

Verksamhetsplan för 2015 Föreningen HjärtLung Stockholm

Ändamål och uppgifter

Föreningen har till uppgift att med ledning av Riksförbundets kongressbeslut, stadgar och riktlinjer verka inom tre huvudområden:

- Opinionsbildning
- Livsstilsförändring
- Trygghet, stöd och gemenskap

FHLIS ska inom sitt geografiska område som motsvarar Stockholm stad, utifrån sina förutsättningar

- Informera om hjärt- och lungsjukas levnadsvillkor
- Skapa opinion kring och aktivt arbeta för hjärt- och lungsjukas rättigheter
- Arbeta med aktiviteter inom Hjärt- och Lungskolan
- Informera om lokalföreningens, Länsföreningens och Riksförbundets verksamhet
- Rekrytera medlemmar
- Erbjuder medlemmarna ett aktivt och meningsfullt medlemskap

Information om FHLIS lokalförenings verksamhet

Genom våra vår- och höstprogram, vår hemsida och i olika utskick via e-post och brev sprider vi information om FHLIS verksamhet. Under 2015 kommer vi att på flera sätt förbättra informationen dels genom att uppdatera medlemmarnas e-postadresser och utveckla hanteringen av information via utskick.

Information om hjärt- och lungsjukas levnadsvillkor och medlemsvärvning

För att sprida information om föreningen och dess verksamhet planerar vi att delta i utåtriktade aktiviteter. Detta genom att bland annat delta i evenemang anordnade av Riksförbundet, Länsföreningen och HSO Stockholm.

Eftervårdsombudens verksamhet

Eftervårdsombuden kommer även 2015 att arbeta med uppsökande verksamhet och fortsätta sprida information om FHLIS verksamhet vid sjukhus, specialistläkarmottagningar, KOL-skolor och vårdcentraler inom Stockholm stad. Det är en viktig verksamhet där vi får möjlighet att träffa presumtiva medlemmar och informera om vår verksamhet.

Opinionsbildning och aktivt arbete för hjärt- och lungsjukas rättigheter

FHLIS är medlem i HSO, Handikappföreningarnas samverkansorgan i Stockholms stad där vi medverkar i gemenensamma frågor. FHLIS har ledamöter i fem handikappråd och kommer att fortsätta att arbeta aktivt i dessa.

I Länsföreningen har vi representant i styrelsen och deltar i diskussioner som vi har gemensamt med lokalföreningarna i Stockholms län.

Hjärt- Lungskolan

Behandlar sex olika områden som styrelsen arbetar för att involvera i verksamheten:

- Motion
- Samtalscirklar
- Sluta röka
- Kostcirklar
- Stresshantering
- Föreläsningar

Motion

Motion i olika former är viktiga aktiviteter för hälsan, för en bättre livskvalitet och för den sociala gemenskapen. Våra gymnastikgrupper på land och i vatten kommer att fortsätta liksom Linedance. Yoga är populärt och vi har yoga i olika grupper för både män och kvinnor samt medicinsk yoga.

Antalet deltagare i våra motionsgrupper har ökat men det finns utrymme för fler. Vi kommer att behålla vårt utbud av motionsaktiviteter.

Social gemenskap

Promenader, studiebesök med guidad visning, kulturevenemang, teaterbesök och handarbetsgrupp samt utflykter och studiecirklar inom olika områden skapar samhörighet och bryter isolering.

Styrelsen är alltid öppen för idéer och förslag från medlemmarna om vad som skulle kunna erbjudas då det gäller social gemenskap. Vi tror att det finns både behov och intresse för mycket som vi kan göra i grupp under det kommande året.

Samtalscirklar

Att träffa andra med samma sjukdomsbild känns värdefullt för många, speciellt den första tiden efter insjuknandet. Under våren startar FHLIS i samarbete med Länsföreningen en samtalscirkel för ICD-bärare. Vi kommer att fortsätta inbjuda medlemmarna till cirklar för hjärt- och lungsjuka.

75-års jubileum

Under året kommer vi att på olika sätt uppmärksamma FHLIS jubileum bl.a. genom:

- Jubileum/ bilderbok
- Föreläsningsserie
- Jubileumsfest 17 april
- Fler HLR-utbildningar

För övrigt hänvisas till vårens och höstens program.

Verksamhetsplanen överlämnas till Årsmötet 26 februari 2015

Styrelsen