Verksamhetsberättelse för år 2016

Styrelsen för Föreningen Östra Sörmland HjärtLung får avge följande redogörelse för år 2016.

Styrelsens sammansättning och övriga valda funktionärer.

Styrelse	Ordförande	Björn Gustafsson
Ledamot	Vice Ordförande	Ingrid Bejborn
Ledamot	Kassör/sekreterare	Barbro Johansson
Ledamot	EVO Hjärta	Månia Malmqvist fram till 24/2
Ledamot		Roger Nilsson
Ersättare		Lennart Ekberg
Erättare		Jan-Eric Lindqvist fram till 24/2
Lotteriansvarig		Mare Andersson
		Britt-Mari Karlsson Kring
Kanslist		Susanne Carlsson
EVO Hjärta		Solveig Lassesson
EVO Lunga		Lennart Ekberg
Studieorganisatör		Ingrid Bejborn
Revisor	Ordinarie	Ing-Britt Lofthag
		Gösta Lagnesten
Revisor ersättare		Kent Josefsson
Valberedning	Sammankallande	Medlemmarna
Länsföreningen	Ledamot	Ingrid Bejborn
	Ersättare	Roger Nilsson

Länsföreningens Årsmöte	Ombud	Wanja Ackelman Gudrun Karlsson
	Ersättare	Barbro Johansson
Handikappalliansen	Ledamot Ersättare	Ingrid Bejborn Björn Gustafsson
ABF:s årsmöte	Ombud	Ingrid Bejborn
Handikapp-organisationernas samarbetskommitté i Nyköping	Ledamot Ersättare	Ingrid Bejborn Vakant
Kommunala Handikapprådet i Nyköping	Ledamot	Ingrid Bejborn
Kommunala Handikapprådet i Oxelösund	Ledamot Ersättare	Roger Nilsson Lennart Ekberg

Medlems- och aktiveringsrapportering
Antalet medlemmar var vid årets början 349 och vid årets slut 340.
Av dessa utgörs 176 kvinnor och 165 män. Under året har vi fått 20 nya medlemmar, 11 avlidna och 18 har av andra anledningar lämnat oss.

Mötesverksamhet
Öppet hus har vi haft 2 ggr under 2016.
Vi hade något tema varje gång med fika.
Styrelsen har haft 11 stycken protokollförda sammanträden, ett möte med minnesanteckningar, åtta medlemsträffar, två offentliga träffar.

Kansliet
Under året har expeditionen varit öppet måndag- torsdag mellan 10.00- 13.00, fredagar stängt. Kontoret är bemannat av vår kanslist Susanne Carlsson.

Kurser/informationsdagar.
Patientrådet har haft möte. Från föreningen deltog Björn Gustafsson samt Solveig Lassessson. Dick Jansson och Cecilia Blomqvist från Ekensberg berättade att läkarstationerna inom Lanstinget ska finnas på tel. 1177. 1 gång/ månad öppet kvällstid.

11/5 . Ingrid Bejborn på möte i Karlstad inför Riksförbundets Kongress.

1-3/6. Ingrid Bejborn i Bålsta på Riksförbundets Kongress.

9-11/9. Ingrid Bejborn i Stockholm på EVO- SO konferens

12/9 Ingrid Bejborn, Barbro Johansson, Roger Nilsson och Solveig Lassesson var på föreläsning "att leva med KOL" på Sunlight. Många bra kontakter knöts med deltagarna.

1/10 Rosvalla föreningsmässa, 60 föreningar deltog. För vår förening visades inget större intresse. Solveig Lassesson, Björn Gustafsson och Bengt Sandström, stod vid olika tider under dagen 10.00- 16.00

3/10 hölls anhörigcenters minimässa på Träffen, 10 föreningar deltog med information om sin förening. Vi fick bra gensvar, särskilt av personal inom vården. Solveig Lassesson, Björn Gustafsson, Roger Nilsson och Bengt Sandström representerade oss.

15-16/10 Ingrid Bejborn på Länsordförande konferens i Sollentuna

23/11 Björn Gustafsson och Solveig Lassesson på möte med Monica Berg på Anhörigcenter, som berättade om verksamheten.

Verksamhetsberättelse 2016 för EVO- hjärta.

Under året, 2016, har samarbetet med Lasarettets sjukgymnastgrupp fortsatt vara mycket god. Jag fick möjlighet att besöka rehab.träning för hjärtsjuka och för KOL sjuka. Både på våren och hösten fick jag komma och presentera Föreningen Östra Sörmland Hjärtlung och även informera om vårt verksamhetsprogram. Vid ett av tillfällena var även anhöriga inbjudna till info.mötet.

Samarbetet har tre syften; ge nya drabbade information, ge sjukgymnasterna info om var de kan hänvisa sina pat. vidare när de inte längre får gå på lasarettets träning, samt förhoppningsvis ge föreningen fler medlemmar.

Vi har också ett fortsatt samarbete med Nyköpings vårdcentraler. Vi lämnar kuvert med infomaterial till VC som personal lämnar vidare till pat som är drabbade och söker hos sin husläkare eller på astma/ kol- mottagningen. I väntrummen kan vi få lägga dels tidningen Status men även den nya kol-tidningen. På deras anslagstavla kan vi sätta upp information från vår förening.

Vår förening har även deltagit två gånger vid VC´s gemensamma info. möten till patienorganisationer, om förändringar som händer på VC. Det är inte så att vi kan påverka vad som beslutas men det är viktigt att vi kan ge korrekt info. vidare till våra medlemmar.

För att vi ska synas har vi deltagit i olika mässor, som företagsmässan på Rosvalla, anhörigmässan på Träffen och på KOL- mässan på SunLight.

Vad vi kunde se så fick det till följd att det kom fler, icke medlemmar, till föreläsningen på Culturum om kol, till vilket vi hade anlitat Statsfjärdens kolteam att hålla i.

När vi får nya medlemmar försöker vi också ringa hem till dem och hälsa dem välkomna till föreningen. Vi kan då även ge lite mer personligt riktad information, om både träningsmöjligheter och underhållningstillfällen.

Aktiviteter

Jansson fest

16/1 Jansson fest på Blommenhof med 33 medlemmar som åt Jansson med tilltugg och hade en trevlig eftermiddag musik med allsång till Uno Hesselgren på gitarr.

Alla Hjärtans Dag

13/2 Alla Hjärtans dag på Apotek Gripen. Björn Gustafsson mötte upp kunder och hjälpte dem att ta sitt blodtryck gratis. Blott 9 som var från vår förening.

Hjärtdagen

Hjärtdagen den 17/2 i fyllde Culturums Olrogsal när Hjärtteamet från Nyköpings lasarett höll föredrag. Förutom hjärtöverläkare Kristian Waern Bugge fanns både hjärtsjuksköterska, dietist och sjukgymnast med på plats och pratade om de hjärtproblem, både kända och dolda, som finns.

Årsmöte

24/2 Årsmöte, 39 medlemmar deltog . Styrelsen beviljades ansvarsfrihet.

Medlemsmöte

9/3 Medlemsmöte, vi besöktes av sportreportern Mats Strandberg som imiterade gamla kollegor. 29 medlemmar deltog varav 2 st. var nya medlemmar.

Öppet hus.

29/3 Öppet hus, blev mycket lyckat med 27 medlemmar som underhölls av Taubekören och trivdes runt kaffebordet.

Hälsans Stig Lördagen den 12/4 hade HjärtLung en aktivitet intill Hälsans Stig vid hamnens dansbana. HjärtLung, som är ansvariga för Hälsans Stig, hade förutom information om stigen och om HjärtLung ordnat med en tipspromenad utefter en del av stigen. 36 stycken lämnade in sina svarstalonger.

Sommarfest
1/6 Sommarfest i Tuna Församlingshem. 37 st. betalande medlemmar kom för att äta och dricka gott, gå tipspromenad, tävla i 5-kamp och köpa lotter. Peter och Eva Malmström underhöll oss med musik och ordnade allsång. En trevlig och uppskattad kväll.

Utflykt
18/8 besök på skärgårds muséet i Oxelösund. 17 medlemmar fick en guidad tur.

Sillfest
30/8 lyckad sill fest vid Ängstugans kolonis dansbana . 39 medlemmar festade på god hemlagad mat, spelade på vinhjul och lyssnade till trio Malmström.

Hälsans stig
10/9 Hälsans Stig i Oxelösund. Utefter stigen fanns en tipspromenad med frågor. Bland 12 deltagare hade Solveig Borgström och Sigge Mauermann flest rätt. Vi invigde vår nya beach flagga.

Öppet hus
26/9 Öppet Hus i Handikappalliansen, vi hade bjudit in Kent Nykvist som underhöll oss med sång och gitarrspel, dålig närvaro, bara 10 personer kom.

Medlemsmöte
28/9 höstens medlemsmöte i Handikappalliansen Nyköping. Filmen "en man som heter Ove" visades för de 24 medlemmar som var på plats. Mare Andersson hade anordnat lotteri.

Medlemsmöte
11/10 Medlemsmöte på Koordinaten i Oxelösund med mannekänguppvisning. Svedlindhs herrekipering och Otildas fasoner visade upp höstens kollektion med hjälp av våra medlemmar som mannekänger.

Alkoholfri vinprovning
25/10 alkoholfri vinprovning blev inställd, då anmälningarna blev för få.

KOL- dagen
6/11 Kol- dagen, blev ett uppskattat föredrag på Culturum inför cirka 45 personer. Kol- teamet från Stadsfjärdens vårdcentral Cirka pratade och visade om orsaker till Kol, olika typer av Kol och vad man gör för att leva med kol.

Konsert
18/11 The Ledgens på Culturum blev en lyckad kväll, med lite mingel hos "oss" innan vi gick för att höra mycket bra kopior av Elvis, Roy Orbinson och Jerry Lee Lewis.

Lucia.
7/12 kom 52st medlemmar för att titta på Lucia med tärnor och tomte på Handikappalliansen. Tonsvalorna stod för sången. Efter det avnjöts det julsmörgås och kaffe. Mare och Britt-Marie höll i lotteriet.

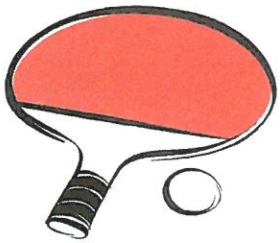
Hälsa/Motion

Stavgång.
Stavgångargänget använder stigen regelbundet varje tisdag fm. maj-augusti då landgympan har sommar uppehåll.

Gymnastik
Under året har ett flertal medlemmar motionerat med landgympa och vattengympa.
Vattengymnastiken har under året pågått måndag och fredag 16 ggr per termin.
Gymnastikgruppen som träffas på tisdagar 16 ggr per termin med god anslutning. Ledare har varit Wanja Ackelman och Ann-Britt Andersson.

Qigong
Vi har haft Qigong 10 ggr på höst terminen. Ingegerd Lundqvist har varit ledare. Det var 8 stycken som deltagit

Bordtennis



Verksamhetsberättelse HjärtLung Bordtennissektion 2016

Tyvärr kunde vi inte fortsätta med vårt BT-spel under 2016. Den redan tunna skaran 5-8 spelare decimerades redan i starten av 2016 och vi såg ingen möjlighet att fortsätta. Vi hopas att vi nu skall få några nya intresserade för att kunna starta igen.

Boule

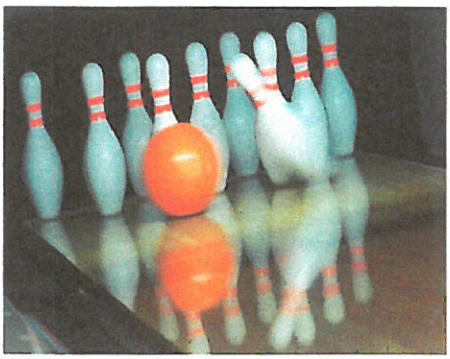
Boulesektionens Verksamhetsberättelse 2016

Under året har vi spelat boule vid Rosvalla både ute och inne. Vi har varit mellan 15- 25 personer hela året.
Vi har spelat i Sjösa där några ordnat med spel, lekar och mat. Vi sjöng allsång och hade roligt.

Vi var en heldag vid Dragsvik under juli med boule spel, lekar, knytis och trevlig samvaro 24 pers.
Vi har spelat mot HjärtLung Norrköping i Krokek där vi bjöds på kaffe och landgång. Vi bjöd in till spel i Nyköping 2017.

Vi avslutade hösten med Julfest där23 st drack glögg åt pepparkakor och minglade innan vi satte oss till bords och avnjöt ICA- Maxis goda jultalrik, drack kaffe med kaka och sjöng allsång.
Vi har under hösten spelat torsdagar inne på Rosvalla, men f.o.m 11 jan 2017 spelar vi onsdagar som förut.

Bowling



Verksamhetsberättelse HjärtLung Bowlingsektion 2016

Under året har 31 medlemmar registrerats för bowlingspel på tisdagarna i Nyköpings bowlinghall. Vi började vecka 2 fram till vecka 52,med uppehåll under sommaren. Snittet per träning har legat på 15 spelare. Totalt under året har vi träffats 34 tisdagar i Bowlinghallen.

Den 18-21 maj spelades Riksmästerskapen i Bowling för HjärtLung i Helsingborg. Vår förening deltog med 12 spelare fördelade på 3 lag. I lagspelet blev placeringarna utmärkta med plats 2,3 och 4 bland 20 lag. I singelspelet deltog totalt 77 herrar och 36 damer. Även här var det mycket bra spel. Bäst lyckades de tre damerna, som alla 3 gick till final. I finalen blev Irene Roman 2:a, Anita Wennberg 5:a och Mona Pettersson 6:a bland de 12 finalisterna. Bland herrarna var det Jan-Erik Lindqvist och Evert Petterson som var bäst och och kvalificerade sig för final. I finalen blev Jan-Erik bäst med en 6:e plats, med Evert på 12.e. Under den avslutande banketten fick vi veta att nästa års RM kommer att spelas i Gävle den 17- 20/5 Vi hoppas då på en ny framgångsrik och trivsam resa i vårt glada bowlinggäng.

Den 20 december avslutade vi årets bowlingspel med en lagtävling. 21 spelare fördelade på 5 lag kämpade i 10 serier om att bli lagmästare. Bäst lyckads lag Jan-Erik Lindqvist med hjälp av Lennart Ekberg, Björn Gustafsson och Hasse Nilsson på 1631 poäng. Sedan följde lag Lasse Thomelius, lag Erland Nilsson, lag Johan Högström och lag Anders Eriksson. Efter spelet samlades alla för en mycket god julsmörgås samt kaffe. Start igen blir den 10 januari och vi hoppas då att vi får återse samtliga närvarande och kanske några nyförärv.

Glädjande är att antal spelare var samma som 2015. Några har slutat, men några har också tillkommit. Vi har dock fortfarande plats för fler spelare, så kom och prova på till kommande säsong.