

## Kommande aktiviteter

### 2020-02-12

Träff för föräldrar och andra intresserade på café UH

### 2020-02-25

Föreläsning på café UH – Anhörig, att leva med någon som har diabetes.

### 2020-03-11

Infoträff om typ 2 i Bredbyn

### 2020-03-18

Infoträff om typ 2 i Husum

### 2020-03-19

Årsmöte på café UH

### 2020-03-25

Infoträff om typ 2 i Björna

### 2020-05-16

Diabetesloppet - Höglandssjön

God fortsättning på det nya året!

När vi nu summerar året som gått så har det varit ett fantastiskt år med olika föreläsningar, Diabetesloppet, golftävlingen Blå Ringen och årets sista aktivitet Diabetesgalan. De tre insamlingsaktiviteterna har gjort det möjligt för oss att skänka 75 000 kr till Diabetesfonden. Ett stort tack till alla som har varit med och bidragit till detta. Nu är det ett nytt år och nya möjligheter. Vi bjuder in till föreläsning och träff för föräldrar m.fl. i februari, vi kör Diabetesloppet i maj, golftävlingen i juli och nytt för i år är att vi bjuder in till informationsträffar för typ 2:or som bor utanför stadskärnan under tre onsdagar i mars. Läs mer nedan och i bifogad inbjudan.

Jag måste också göra en reflektion av reportaget i tidningen "Allt om diabetes, nr 5 2019" som handlade om barn och även vuxna i utvecklingsländer som inte har tillgång till insulin. Då är jag glad och tacksam att vi bor i Sverige och har gratis insulin och andra hjälpmedel, i alla fall om du är typ 1:a. Men det är kanske inget som varar för evigt om politikerna får bestämma. Det är tur att vårt Förbund jobbar hårt för detta. Vår förening är i alla fall delaktig till att stötta dessa barn i utvecklingsländer genom vårt insamlingsprojekt Diabetesloppet. Där går en del av det insamlade beloppet till fonden "Life for a child". Så nu har DU möjlighet att hjälpa till genom att delta i årets Diabeteslopp den 16 maj.

Hoppas vi ses – Styrelsen!

## Medlemskategorier

Visst vet ni om att det är enhetlig medlemsavgift och nya medlemskategorier som gäller för hela landet. När det är dags att förnya medlemskapet – vilket sker som vanligt på årsbasis – övergår tidigare kategori "Medlem med tidning" till "Huvudmedlem" med tidning, samt "Familjemedlem" till "Supportmedlem".

## Kontaktuppgifter

**Lars Persson**, ordförande  
tel. 073-830 36 46

**Ulrika Emanuelsson**, sekreterare  
tel. 070-668 07 69

**Karl G Wiklund**, kassör  
tel. 070-629 56 35

**Bengt Sjölin**, medlemsfrågor  
tel. 070-548 02 12

Kom ihåg. Anmäl adressändring till Förbundet. Tel: 08-564 821 00

Alla nuvarande medlemmar kommer automatiskt att föras över till dessa två nya kategorier. För barn under 18 år finns även en kategori, som heter just "Barnmedlem" och kostar endast 100 kronor per år. "Huvudmedlemmar" kan också ansöka om autogiro för att förenkla betalningsrutinerna. Önskas kategorin "Barnmedlem" eller betalning av huvudmedlemskapet med autogiro, kontakta Diabetesförbundets kansli på telefon 08-564 821 00 så hjälper de dig. För mer information besök <https://www.diabetes.se/medlemskapFAQ>. Källa: Diabetesförbundet.

## Cafékväll med prat om livet med diabetes

Vi i Örnsköldsviks Diabetesförening ville testa något nytt, så den 24 september hade vi bjudit in till en cafékväll på café Himmel och Pannkaka. Vi träffades över en kopp kaffe och smörgås för att fundera och prata om livet med diabetes. Vid varje bord fanns en fråga vi kunde utgå ifrån, för att hålla den röda tråden diabetes. Det var 17 personer som kom, jättekul. Det blev en trevlig och lyckad kväll, där vi också pratade om kommande arrangemang som diabetesgalakvällen den 14 november på O 'Learys. Vi frågade även vad våra medlemmar skulle vilja ha framöver, tex föreläsningar, promenader runt Hörnsjön.



Tyvärr var vi tvungen att ställa in föreläsningen den 29 oktober med temat anhörig.

/Kristina Grundström

## Gullängetdagen

Lördagen den 14 september var det Gullängetdagen. Då fanns föreningens ordförande Lars Persson på gnistan och informerade om diabetes och diabetesföreningen.



## Ansökan om bidrag till lägeravgiften

Ska du eller ditt barn åka på diabetesläger i vinter? Då kan du ansöka om bidrag till lägeravgiften från föreningen. Ansökan ska då vara föreningen tillhanda senast den 30/4.

## Galakväll på världsdabetesdagen



Det var en fantastisk kväll när Örnsköldsviks egen Diabetesgala anordnades tillsammans med O' Learys den 14 november. Kvällen började med välkomstdryck och mingel. Föreningens ordförande Lars Persson hälsade alla välkomna och särskilt välkommen till kvällens gästtalare Zandra Zinner. Zandra fick diabetes mitt i tonåren och visste inte så mycket om vad diabetes innebar. Hon läste upp en dikt som hon skrev just då när hon fick sin diabetes och fick ligga på sjukhuset ett tag. Den beskrev hennes känslor om att få denna sjukdom och den dikten berörde oss alla.



Zandra beskrev det som att man behöver en nyckelknippa med olika nycklar i sitt liv för att må bra, den viktigaste nyckeln är förstås insulin men man behöver ju även andra måbra nycklar i livet som ger styrka och som gör att man ser möjligheter trots sin jobbiga sjukdom, för Zandra är hennes häst en viktig del i livet. Hon tror också att det är bra att vara öppen med sin diabetes, tex att insulinpumpen kan vara synlig, det brukar ofta leda till positiva samtal. Ett stort tack till Zandra för att hon delgav oss sin diabeteshistoria.

Sen var det dags för god mat och den tv-sända Diabetesgalan från Globenannexet i Stockholm med Peter Jidhe, Molly Sandén och Isabell Adrian som värdar. Vi fick se och höra både gripande, upplysande och roliga berättelser om diabetes i vardagen samt trevlig underhållning med kända artister. Diabetesgalans syfte är att sprida kunskap om diabetes samt samla in pengar som oavkortat går till diabetesforskning.

Örnsköldsviks Diabetesförening har under året gjort olika insamlingar till förmån för diabetesforskning och O' Learys bidrog med 50 kr/gäst, så under kvällen ringde vi in till galan och skänkte 50 000 kr till diabetesforskningen. Galans totala insamlingssumma i Sverige blev i år över 8 miljoner kronor. Ett stort tack till alla som har varit med och bidragit till detta viktiga ändamål. //Ulrika Emanuelsson

## Träff för föräldrar och andra intresserade den 12/2

Vi utbyter tips och erfarenheter om hur vi bäst hanterar vardagen med diabetes i familjen.

Onsdagen den 12/2 kl 18:30 på café UH.

Ingen föranmälan behövs. Du kan även läsa mer om detta på vår facebook-sida.

Om ni har några frågor så hör av er till Linda Kristiansson 0730-787079

Välkomna hälsar Linda och Maria

## Inbjudan till kvällsföreläsning

Vi gör ett nytt försök med temat "anhörig" på februaris föreläsning eftersom vi blev tvungen att ställa in den senast och det är många som har varit intresserade.

Kom och låt dig inspireras. Du är välkommen oavsett vilken typ DU har!

**25/2 Föreläsning på café UH, Lasarettsgatan 9, Örnsköldsvik. Tid 18:00-20:00.**

**Anhörig - att leva med någon som har diabetes.**

**Som partner är du med på hela resan genom sjukdomen. Att känna mer oro än den som är drabbad är inte ovanligt. Kom och lyssna på Cecilia och Robert som bor tillsammans, tränar en hel del tillsammans och njuter av varandras sällskap. Se även bifogat program!**

För mer information kolla på hemsidan, [www.diabetes.se/ornskoldsvik](http://www.diabetes.se/ornskoldsvik) eller på vår facebook-sida, <https://www.facebook.com/ornskoldsvikdiabetesforening/>

Är du medlem så ingår föreläsningarna i din medlemsavgift, alla ni andra betalar 50 kr per föreläsning.

**Anmälan görs senast den 20:de varje månad** till [orskoldsvik@diabetes.se](mailto:orskoldsvik@diabetes.se) eller telefon 070-693 23 74 (Ingela) efter 18.00. //Anna och Maria

## Årsmöte

Torsdagen den 19:e mars bjuder vi in till årsmöte på café UH på Lasarettsgatan 9 i Ö-vik.

Se bifogat inbjudan. Hjärtligt välkomna önskar styrelsen!

## Informationsträffar för typ 2:or utanför centrum

Tre veckor i rad under mars månad bjuder föreningen in till informationsträffar om typ 2 diabetes i Bredbyn, Husum och Björna. Anhöriga är också välkomna. Se datum, plats och anmälan för respektive ort i bifogat inbjudan! Under träffarna deltar diabetessköterskorna för respektive hälsocentral tillsammans med Anna Forsberg, diabetessköterska på medicinmottagningen, Örnsköldsvikvics sjukhus.

## Minnesgåva vid begravning

*Att ge en minnesgåva är ett fint sätt att hedra en närstående.* Så här går du tillväga om du vill ge en gåva till Örnsköldsviks Diabetesförening i samband med begravning. För vår förening gäller följande: Betala in pengar, på bg 5332-1535 eller swisha till nr 123 147 86 01, (dock minst 100 kr för att vi ska skicka ett minnesblad) samt ring Linda Kristiansson i styrelsen på mobilnr 073-078 70 79 som då skriver ut & skickar minnesbladet. Vi önskar även adress till den församling/begravningsbyrå som minnesbladet ska skickas till.

Vi gör alltid vårt yttersta för att hälsningen ska komma fram i tid. Vi har ingen möjlighet att skriva minnesblad om ni inte kontaktar Linda i första hand eller någon annan i styrelsen. Tack för er gåva!