



Verksamhetsberättelse 2019

Årsmötet

Föreningen HjärtLung, Västervik har haft årsmöte den 24 februari i föreningens lokal på Jurastigen. Ca 40-personer hade hörsammat kallelsen. Efter att ordförande Carl-Gunnar Regin hälsat välkommen så inledde mötesordföranden Anita Johansson genom att förrätta parentation samt att läsa en dikt. Efter sedvanliga årsmötesförhandlingar, där bl.a. C-G Regin fick förnyat förtroende som ordförande, avtackades avgående förtroendemän.

Innan kaffet kunde avnjutas så svarade Marcus Brännström för underhållningen. Han tolkade Allan Edvalls texter och musik.

Kol- hjärtgymnastiken

Kol- och hjärtgymnastiken är inne på sitt 4:e år. Vi har kört på som vanligt. Tisdagsgruppen klockan 11.15 – 12.15. Onsdagsgruppen tränar klockan 10.00 – 11.00. Platsen är Tjust Rehabs lokaler på Edholmsgatan 15, Västervik.

Tisdagsmöten

5 februari

Föreningen har genomfört årets första "tisdagsmöte". Ett 20-tal medlemmar samlades i föreningslokalen på Jurastigen. Dagens program bestod i HLR, hjärt- och lungräddning. Utbildningen genomfördes av Diana Johansson. Först visades en instruktionsvideo och därefter fick deltagarna träna praktiskt på dockor. En värdefull utbildning som kan rädda liv vid en akutsituation.

Träffen avslutades sedvanligt med lotteri och kaffe.

5 mars

Föreningen har haft månadsmöte i föreningslokalen på Jurastigen. Ett 20-tal medlemmar hade hörsammat inbjudan, och fick nu möjligheten att veta lite mer om snarkningar och sömnapné. Sjuksköterskan vid Västerviks sjukhus, Sofia Harrysson berättade om problemen med snarkningar och sömnapné. Information gavs om möjligheterna till att få hjälp.

Efter den informella delen av mötet fick medlemmarna möjlighet att köpa lotter och njuta av kaffe.

3 september

Septembers månadsmöte var förlagt till Psykiatriska muséet på Getrudsvik. Ett 40-tal medlemmar fick en god inblick i forna tiders behandling av psykiskt sjuka personer. Även livet på Sankta Gertruds sjukhus, förr i tiden, visades. Medlemmarna guidades runt av före detta anställda på sjukhuset, under ledning av medlemmen Stanley Ahl.

Efter guidningen avnjöts en god kopp kaffe med tilltugg.

1 oktober

Föreningen har haft ett av höstens medlemsmöten. Dryga 20-talet medlemmar samlades i föreningslokalen för att där lyssna på vad Västervikskännaren, Anita Johansson hade att berätta. Dagens tema var byggnader och personer "söder om järnvägen." Anita berättade om byggnadernas historia, dess ev. boende och en hel del annat kurios. I samband med sin föreläsning visade Anita bilder för att illustrera berättelserna.

Medlemsmötet avslutades naturligtvis med en kopp kaffe och en hel del "snack" medlemmar emellan.



Utflykt till Lomstugan, Helgenäs

Vårutflykten till Lomstugan (utanför Helgenäs) söndagen den 26 maj kom 23 medlemmar som njöt av det varma försommarvädret. Korvgrillning och egna medtagna läckerheter.

Lottförsäljning

Föreningen HjärtLung, Västervik, är liksom många andra ideella föreningar beroende av inkomster. En viktig inkomstkälla är lotterier. Magnus Starkenberg är den som "drar ett stort lass" med lotterna. Ställ upp om Magnus kommer och frågar om lotterihjälp.

Polenresan

Årets medlemsresa gjorde Föreningen HjärtLung, Västervik i år till Polen. Den 10 maj gav sig 21 st. förväntansfulla medlemmar iväg på en tre-dagars resa med Kjells Buss. Bussresa till Karlskrona och därefter båt till Gdansk.

I Polen företogs rundtur i Gdansk under ledning av en mycket duktig lokal guide. Tid gavs även till att utforska den gamla staden på egen hand. Resan var utformad med tanke på medlemmarnas olika förutsättningar. Det var med ett stort leende, och en förhoppning om att snart åter få ge sig ut att resa, som deltagarna lämnade bussen i Västervik.

Korvgrillning ute vid Händelöp

Föreningen HjärtLung, Västervik har haft en medlemsträff den 14 augusti ute på Händelöp. Det var föreningsmedlemmen och Händelöpbonden Thomas Jönsson som bjöd in medlemmar till en stunds trevlig samvaro runt grillplatsen där grillkorven hade sin givna plats. 35-talet medlemmar trivdes i det vackra vädret och i den fina miljön.

Hjärtskolan

6 gånger om året besöker Föreningen HjärtLung, Västervik, Hjärtskolan på Västerviks sjukhus. Då informeras patienterna om föreningens olika aktiviteter, dels muntligt och dels genom att material utdelas. Ett mycket bra informationstillfälle där man kan väcka intresse för föreningen.

Julbord

Föreningen HjärtLung, Västervik "tjuvstartade" julen genom att bjuda in medlemmarna till ett julbord. Hela 80 st. personer hörsammade inbjudan och smörjde kråset med alla läckerheter som hör julens bord till. Platsen i år var på "Fabriken" som fick mycket beröm för det goda, och för den trevliga inramningen som gjorts på restaurangen. Marcus Brännström stod för underhållningen genom att framföra visor till eget gitarrackompanjement. Ett dignande vinstbord lockade många att köpa lotter.

Hjärt-kärl föreläsning

Föreningen HjärtLung, Västervik har haft glädjen att kunna bjuda in överläkare Joachim Starck, kärlkirurg vid Västerviks sjukhus, som föreläsare. Föreläsningens rubrik var: "Vad är kärlsjukdom, och vad kan vi göra åt den". Joachim föreläste på ett mycket medryckande och intressant sätt om bl.a. benartärsjukdomar och andra kärlsjukdomar. Bl.a. avhandlades den sk. "fönstertittarsjukan". Till sin hjälp hade Joachim också sjukgymnast Elisabeth Delvert. Tillsammans gav de åhörarna många värdefulla och tankvärda tips om hur man kan lindra och även försöka undvika att drabbas av kärlsjukdomar. Elementära tips som att leva sunt, inte röka, vara måttlig med alkohol, motionera och äta näringsriktigt.

Efter en fruktstundspaus lämnades plats för frågor från de 40-tal personer som hörsammat inbjudan.



Utflykt till Lomstugan, Helgenäs

Vårutflykten till Lomstugan (utanför Helgenäs) söndagen den 26 maj kom 23 medlemmar som njöt av det varma försommarvädret. Korvgrillning och egna medtagna läckerheter.

Lottförsäljning

Föreningen HjärtLung, Västervik, är liksom många andra ideella föreningar beroende av inkomster. En viktig inkomstkälla är lotterier. Magnus Starkenberg är den som "drar ett stort lass" med lotterna. Ställ upp om Magnus kommer och frågar om lotterihjälp.

Polenresan

Årets medlemsresa gjorde Föreningen HjärtLung, Västervik i år till Polen. Den 10 maj gav sig 21 st. förväntansfulla medlemmar iväg på en tre-dagars resa med Kjells Buss. Bussresa till Karlskrona och därefter båt till Gdansk.

I Polen företogs rundtur i Gdansk under ledning av en mycket duktig lokal guide. Tid gavs även till att utforska den gamla staden på egen hand. Resan var utformad med tanke på medlemmarnas olika förutsättningar. Det var med ett stort leende, och en förhoppning om att snart åter få ge sig ut att resa, som deltagarna lämnade bussen i Västervik.

Korvgrillning ute vid Händelöp

Föreningen HjärtLung, Västervik har haft en medlemsträff den 14 augusti ute på Händelöp. Det var föreningsmedlemmen och Händelöpbonden Thomas Jönsson som bjöd in medlemmar till en stunds trevlig samvaro runt grillplatsen där grillkorven hade sin givna plats. 35-talet medlemmar trivdes i det vackra vädret och i den fina miljön.

Hjärtskolan

6 gånger om året besöker Föreningen HjärtLung, Västervik, Hjärtskolan på Västerviks sjukhus. Då informeras patienterna om föreningens olika aktiviteter, dels muntligt och dels genom att material utdelas. Ett mycket bra informationstillfälle där man kan väcka intresse för föreningen.

Julbord

Föreningen HjärtLung, Västervik "tjuvstartade" julen genom att bjuda in medlemmarna till ett julbord. Hela 80 st. personer hörsammade inbjudan och smörjde kråset med alla läckerheter som hör julens bord till. Platsen i år var på "Fabriken" som fick mycket beröm för det goda, och för den trevliga inramningen som gjorts på restaurangen. Marcus Brännström stod för underhållningen genom att framföra visor till eget gitarrackompanjemang. Ett dignande vinstbord lockade många att köpa lotter.

Hjärt-kärl föreläsning

Föreningen HjärtLung, Västervik har haft glädjen att kunna bjuda in överläkare Joachim Starck, kärlkirurg vid Västerviks sjukhus, som föreläsare. Föreläsningens rubrik var: "Vad är kärlsjukdom, och vad kan vi göra åt den". Joachim föreläste på ett mycket medryckande och intressant sätt om bl.a. benartärsjukdomar och andra kärlsjukdomar. Bl.a. avhandlades den sk. "fönstertittarsjukan". Till sin hjälp hade Joachim också sjukgymnast Elisabeth Delvert. Tillsammans gav de åhörarna många värdefulla och tankvärda tips om hur man kan lindra och även försöka undvika att drabbas av kärlsjukdomar. Elementära tips som att leva sunt, inte röka, vara måttlig med alkohol, motionera och äta näringsriktigt.

Efter en fruktstundspaus lämnades plats för frågor från de 40-tal personer som hörsammat inbjudan.



Föreningen Västervik

HjärtLung

STYRELSEN

Styrelsen har under verksamhetsåret haft följande sammansättning: ordf. Carl-Gunnar Regin, Vice Ordf. Åke Ingbrand, kassör Christer Schöldquist, Sekreterare Per Adlersson, ledamöter Magnus Starkenberg, Diana Johansson, Siv-Britt Sjöberg. Ersättare i styrelsen: Leif Eriksson, Björn Swahn.

Medlemsantalet har under året ökat från 174 till 203 medlemmar.
Föreningen har under året premierats med tårta från förbundet för ökat medlemsantal.

STYRELSEMÖTEN

Styrelsen har haft 7 stycken protokollförda möten, samt ett protokollfört AU.

AKTIVITETER

Kol och hjärtgymnastikgrupperna har tränat vid 86 tillfällen med 25 deltagare i genomsnitt.
I Övrigt se bifogat aktivitetsblad.

EKONOMI

Bank 126.244,75;- Kassa: 747;-

SLUTORD

Föreningen vill tacka alla för det gångna verksamhetsåret. Tack till er som ställt upp och hjälpt till under året.
Tack till er som skänkt priser till våra lotterier och tack för att ni köpt lotter.
Svårigheten med att driva en förening i dagsläget är att hitta frivilliga, till ex. viss styrelsearbete.
Känner du att du kan bidra till föreningens bästa så vore vi tacksamma om du kunde höra av dig.
Vi strävar efter en jämn könsfördelning så kvinnor hör av er.

Västervik 1 Februari 2020

Carl-Gunnar Regin

Åke Ingbrand

Diana Johansson

Magnus Starkenberg

Christer Schöldquist

Per Adlersson

Siv-Britt Sjöberg

Leif Eriksson

Björn Swahn