



Höstträff 16:e september i Stockholm, Malmö, Östergötland, Göteborg, och Luleå.

För tredje året i rad ordnar Viking gemensam höstträff på fem olika platser runt om i landet. Gemensamt för alla platserna är att kl. 12.00 har vi telefonkontakt allihop så vi känner samhörigheten. Då ges information om nästa års EM i Lignano samt om kommande arrangemang i Vikings regi. Nuvarande medlemmar får 100:- subventionerat pris på mat/inträde. Icke medlemmar betalar fullpris.

STOCKHOLM

I Stockholm kommer vi besöka det nya **VIKINGALIV** museet som ligger på Djurgården. Förutom telefonmöte med de andra platserna kommer vi inta något att äta på restaurangen "Glöd" som ligger intill Museet. För detaljerat schema se nedan.

11:30-11:45 Samlas vi utanför Stockholms Spårvägars kontor.

12:00-13:00 Telefonmöte med diverse information.

13:00-15:00 VIKINGALIV Museet, Vi går på en guidad tur och sedan tittar vi runt själva.

15:00-17:00 Mat. Vi intar något att äta. Avståndet mellan Stockholms Spårvägar & Museet är ca 100 meter.

Adresser:

AB Stockholms Spårvägar, Falkenbergsgatan 2 (finns hiss).

Vikingaliv (Museet), Djurgårdsvägen 48 (gatuplan).

Inträdet är subventionerat pris för medlemmar. Man står själv för det man äter.

Osa senast 11/9 till mig David,
mail: david.braxell@gmail.com
alternativt tel: 073-344 55 52.

Varmt välkomna, ju fler vi blir desto roligare blir det!

MALMÖ

I Skåne träffas vi i Malmö vid Skeppsbron 2 (211 20 Malmö).

Parkering finns bakom Malmö centralstation, på gatan utanför. Skeppsbron har inga trappor vi behöver gå i. Gångavstånd från tåg/buss.

11:30 Samling

12:00 Telefonmöte

13:00 Lunch

Osa senast 6/9 till

mail: alelin@hotmail.co.uk
alternativt vikings tel: 0731-256795.

Varmt välkomna!

ÖSTERGÖTLAND

Vi träffas hos Cecilia Dilnot Smith
Adress: Helge Björnsväg 41, Klockrike.

11:00 Samling och enkel uteaktivitet om vädret tillåter.

12:00 Telefonmöte

13:00 Lunch på Brunneby musteri (alternativt hemma hos Cecilia).

Samåkning från Linköping erbjuds.

Osa senast 13/9 till David Lindström,
mail: folkmusikdavid@gmail.com
alternativt tel: 0702-344634.

Varmt välkomna!

- där kan du beställa T-shirts, ryggsäckar och böcker.

GÖTEBORG

Vi har bokat bord och Boulebana på Boulebaren i Rosenlund.

11:15-12:35 Brunch

12:00 Telefonmöte

12:45-14:15 Boule

Brunch och Boule kostar 350 kr. För medlemmar 250:-. **Boulebaren Rosenlundsgatan 8.**

Passa på och kom, nya som gamla medlemmar, transplanterade och anhöriga så umgås vi en stund och tränar lite Boule inför kommande EM i Italien.

Osa senast den 9/9 till

Jenny Karsberg,
mail: jenny.granliden@telia.com
alternativt tel: 0733-563281.

Varmt välkomna!

Luleå

Vi samlas i IOGT-NTO samlingslokal i Luleå.

11:00 Samling i IOGT-NTO samlingslokal i Luleå, Köpmans-torget 7.

12:00 Telefonmöte

13:00 Gemensam lunch

Osa senast 14/9 till Per-Olof,

mail: per-olof.frisk@iogt.se
alternativt tel: 070-6883408

Varmt välkomna!

Titta in i vår webshop på hemsidan
www.hjart-lung.se/riksforbundet/riksforening/viking/webbshop/webb-shop-varor



Går dina dagar fort?

Jag tycker vissa veckor och dagar går väldigt fort men det är väl så när man har många olika saker på gång. Hälsan, jobb, familjen, träning och Viking.

Även om man har semester från jobbet är det alltid något som ska fixas för Viking. Men vet ni vad, det är så roligt när jag får samtal, sms, mail etc. ifrån er. Det förgyller min dag och jag blir både varm och glad att höra av er.

Något vi saknar och skulle uppskatta av er är att få uppdaterade mailadresser. Det är för att kunna maila ut inbjudan om aktiviteter till er särskilt om de äger rum mellan medlemsbladets utgivning. Visst kommer infon ut på facebook och hemsidan men ibland känns det lite mer personligt att maila er. Men självklart är det upp till var och en av er.

Nyss hade vi vårt första styrelsemöte och Vikingträff utanför Stockholm. Träffen ägde rum i Karlstad 19-20 augusti. Besök på Lars Lerins Sandgrund blev det samt sedvanliga styrelsemötes handlingar.

Nästa Vikingträff är 16 september. Mer info hittar ni i detta nr om de olika träffarna i Malmö, Stockholm, Göteborg, Luleå och Linkö-

ping. Litet kort möte som kopplar alla samman samt lite förhandsinfo om EM 2018.

Större Vikingträff blir av i Umeå 7-8 oktober med inbjudna föreläsare på plats. Se sidan 4. Mer info om träffen kommer eftersom allt inte är helt bokad och klart än.

Organdonationsveckan är den 9-15 oktober i år. Vi vet att flera av er hjälper till på olika platser och delar ut information och pratar med människor. Det hade varit roligt om vi kunde sprida information om var och när ni är ute. Vi får frågan från HjärtLung och då hade det känts kul att ge dom den informationen. På så sätt kanske fler kommer just till er. Så vet du/ni att ni ska ut, dela med er av den infon till oss, Snälla.

Årsmötet är bokad till den 17-18 mars 2018 och kommer vara i Göteborg. Program, pris och annan information kommer förhoppningsvis redan i nästa blad. Vi håller redan på och bokar in föreläsare som vi tycker är intressanta

Händer det något roligt eller något som du skulle vilja dela med dig av så hör av dig till oss så kan vi lägga in det i bladet, hemsidan och facebook. Det kan vara så enkelt som din eller din anhörigas historia.



Foto • Viking, arkivbild.

Alla har vi olika resor och det är lärorikt och intressant att höra och dessutom lär vi känna varandra lite mer. Utan er medlemmar är vi ingen förening, det är ni som gör den och då vill vi givetvis att ni ska vara delaktiga så mycket som möjligt.

Vill du hjälpa föreningen med sponsring? Det kan du göra genom att handla online via sponsorhuset. På så sätt får föreningen några kronor. Tänk bara på att ange Viking som förening som du vill sponsra.

Ett annat sätt är att handla från vår webshop. Även om det är långt till jul så går tiden fort och nu har vi tid att hinna skicka innan julhandeln börjar för fullt.

Jenny Björk

I detta nummer

| | SIDA |
|---|------|
| Träffar | 1 |
| Ordförande har ordet • Jennys ledare | 2 |
| Kontaktinformation | 2 |
| Vikings styrelse 2017-18 | 2 |
| Rapport från EHLTF | 3 |
| Inbjudan till VIKINGTRÄFF i UMEÅ 7-8 oktober | 4 |
| Rapport från VIKINGTRÄFF i Skåne 29 april..... | 4-5 |
| VM för transplanterade 2017 | 6-7 |
| Donationsveckan 2017 | 8 |
| BRA ATT VETA | 8 |
| Gör din röst hörd | 8 |
| Medlemsbladets planerade utgivning 2017 | 8 |

Kontakt

VIKING
Riksföreningen för Hjärt- Lungtransplanterade
Box 1072, 101 39 Stockholm
Telefon: 08-668 32 25 • 073-125 67 95
Bankgiro: 420-6017 • Swish 123 467 48 59
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
Original: Stewe Roos, tel 0706-770 293
Tryck: V-TAB, Falkenberg

VIKINGS styrelse 2017-18

- **Jenny Björk** - Ordförande
- **Per Wallner** - Vice ordförande
- **Alexandra Lindqvist Barraclough** - Sekreterare
- **David Braxell** - Kassör
- **David Lindström** - Ledamot
- **Jerry Selmqvist** - Ledamot
- **Lisbeth Roos** - Ledamot
- **Per-Olof Frisk** - Ersättare
- **Vakant** - Ersättare

Rapport från EHLTF årsmöte 9-11 juni 2017

Som vanligt hade EHLTF sitt årsmöte på den ort som EHLTC ska vara året därpå. Som Vikingsrepresentant deltog Alexandra och Jenny. Alexandra var representant för Sverige eftersom jag Jenny sitter i styrelsen.

Flyg med mellanlandningar och avstigning på Marco Polo flygplats, som ligger strax utanför Venedig i Italien gjorde att vi möttes där. På plats samlades alla delegater upp av organisatörerna för att ta den abonnerade bussen ca 1 timmes resväg norrut till orten Lignano och resorten Ge Tur.

När vi kom fick vi tillgång till rummen för ett snabbt klädombyte, eftersom det var varmare här än i Sverige. Efter lite plockmat blev det styrelsemöte för några av oss. Resten fick en guidad tur på området. Nu hade alla delegater något att ta med hem till sina och berätta hur det såg ut med många av arenorna och området i stort.

Efter mötet var det egentid, dock bara en timme. Vi samlade åter ihop oss och tryckte in oss i 4 bilar för att ta oss till tennisarenan, som ligger utomhus. Vi passerade friidrottsarenan som denna dag var stängd men alla fick se var den låg. Smala gator och mycket trafik men efter en stund kom vi fram till kvällens restaurang och intog en riktigt härlig fisk och skaldjursmåltid.

Tillbaka på Ge Tur valde Alexandra och jag att ta en skön kvällspromenad, vindstilla och varmt.

Vad mer kan man önska sig. Stegen styrde mot stranden och det var hur härligt som helst. Och nej det är inte långt till stranden, från hotellet tog det kanske 7-10 min att gå.

Lördagsmorgonen var det strålande sol och varmt. Efter frukost var det dags att lyssna på olika föreläsare som fick 10-30 min var-



Hela delegationen i Lignano



Simhallen

dera. Föreläsningar gavs av personer som har med området att göra, både från Ge Tur men även från området Lignano i Italien. En av föreläsarna var chefsläkaren från sjukhuset i Udine dit vi blir skickade om något skulle hända under spelen.

Som de flesta vet så tar man siesta i Italien vid lunchtid. Det var inte siesta för vår del men avslappnat under lunchen. Vi var fyra stycken som valde att ta en promenad för att få lite frisk luft och njuta lite av värmen. Vi, Alexandra och jag tog en promenad till stranden och fick sällskap av Karsten och Thomas från Tyskland. Vi njöt alla fyra när vi kunde promenera i vattnet och svalka fötterna. Åh så skönt...

Tillbaka på hotellet hade precis resten av gruppen satt sig till bords för lunchen så vi gjorde dom sällskap. Till lunchen och middagen är det alltid bordsservering och det

finns alltid några olika rätter att välja på. Dessutom är det 3 rätters.

Efter lunchen var det dags för själva årsmötet där beslut skulle tas. Sedvanliga frågor togs upp som vi sedan gick igenom.

En fråga som jag vet redan är ute och pratas om är spelen 2020 vilket var en av punkterna. En delegation på 4 personer från Spanien var med i Lignano och presenterade förslaget om EHLTC 2020 i Viktoria i Spanien. Men vi ska inte gå händelserna i förväg utan hålla oss till 2018 och Italien. Någon bild från området får ni här i bladet och på Vikings årsmöte 18-19 mars får ni mer information och bilder från kommande spel.

Vi hoppas att vi blir ett stort gäng som deltar. Möjligheter att stanna längre, innan eller efter finns och eftersom Ge Tur ligger precis vid havet är Lignano en helt fantastisk resort. Solstolar ingår för oss när vi bor på Ge Tur och även andra hotell har sina solstolar på beachen.

Väl mött och vi hoppas att det blir ett spel att minnas som innehåller sol, värme, gemenskap och många roliga äventyr.

Bilder och text: Jenny Björk och Alexandra Barraclough-Lindqvist



VIKINGTRÄFF I UMEÅ 7-8 oktober

Vi välkomnar er till en helg på hotell Björken i Umeå. Där har vi ordnat några föreläsare samt lunch, middag och övernattnig. Vi träffas vid lunchtid och äter ihop för att sedan lyssna på några föreläsningar där dagen avslutas med en gemensam middag. För den som vill finns möjlighet till övernattnig. Viking subventionerar kostnaden för medlemmar men givetvis är alla välkomna och delta även om man inte är medlem.

Programmet kommer på hemsidan resp facebook i början/mitten på september.

Anmälan sker till Vikings mail alt telefon senast 29 september. Vi ser fram emot en trevlig och innehållsrik helg tillsammans med Er!



Kostnader för deltagande för träffen:

| | |
|---|---------------------------------|
| Del i dubbelrum inkl. föreläsning +middag | 520kr medlem (ej medlem 1040kr) |
| Enkelrum inkl. föreläsning +middag | 655kr medlem (ej medlem 1310kr) |
| Föreläsning inkl. middag | 290kr medlem (ej medlem 580kr) |

Anmälan sker till info@viking.hjart-lung.se
alternativt tel. 08-6683225/mobil 073-125 67 95.



VIKINGTRÄFF I SKÅNE

Det är lördagen den 29 april och dags för Vikingträff i Skåne. Denna gången på Örenäs slott som ligger vid Glumslöv uppe på en backe med havet som granne och en underbar utsikt över Öresund, Ven och Danmark i horisonten. Anki (anhörig till en hjärttransplanterad) var den som arrangerat allt denna dagen.

Det hade regnat hela natten och som vanligt i Skåne vid denna årstiden vet man aldrig vad som väntas kring väder och vind. Dock sprack molnen upp och solen visade sig emellanåt. Men regnet lurade hela tiden i kanterna.

Kl 14.30 var det samling i receptionen. Till denna träffen kom det 16 glada Vikingar och 2 "hang-around" i form utav mig och min dotter. Det var ett underbart återseende där varma kramar blandades med glädjetårar.

Anki fick så småningom "tyst i klassen" och vi delades upp i 3 grupper. Det var dags för skattjakt



Örenäs slott denna lite gråmulna dag. Beläget 60 meter ovanför havet, ritat av Fredrik Sundbärg i barockstil och byggt 1914-18 till sockerkungen Carl Tranchell. Numera hotell och konferensanläggning i äkta slottsmiljö.



Utsikt från kanten av slottsparken med delar av fiskeläget Ålabodarna nedanför och Ven ute i sundet.

på slottet med omnejd. Till vissa platser utomhus skickades de med "piggast" ben medans resten av lagmedlemmarna fick vila och njuta av utsikten, naturligtvis öppnade sig himlen under skattjakten men det stoppade oss inte.

Svaren på frågorna skulle leda fram till olika siffror som i rätt ordning ledde fram till en kod med vilken man kunde låsa upp skattkistan. Laget som kom först i mål var det lag som fick prova sin sifferkombination först och om de misslyckades fick lag 2 göra ett försök o.s.v.

Mitt lag kom sist i mål och därmed kallade vi oss Sniglarna. DÄREMOT fanns det en anledning till detta !! En utav våra frågor var: Vilket årtal är busstidtabellen ifrån som finns på första våningen i slottet ?? MEN busstidtabellen fanns inte längre....inte ens personalen i tjänst på slottet visste....

Efter detta var vi väl värda en middag på slottet. Middagen bestod av förrätt (soppa) varmrätt (kyckling eller lax) samt efter-



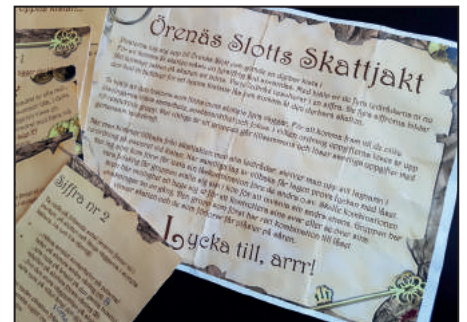
Hela gänget samlat utom Annki samt fotografen med medhjälpare.



I väntan på middagen.

rätt (små chokladpraliner, macarons i olika färger och en liten parfait med färska lingon). Det var en MYCKET god och TREVLIIG middag och vi "rullade" efter detta från bordet och slottet ner till receptionen igen. Dags att öppna skattkistan !!

Naturligtvis klarade lag 1 av att låsa upp kistan och dom vann underbara Maja ljuslyktor samt USB minne i form av en guldtacka GRATTIS TILL ER !



Infoblad om skattjakten.

**Ja ja vad är väl en vinst av en skatt...
...vi fick i alla fall mycket motion....**

Efter detta skiljdes vi åt trötta men mätta goa och glada efter en fantastisk eftermiddag på Örenäs slott.

TACK ANNKI och Örenäs Slott för ett fantastiskt arrangemang och STORT HJÄRTLIGT TACK alla Vikingar för att jag och min dotter fick följa med !!

MEN jag undrar fortfarande...
VAR FINNS BUSSTIDTABELLEN på slottet ?!

Text/foto: En hangaround.



VM för transplanterade 2017 i Malaga

År hölls de 21:a världsmästerskapen för oss transplanterade på den spanska solkusten, nämligen i det minst sagt varma Malaga.

Viking representerades denna gång av ” mannen, myten, legenden ” Lennie Ekdahl samt under-teknad.

Första dagen, invigningsdagen, samlades alla deltagarna på en plats i centrala stan bakom sina nationsskyltar som bars av spanska damer för paraden.

Efter ca 60 minuters väntan, så tågade vi så iväg mot den stora tjurfäktningsarenan i Malaga med massor av folk på läktarna.

Där fick då nationerna tåga runt och ta emot folkets jubel.

När alla invigningstal var avklarade väntade en fantastisk måltid bestående av tapas med dryck! Ca 25 runda bord var uppställda i arenan med läckerheter på.

Det var en häftig upplevelse att gå runt och prata med alla möjliga atleter från när och fjärran i den varma spanska natten.

Den 28 juni skulle så ” Lennie ” göra pingisdebut i VM, laddad till tänderna och några st fjärilar i magen. Det blev 2 vinster och 2 förluster, så det räckte inte riktigt till....den här gången.

Men, ” Lennie ” kämpade som om han cyklade mellan Lund och Malmö en kall oktoberdag i stark motvind med för lite luft i bakdäcket.

Bra ” Lennie ”, respekt !

Två dagar senare, så skulle han få ”revansch ”, denna gången på friidrottsarenan. 100 och 400 meter löpning stod på programmet.

Att då bli 6:a på 400 meter samt 7:a 100 meter är en bragd...ett internationellt genombrott skulle jag vilja säga. Betänk att lungtransplanterade är en mikroskopisk liten % av de tävlande i VM, så återigen, respekt Lennie!

För egen del så vet jag inte riktigt min placering i badminton, var ytterst nära kvartsfinal... men tillhör ändå de 10 bästa i världen....i år !

Har man behövt syrgas i 22 års tid....1987-2009, så kan ni förstå känslan att bara KUNNA få vara med.

Vi fick spela i en fantastisk arena med plats för 11.000 åskådare. Nu kom inte alla denna gången, synd.

En kväll besökte de flesta tävlande med anhöriga en sk kulturell afton med flamencomusik och dans, besök på ett bilmuseum samt ett ryskt konstmuseum.

Där blev vi också bjudna på, ja just det....tapas och dryck, gott. Tyvärr, så hade varken jag, Ann eller Lennie möjlighet att medverka i ” Donor walk ”, men det hade varit värdigt och fint.

Eftersom jag tävlade bara en dag på VM, så hade vi möjlighet att upptäcka Malaga på egen hand, och vi kan rekommendera ett besök.

Spelen avslutades med en gigantisk galamiddag (utan tapas) i en



DJURGÅRDSLINJEN
www.djurgardslinjen.se

Ömhet LINJEN Omsorg
Ring och Pling

Norr malmöstorg-Skansens/Waldemarsudde. Linjetrafik linje 7N 11-17/18/19, lör- och söndagar 3 april-20 dec, alla dagar under sommaren. SL-taxa gäller utom på cafévagnen.

Lördagar och söndagar rullar Djurgårdslinjens populära cafévagn med fönsterbord åt alla och stans mest oroväxlande utsikt.

Stockholms Spårvägar
Vision och Tradition

stor kongresshall med alla nationerna.

Många hade sina nationaldräkter på, så det var ett färgsprakande utan dess like.

Newcastle, England fick också överta ansvaret för nästa VM 2019, och de lovade att det skulle bli ett fantastiskt bra evenemang!

Träningen inför EM i Lignano nästa år har redan börjat för min del, vet dock inte om "Lennie" varvat upp igen.

Då hoppas vi att ALLA som har möjlighet och KAN ställa upp anmäler sig. Energiboost de Lux.

**Vänliga hälsningar,
Tomas och Ann.**



Lennart "Lennie" Ekdal i full aktion.

skåne montage AB
akustik och ljudmiljö

Vi stödjer Viking

Vårt brandskydd
Er säkerhet!

 **Consilium**

www.consiliumsakerhet.se

Donationsveckan 2017 är i år den 9:e – 15:e oktober.

För sjunde året i rad initierar Socialstyrelsen Donationsveckan som är en årligen återkommande kampanjvecka. I år äger Donationsveckan rum v. 41, det vill säga 9-15 oktober.

Syftet med Donationsveckan är att sprida budskapet om organ- och vävnadsdonation och att få fler människor att ta ställning.

Ett annat syfte med veckan är att de som redan har tagit ställning sprider det viktiga budskapet vidare och att allmänheten får bättre kunskap om organ- och vävnadsdonation. Tidigare år har visat att mångdubbelt fler personer passar på att ta ställning under Donationsveckan jämfört med en vanlig vecka.

Vi hoppas att många vikingar ställer upp för våra väntande och informerar om vikten att bli donator. Det går utmärkt att ta egna initiativ eller gå ihop med någon annan patientförening.

Gratis material finns att betälla på www.socialstyrelsen.se.
Mer information om organdonation finns att läsa på livsviktigt.se.



Vi vill ju gärna rapportera om din insats, liten eller stor under veckan. Skicka gärna en bild och text om var du/ni står så att vi kan uppmärksamma detta i medlemsbladet.

Skicka material till: folkmusikdavid@gmail.com

BRA ATT VETA



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
transplantations-
datum.**

**Gör din röst hörd!
För att göra Vikingbladet
till en läsvärd medlems-
tidning är vi beroende av
ditt bidrag.**

**Skicka in din artikel, notis
eller berättelse till oss.
- Alla bidrag, stora som små, tas
emot med stor tacksamhet.**

Medlemsbladets planerade ut- givningsdatum 2017

| Nr | Manusstopp | Utskick vecka |
|----|-------------|------------------|
| 1 | 5 februari | 8 |
| 2 | 30 april | 20 |
| 3 | 20 augusti | 36 |
| 4 | 12 november | 48 |

Gör din röst hörd i medlemsbladet!