sin föreläsning med att berätta om en händelse då han flög till Malmö/Sturup med en patient för en hjärttransplantation. Detta var år 1993 och vädret var mycket besvärligt med stormvindar över Östersjön. Anders gick bak i planet till patienten för att beklaga den mycket skumpiga färden med orden:

”– Jag är ledsen för den oroliga resan och jag hoppas att du inte får hjärtat i halsgropen”, varpå patienten svarar: ”– Det gör ingenting, jag får nämligen ett nytt om några timmar”.

Referat: David Lindström

Annons:

Organdonation i våra nordiska länder

Den 7 oktober hölls ett seminarium på Hanaholmen i Helsingfors under namnet ”Promoting organ donation in the Nordic countries”.

Arrangemanget är ett samarbete mellan the Swedish-Finnish Cultural Centre, Social- och hälsovårdsministeriet (Finland), Socialstyrelsen och Mer organdonation, MOD (Sverige). Danmark och Norge var givetvis också involverande i seminariet.

Det är första gången det ordnas något sådant för våra fyra nordiska länder. Diverse personer som har med transplantation att göra var inbjudna. Där möttes, alltifrån ordföranden i Scandiatransplant, läkare, koordintorer , parlaments- och riksdagsledamöter till representanter för olika patientföreningar, för att diskutera sakfrågorna. Jag var där för att företräda Viking som patientförening.

Arrangemanget började med **fem** trettio minuter långa föreläsningar.

Först ut var professor **Krister Höckerstedt**, ordförande i **det nordiska samarbetsorganet Scandiatransplant**. Han berättade lite om dess arbete och vad som kan bli bättre om vi hjälps åt.

Jaakko Yrjo-Koskinen, medicinalråd vid **Social- och hälsovårdsministeriet i Finland**, följde därefter. Han gav lite allmän information om hur det ser ut samt visade lite statistik.

Den 30 september överlämnades till regeringen slutrapporten på **Utredningen om donations- och transplantations-frågor** av utredaren **Anders Milton**. Han var näste talare på programmet och berörde valda delar ur sin digra rapport.

Norska Stiftelsen Organdonasjons ordförande **Gisle Nødtvedt** gav oss därefter lite statistik på hur det sett ut i Norge fram till idag, och

Björn Ursin Knudsen vid **Sundhetsstyrelsen i Danmark** gav oss lite statistik och information därifrån.

Efter dessa talare blev det diskussioner kring borden om det vi hört från våra olika länder och alla ”bord” fick var sina två frågor att arbeta utifrån. Därefter redovisades i stora drag vad respektive bord pratat om. Dock hann inte alla prata så mycket.

Efter lunch var det dags att gå till de olika grupprum som vi disponerade för eftermiddagens aktiviteter. Jag valde ämnet ”Hur promotar vi organdonations-frågan till allmänheten”. Vi började med att presentera oss för varandra, vilken yrkesroll eller position vi i rummet hade.

Den som förde ordet för vår grupp var **Troels Normann Mathisen, ansvarig för kommunikationen i Norska Stiftelsen Organdonasjon**. Troels visade bilder på hur deras kampanjer sett ut under åren och hur de jobbar.

Sedan blev det diskussioner hur vi gör i Sverige och där berättade **Peter Carstedt** från **MOD** om dess pågående kampanj (under Donationsveckan 2015).

Petri Koskinen från Finland, som är en av de som är ansvariga för **promotion av organdonations-frågan**, berättade hur det fungerar i Finland. Han visade även hur deras webbplats ser ut.

Så intressant att se och höra hur vi alla arbetar i denna fråga. Samtidigt har vi så mycket vi kan lära och dela med oss av till våra grannländer.

Vi bestämde att vi skulle ha någon typ av kontakt för att kunna dela med oss av våra erfarenheter när en ny kampanj är på gång, så vi kan hjälpa varandra. Förhoppningsvis är detta ett återkommande arrange-mang, kanske rentav redan till nästa år och därefter vartannat år.

/Jenny Björk

Donationsutredningen

Organdonation – en livsviktig verksamhet

Utredningen om donations- och transplantationsfrågor (S 2013:04) överlämnade sitt betänkande till sjukvårdsminister Gabriel Wikström onsdagen den 30 september kl. 11 00.

Bakgrunden till utredningens uppdrag

I Sverige är vi internationellt sett duktiga på att ta tillvara organ från människor som donerat. Däremot är vi inte lika duktiga på att tillvarata människors donationsvilja. Svenskarnas vilja att donera organ är högst i Europa. Omkring 80 procent vill donera organ efter döden. Genomsnittet i Europa är 55 procent. Men andelen personer som faktiskt får donerade organ är lägre i Sverige än i de flesta andra europeiska länder. I Sverige har vi årligen cirka 15 organdonatorer per miljoner invånare. Det är under genomsnittet i Europa. Spanien, med Europas högsta donationsfrekvens, har varje år cirka 35 organdonationer per miljoner invånare.

Utredningens uppdrag är att se över bl. a. lagregler, organisation och arbetssätt i sjukvården samt informationen till allmänheten och sjukvårdspersonalen. Det övergripande syftet är att fler människor som vill donera organ också ska kunna få göra det. Uppdraget i sin helhet framgår av utredningens direktiv.

Utredningens förslag:

Nya lagregler

Utredningen föreslår nya lagregler i transplantationslagen. De viktigaste innebär att:

- Det ska vara tillåtet att utreda en persons donationsvilja vid vård i livets slutskede. Det kan ske genom att sjukvårdspersonalen talar med anhöriga och kontrollerar i Donationsregistret, där allmänheten kan anmäla om man vill, eller inte vill, donera organ.
- Om det finns en positiv donationsvilja ska det också vara tillåtet att, förutom palliativ behandling, ge viss behandling som säkerställer att patientens önskan att donera kan uppfyllas. Om patienten inte vill donera fortsätter vården med enbart palliativ behandling, dvs. smärtlindring, m.m.

Övriga förslag

Utredningen föreslår också ett antal andra åtgärder som tillsammans med lagförslagen bildar ett samlat åtgärdspaket.

- Socialstyrelsens arbete med kunskapsstyrning ska förstärkas.
- Socialstyrelsen ska också kunna utfärda föreskrifter om hur arbetet med organdonation ska gå till vid sjukhusen.
- Myndigheten ska arbeta med information till allmänheten om organdonation. Det gäller bl.a. hur den enskilde kan göra sin vilja att donera, eller inte donera, organ känd.
- Socialstyrelsen föreslås också få en anslagsförstärkning om fem miljoner kronor under tre år för ett projekt om hur arbetsmetoder och rutiner vid organdonation kan bli bättre vid landets sjukhus. I projektet ingår, om förslagen förverkligas, att informera hälso- och sjukvården om de nya lagreglerna.

Konsekvenser av utredningens förslag

Om alla förslag genomförs kan antalet organdonatorer i Sverige fördubblas. Då skulle årligen omkring 600 fler än idag kunna få ett nytt organ genom transplantation. Det betyder att många fler liv kan räddas och att sjukvårdens kostnader minskar. Enbart det ökade antalet njurtransplantationer bedöms kunna spara cirka 70 miljoner kronor per år i sjukvården. Förslagen skulle också innebära att kön till transplantation i det närmaste försvinner.

Anmälan till Vikings årsmöte 2016

Obs! Vill du inte klippa ut anmälningsblanketten, så kan du skriva dina uppgifter på annat papper och skicka in i stället.

Sista anmälningsdag: 19 februari 2016.

Anmälan till Jenny Björk,
telefon: 08 - 668 32 25 *eller*
e-post: info@viking.hjart-lung.se *eller*
post: Viking - Riksföreningen för Hjärt- Lungtransplanterade
c/o Hjärt- och Lungsjukas länsförening i Stockholm
Mejerivägen 4, 2 tr.
117 43 Stockholm

Anmälan är bindande.

----------*avskilj här*----------

Blankett för anmälan till Vikings årsmöte 2016

Namn .....

Adress .....

Postadress .....

Telefon/mobil .....

e-postadress .....

Jag/vi önskar

enkelrum .....

dubbel ..... delas med .....

Ev. specialkost/allergi .....

.....

Fyll i blanketten och skicka den i frankerat kuvert till adressen som anges ovan.

VIKING

VIKING
Riksföreningen för
Hjärt- Lungtransplanterade
c/o Länsföreningen HjärtLung Stockholm
Mejerivägen 4, 2 tr.
117 43 Stockholm

B

SVERIGE
PORTO BETALT
PORT PAYÉ

Vikings årsmöte 19 – 20 mars 2016

Viking kallar till årsmöte på

hotell Scandic Foresta, Lidingö (Stockholm)

Herserudsvägen 22, 181 34 Lidingö, tel 08-517 324 00

Lördag 19 mars

Kl. 11:00 – 11:30	Registrering
Kl. 11:30 – 12:00	Invigning
Kl. 12:00 – 13:00	Lunch
Kl. 13:00 – 13:30	Vi lär känna varandra - deltagarpresentation
Kl. 13:30 – 14:15	Föreläsning, K H Grinnemo, thoraxkirurg
Kl. 14:15 – 15:00	Föreläsning, Jörgen Hedin, friskvårdskonsulent
Kl. 15:00 – 15:30	Fika och mingel
Kl. 15:30 – 16:15	Föreläsning – en anhörigs berättelse, Nils von Koch
Kl. 16:15 – 17:15	Gruppdiskussioner, transplanterade resp. anhöriga
Kl. 17:15	Avslutning och summering av dagen
Kl. 19:00	Middag

Söndag 20 mars

Kl. 09:00 – 09:15	Reflektion över gårdagen
Kl. 09:15 – 10:30	Årsmötesförhandlingar
Kl. 10:30 – 11:00	Fika och mingel
Kl. 11:00 – 11:45	Föreläsning, transplantationskoordinator Erica Ottenblad, leg. SSK
Kl. 11:45 – 12:15	Information om EM
Kl. 12:15 – 12:30	Avslutning

Obs! med reservation för ev. ändringar i programmet.

Kostnader;	**medlemspris**	**(icke medlem)**
Enkelrum	950 kr/person	(1700 kr/person)
Dubbelrum	750 kr/person	(1200 kr/person)

I priset ingår; föreläsningar, lunch, kaffe, middag och boende lördag - söndag samt frukost och kaffe på söndagen

Ej Boende	500 kr/person	(1100 kr/person)

I priset ingår; föreläsningar, lunch, kaffe, 3-rättersmiddag och kaffe på söndagen

Obs! Du som anländer under fredagen bokar och betalar själv eventuellt hotellrum.

Betalning senast: 26 februari till bankgiro 420-6017, glöm inte att ange namn.

Obs! Om du vill lämna in motion till årsmötet ska det göras genom brev eller e-post adresserat till kansliet, senast 5 januari.

Anmälan och blankett, se anvisningarna på sidan 7

Vikings Stödfond / Minnesfond

Vill du ge en gåva till Vikings Stödfond / Minnesfond?

Bankgiro till fonden är 5082-8268

Ett transplanterat organ har en gång tillhört en annan människa. Visa donatorfamiljen respekt och hänsyn - offentliggör inte transplantationsdatum!

Gör din röst hörd! För att göra Viking-bladet till en läsvärd medlemstidning är vi beroende av ditt bidrag. Skicka in din artikel, notis eller berättelse till oss. Alla bidrag, stort som smått, tas emot med stor tacksamhet.

Medlemsbladets planerade utgivningsdatum 2016

	Manusstopp	*Utskick*
Nr 1	31 januari	*vecka* 8
Nr 2	8 maj	*vecka* 22
Nr 3	14 augusti	*vecka* 36
Nr 4	6 november	*vecka* 48

Gör din röst hörd i medlemsbladet!