

VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2019

Styrelsen för Hjärt- och Lungsjukas Förening i Sundsvall får härmed lämna sin berättelse över verksamheten under tiden 2019-01-01 – 2019-12-31.

STYRELSENS SAMMANSÄTTNING

Ordinarie:	Peter Helsinger	ordförande
	Bengt Norlander	vice ordförande
	Monica Johansson	kassör
	Berth Nordin	sekreterare
	Gunilla Granlund	ledamot
Ersättare:	Jan Ström	
	Bengt Tjernkvist	
Studieorganisatör:	Bengt Tjernkvist	
Eftervårdsombud		
för hjärtsjuka	Gunilla Granlund	
för lungsjuka	Anna-Stina Karlsson	
Arbetsutskott:	Peter Helsinger	
	Monica Johansson	
	Berth Nordin	
Firmatecknare,	Peter Helsinger	
två i förening	Bengt Norlander	
	Monica Johansson	
Revisorer:	Bertil Jansson	
	Martin Kling	
Revisorsersättare:	Ulf Andersson	

STYRELSE I STIFTELSENA

Medicinska fonden:	Ordinarie föreningsstyrelse och överläkare Per Blomström, Sundsvalls sjukhus.
Revisor:	Maria Lugnö, Ernst & Young
Ersättare:	Charlotte Bouvin, Ernst & Young
Medicinsk rådgivare:	Per Blomström, överläkare
40-års Jubileumsfonden:	Peter Helsinger. Monica Johansson och Gunilla Granlund
Revisorer:	Föreningens revisorer

ÖVRIGA

Länsföreningens årsmöte:	Gunilla Granlund, Bengt Tjernkvist och Jan Ström
Länsföreningens årsmöte, ersättare:	Monica Johansson
ABF:s möten, ombud:	Bengt Tjernkvist
Valberedning:	Ingen valberedning utsågs vid årsmötet 28 februari 2019.

MEDLEMSANTAL

Vid årets början hade föreningen 508 medlemmar. Under året har 19 medlemmar avlidit, 35 begärt utträde, 37 nya medlemmar tillkommit, 4 medlemmar återinträtt, 2 flyttat till föreningen och 2 flyttat från föreningen. Vid årets slut var medlemsantalet 495.

SAMMANTRÄDEN

Styrelsemöten:	11 sammanträden
Medicinska fonden:	Styrelsen – 3 sammanträden Beredningsgruppen – 3 sammanträden
40-års Jubileumsfonden:	1 sammanträde

Valda ledamöter, representanter och funktionärer har deltagit i:

22/3	Länsföreningens årsmöte deltog Gunilla Granlund, Bengt Tjernkvist och Jan Ström
9/5	Öppet Hus-arrangemang av funktionshindर्सföreningarna på Skepparegatan 5A
6/9	Gemensamt möte och fest i WF-lokalen för medlemmar i funktionshindर्सföreningarna. 82 medlemmar från olika föreningar deltog
6 – 8/9	Yin-yogakurs i Skogsnäs, Ingmarie Fredin Risberg deltog
10/9	ABFs Cirkelledarutbildning - Anna-Stina Karlsson deltog
12/9	Friskis & Sveltis, genomgång av befintliga och nya redskap och tekniker för cirkelgym; Ingmarie Fredin Risberg, Hans Risberg, Birgitta Kristianson och Britt-Marie Formgren deltog
3–5/10	Riksförbundet HjärtLungs konferens för egenvårdsombud och studieorganisatörer Gunilla Granlund och Anna-Stina Karlsson deltog
24–26/10	Bengt Tjernkvist deltog
8/11	ABFs Inspirationsdag deltog Gunilla Granlund, Monica Johansson, Anna-Stina Karlsson, Berth Nordin, Jan Ström och Bengt Tjernkvist
29–30/11	Av Länsföreningen anordnad träff med länets lokalföreningar på Hotell Höga Kusten. Deltagare från Sundsvall – Peter Helsinger, Bengt Tjernkvist, Berth Nordin och Jan Ström
4/12	Uppföljning ABFs Inspirationsdag deltog Berth Nordin
18/2, 29/4, 23/9, 4/11	Hjärtkola anordnad av Kardiologen, Sundsvalls sjukhus. Gunilla Granlund har deltagit och informerat om HjärtLung-föreningens verksamhet
6 möten	Samrådsmöte med olika funktionshindर्सföreningar på Skepparegatan 5A - Peter Helsinger har deltagit Peter Helsinger har hållit HLR-info på MittMedia Peter Helsinger har deltagit i - telefonkonferens med Riksförbundet HjärtLungs HLR-grupp - telefonmöte med Riksförbundet HjärtLung angående föreningarnas situation och krav på Riksförbundet.

HJÄRT-LUNGRÄDDNING – HLR (med defibrillering/hjärtstartare).

Föreningen har under 2019 genomfört utbildning i HLR med defibrillering.

- Vid 15 kurstillfällen har 252 personer deltagit, varav 30 medlemmar i föreningen

MEDLEMSTRÄFF (tisdagar)

		Antal deltagare
9/4	Närproducerade godsaker	21
8/10	Oktoberfest med underhållning av Trubaduon Albert & Jacob	21
12/11	Tommy Jansson berättade Sundsvalls historia före branden 1888	25

FREDAGSTRÄFF

Antal deltagare

25/1	Polisen informerade om bedrägerier och gav tips på hur man undviker att bli lurad	30
22/2	Bingo	16
29/3	Underhållning med Trubaduon Albert & Jacob	32
26/4	Seniorshop visade vår- och sommarmode för damer och herrar	33
24/5	Bussutflykt till Flygmuséet, Söderhamn. Därefter lunch på Rest. Albertina i Skärså	28
31/8	Surströmmingsfest på Rest. Grankotten, N:a Berget Sundsvall	36
27/9	Seniorshop visade höstmodet	42
25/10	Vad gör vi när strömmen går? Information. Därefter underhållning av S O S	38
29/11	Underhållning av Gösta Malmrot och Tommy Teir	22
10/12	Julfest	47

Om inget annat anges, har medlemsträffar och fredagsträffar hållits i WF-lokalen på Nybrogatan 30.

FRISKVÅRDSAKTIVITETER FÖR MEDLEMMAR

Antal deltagare

Cirkelgymnastik på Friskis & Svettis

Då intresset varit fortsatt stort har aktiviteten skett i två grupper, en tisdagsgrupp och en onsdagsgrupp. (12 ggr/grupp och termin)

Ø 27

Ledare har varit Ingmarie Fredin Risberg och Birgitta Kristianson

Vattengymnastik på Alnöbadet

Torsdagar (12 ggr/termin)

Ø 43

Ledare har varit Anne-Marie Engström

Medicinsk Yoga på kansliet Skepparegatan 5A.

(10 ggr/grupp och termin)

Onsdagar, nybörjargrupp (startade på höstterminen) – ledare Ann Heselius

10

Torsdagar, fortsättningsgrupp – ledare Ingmarie Fredin Risberg

13

Tematräffar stresshantering på kansliet Skepparegatan 5A

4 träffar per termin

5

Ledare vårterminen: Gunilla Granlund, Yvonne Åström Anna-Stina Karlsson och Bengt Tjernkvist

Ledare höstterminen: Gunilla Granlund och Anna-Stina Karlsson

HJÄRTEMÅNAD - FEBRUARI

Antal deltagare

6/2 **Föreläsningar på Kulturmagasinet**

45

Apoteket AB - Michael Malmberg informerade och svarade på frågor om mediciner och Apotekets tjänster

Still Strong (gym för seniorer 55+) – Ulrika Nordin informerade om gymmets verksamhet

Medicinsk yoga – Ann Heselius, hjärtsjuksköterska, informerade och svarade på frågor

LUNGÅNADEN NOVEMBER

Antal deltagare

- 21/11 **Hur mår dina lungor? – Föreläsningar på Kulturmagasinet**
Apoteket AB – Michael Malmberg berättade om vaccinationer och vilka tjänster Apoteket erbjuder
Lungsjukdomar – Björn Sundberg, läkare, och Linda Sjölander, fysioterapeut, berättade om diagnos, behandling och rehabilitering

34

LOTTERI

Under året har 6 personer prenumererat på Bingolotter. 146 Folkspels Sverigelotter har sålts.

STIFTELSE

Föreningen förvaltar två stiftelser, Medicinska Fonden och 40-års Jubileumsfonden. Se särskilda redovisningar.

KANSLIET

Sedan oktober 2018 är Frida Hallgren anställd på kansliet.

SLUTORD

Föreningens verksamhet har rönt stor uppskattning från såväl våra medlemmar som externt. Våra ledare/instruktörer har lagt ner ett utomordentligt och engagerat arbete som uppskattats av deltagarna. Vi hoppas på att många fler medlemmar deltar i våra arrangemang under 2020.

Föreningen är en av de ledande aktörerna vad avser HLR-utbildning, vilken, tillsammans med försäljning av hjärtstartare, har bidragit till att det nu finns 130 registrerade hjärtstartare i Sundsvalls innerstad.

Till alla funktionärer, ledare och övriga som hjälpt till under verksamhetsåret vill jag framföra ett stort och varmt TACK.

L Peter U Helsinger
 Ordförande