



Föreningen Arvidsjaur

HjärtLung

Verksamhetsberättelse 2018

Styrelsen

Ordförande	Hjördis Eklund
Vice ordförande	Erik Andersson
Kassör	Kerstin Norberg
Sekreterare	Ingrid Gardfjäll
Studieorganisatör	Ingrid Gardfjäll
Ledamot	Ingrid Lundmark
Ersättare	Gun Mörtzell
	Roger Renberg
Revisorer	Karl-Gunnar Lindqvist
	Per-Olof Lundgren
Ersättare	Maj-Britt Lundqvist
Eftervårdsombud/hjärta	Harriet Grahn
Eftervårdsombud/lunga	Therese Gustafsson
Föreningens hemsida	www.hjart-lung.se/arvidsjaur
E-post	info@arvidsajur.hjart-lung.se
Bankgiro	5420-9408
Expeditions öppettider	torsdagar 10.00–12.00
Medlemsantal	322 st. medlemmar

Föreningen har under året haft 14 styrelsemöten och 4 medlemsmöten

Kärnverksamheten inom HjärtLung

Lokalföreningen har till uppgift att med ledning av kongressbeslut, stadgar och verksamhetsinriktning arbeta för hjärt-och lungsjukas intressen genom kärnverksamheterna:

- * Opinionsbildning
- * Livsstilsförändring
- * Trygghet, stöd-Gemenskap.

Dessa tre områden är viktiga och bärande i vår förening. Vi deltar i samhällsdebatter inom social verksamhet och hälso och sjukvård. HjärtLung deltar på konferenser och debatter kring hälso-och sjukvårdsfrågor.

Inom området livsförändringar så genomför vi motions-och träningsaktiviteter tillsammans som stavgång, styrketräning, rörelseglädje, boule, varmvattenträning. Olika aktiviteter efter Hälsans stig som är vårt bidrag till vardagsmotion. Trygghet, stöd-Gemenskap erbjuder vi våra medlemmar med olika medlemsmöten, utflykter, resor, fest, studiecirklar/ tematräffar.

Verksamhetsåret inleddes med föreläsaren Caroline Stridsman som är sjuksköterska och forskare från Sunderby sjukhus. Föreläsningen handlade om KOL och riktade sig både till medlemmar och allmänheten.

Som tack för en innehållsrik föreläsning gjordes en insättning av 2000 kr till forskningsfonden Riksförbundet HjärtLung.

Den 17 januari bjöds de nya medlemmarna på sopplunch där de informerades om Föreningen HjärtLung verksamhet.

Hjärtedagen ägde rum 14 februari "Alla hjärtans dag". Sjuksköterskan Harriet Grahn föreläste om hjärtsvikt. Astma/KOL sjuksköterskan Therese Gustafsson erbjöd besökarna att testa sin lungfunktion. Hälsocoacherna Lisbeth Eriksson och Birgit Nilsson från Boden informerade om livsstilsförändringar och rehabilitering.

Under dagen kunde besökarna se utställningar om hjärtsvikt, hjärtat, blodtryck, fysisk aktivitet. Spirometri samt litteratur med tema hjärtat som biblioteket hade på en bokvagn. Medlemmen Göran Lundqvist berättade om sin livsresa.

Föreningens årsmöte hölls den 21 februari på Medborgarhuset och inleddes med en tyst minut för de avlidna medlemmarna. Ingrid Lundmark läste en dikt. Val av styrelsen och olika poster förrättades. God smörgåstårta avnjöts som Ingrid Lundmark gjort.

Föreningen har besökt en årsgrupp elever vid Fridhemskolan under tre år, med syftet att få elever att förstå farorna med rökning. Om klasserna hade klarat att vara rökfria under dessa 3 år skulle klasserna tilldelas 1000 kr/ klass av Föreningen HjärtLung.

Detta kunde inte klasserna redovisa och därför kunde inte föreningen ge eleverna några pengar

Under våren bjöds medlemmarna in till en sopplunch där Matz Edin berättade med inlevelse om tiden som lärare.

Tommy Utterström från Kronans Apotek informerade på ett medlemsmöte om hur man kan använda Apotekets APP på mobiltelefonen. Majvor Sellbom visade bilder och berättade om att odla växter av många slag.

Vårfesten ägde rum under maj där besökarna fick njuta av en älggryta med tillbehör och dans. Underhåll gjorde Karl-Erik Stenlund. Medlemmar från Älvsbyn deltog också.

Före detta kommunalråd Lotta Åhman lämnade över RadioAktiv stafettpinne till föreningen under verksamhetsåret 2017. Detta har lett till en aktivitet som fått namnet "Lokalt aktiv". I år blev det en tipspromenad efter Hälsans stig. Deltagarna erbjuds även gymnastikövningar och vätskekontroll längst stigen. Vid Laponiakåtan fanns information om Hjärt och lungräddning HLR.

Några av höstens aktiviteter har varit medlemsträff vid Nyborgstjärn med korvgrillning av Roger Renberg, kaffekokning på öppen eld av Göte Hedman, Memory, Matz Edin genomförde ett gymnastikpass.

Medlemsmöte med närproducerad palt och information om höstens aktiviteter.

Ossian Lundberg stod för underhållningen. Sopplunch för medlemmarna där Emma Karlsson berättade om digitaliseringen inom äldreomsorgen.

KOL-dagen den 15 november genomfördes med 3 st. föreläsning. Sara Öhman berättade om KOL, Harriet Grahn om hjärtsvikt och Elaine Lundmark om spirometri.

Fysioterapeuterna Maria Sundström och Cassandra Antonsson informerade om fysisk aktiviteter vid KOL och hjärtsvikt.

Hälsocoacherna presenterade sig (Ann-Sofi Levander, Elaine Westerlund och Britt Tåqvist).

Under dagen kunde besökarna se utställningar om hjärtsvikt, förmaksflimmer. Broschyrer från RF fanns på plats samt en bokvagn med litteratur som biblioteket plockat ihop för just

denna temadag. Apoteket Kronan hade ordnat med olika typer av inhalatorer, som besökarna fick komma i kontakt med.

Verksamhetsåret avslutades med en julfest

Festkommittén och styrelsen välkomnade medlemmarna med glögg och pepparkakor.

Besökarna serverades Julmat, dans och inslagna julklappar som lotterivinster.

Sven-Olof Nyström sjöng två låtar och det blev även dans till tonerna av Karl-Erik Stenlund.

Övriga träffar som skett är informationsträff om HjärtLung på Solbacken Arvidsjaur samt Spånhålan i Moskosel och Margaretasalen Glommersträsk.

Träff med Matts Good som är ansvarig för stöd och resurscenter. Han informerade om KS beslut att varmvattenbassängen ska vara kvar tills vidare. Allmän information om kommunens organisation och vilka personer som har olika tjänster.

Länsföreningen HjärtLungs styrelse besöker en lokalförening per år och detta år var det vår tur.

Under denna dag så berättade även Karin Flinkfeldt om Einar Wallqvist liv.

Politikerträff inför valet med ortens politiker gällande samtal om personer med funktionsnedsättning och äldre och dess framtid. Till denna träff kom även pensionärsföreningarna SPRF 295, SKPF126.

Varmvattenbassäng gruppen (opinionsbildning) har haft flertal träffar med olika personer för bevarande av varmvattenbassängen på Länsmansgården.

Många av styrelsen har varit på forskardag på NOLIA Piteå och årsmöten på länsnivå.

Fysiska aktiviteter

Under året har medlemmarna kunnat delta i stavgång, rörelseträning, styrketräning samt träning i varmvattenbassängen.

Utbildningar och studiecirklar

Föreningen har under året berikats av tre stycken nyutbildade Hälsocoach/livsstilsinspiratörer. Detta är en helt ny roll inom HjärtLung.

Utbildning av styrelsen på länsnivå som genomförts är, samtal om närsjukvård och ärftligt högt kolesterol i Boden och Sedd i vården i Skellefteå

Andra kurser är, försök inte lura mig, samtal om döden, trafik kurs, bokcirklar. HLR, Aktiv med hjärtsvikt, kostcirkel, tematräffar stresshantering mm.

Totalt har föreningen genomfört 57 arrangemang under detta år med 1095 st. deltagare.

15 st. kulturarrangemang med 746 besökare samt 42 cirklar+ annan folkbildning med 346 st. deltagare

Vid alla dessa tillfällen så har ABF varit samarbetspartner.

Dom har även besökt föreningen och informerat om studiecirklar och tematräffar mm.

Gåvor via minnesgåvor/fond

Tack vare de gåvor som föreningen erhållit har Föreningen HjärtLung kunnat hjälpa till med medel för inköp av bl.a. två stycken pulsoxymetrar till Bryggan, hemtjänsten i Glommersträsk har erhållit bidrag till inköp av El-Rullstol.

Hälsocentralen har erhållit bidrag till inköp av personvåg (sittmodell),, laddningsstation till ISTAT och saturations mätare

Svenska kyrkan har erhållit bidrag 5000 kr för inköp av hjärtstartare, SKPF har beviljats medel för inköp av eldstad vid Yttertjärn.

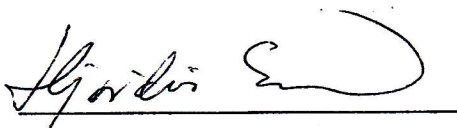
Besök den 17 september av Marie Ekelund från Riksförbundet HjärtLung. Ulla Lundberg berättade om hur Föreningen HjärtLung Arvidsjaur bildades 1979. Mycket intressant.

Slutord

HjärtLung i Arvidsjaur har haft ett händelserikt år 2018 med många olika aktiviteter och lärorika föreläsningar med social samvaro med medlemmarna. Opinionsbildning har genomförts vid flera tillfällen. HjärtLung har ett gott samarbete med Region Norrbotten/HC. Kommunens hälso-och sjukvård, socialtjänsten, Apoteket Kronan, Biblioteket och kommunledningen. ABF och andra föreningar

Vi tackar alla som skänkt pengar i samband med minnestelegam. Tack även till de medlemmar som skänkt gåvor till lotteri

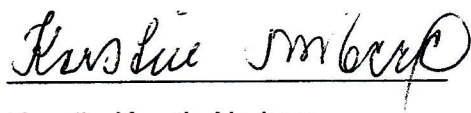
ETT STORT TACK till alla medlemmar, våra kursledare, festkommittén, besökare som besökt våra aktiviteter under det gångna året.



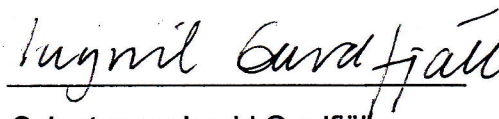
Ordförande: Hjordis Eklund



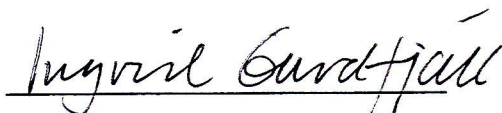
Vice ordförande: Erik Andersson



Kassör: Kerstin Norberg



Sekreterare: Ingrid Gardfjäll



Studieorganisatör: Ingrid Gardfjäll



Ledamot: Ingrid Lundmark