

Diabetesnytt

Nr 2, 2018



Kommande aktiviteter

2018-02-27

Föreläsning med dietist Anette Svensson & inspiratör Gun Nordfjell

2018-03-14

Årsmöte på café UH

2018-03-19

Träff för föräldrar & andra intresserade

2018-03-27

Föreläsning med kurator Caisa Lindström

2018-05-05

Diabetesloppet

Kontaktuppgifter

Lars Persson

Ordförande
tel. 0660- 37 11 59

Ulrika Emanuelsson

Sekreterare
tel. 0660-769 70

Lars-Gunnar Lundin

Kassör, medlemsfrågor
tel. 070-340 67 40

Adressändring

Kom ihåg att anmäla adressändring till kassören.

Hej!

Nu är verkligen vintern här och vilken snö vi har fått! Nu är det också årsmötetider och vårt årsmöte hålls den 14:e mars på café UH. Vi bifogar inbjudan, dagordning samt verksamhetsberättelsen för 2017. Om det är någon som vill ha ytterligare handlingar inför årsmötet så ta kontakt med någon av oss i styrelsen.

Föreläsningsserien fortsätter och som ni kan läsa nedan så var föreläsningen i januari väldigt populär och den 27:e februari är det dags igen.

Vill redan nu slå ett slag för Diabetesloppet som vi arrangerar den 5:e maj, där anmälningsavgiften går till Diabetesforskningen och pengar till forskning behövs så att vår vardag blir lättare.

Hoppas vi ses på någon av aktiviteterna!

/Styrelsen

Medlemsantalet på TOPP-nivå!

Året har startat med raketfart avseende nya medlemmar i föreningen. Efter en och en halv månad har vi fått 20 nya medlemmar och kan nu räkna in totalt 368 – och flera är på gång.

En stor bidragande orsak tror vi är den populära föreläsningsserien, som senast drog fulla hus på Café UH när hockeyspelaren Emil Molin gästade oss. En positiv trend är även att gå med som anhörig eller familjemedlem, om det redan finns en fullbetalande medlem i familjen. Anhöriga på samma adress kan bli familjemedlemmar för endast 100 kr per person och år. Kontakta Lars-Gunnar Lundin larsgunnarlundin@gmail.com eller telefon 070-340 67 40. Det går även bra att anmäla sig som medlem via Diabetesförbundets hemsida www.diabetes.se.

Emil Molin, en MÅL-inriktad diabetiker

Till Diabetesförningens första föreläsningsträff för året den 30 januari på Café UH, var MoDo Hockey spelaren Emil Molin inbjuden för att berätta hur han får livet att fungera, som hockeyspelare och diabetiker. Intresset var rekordstort vilket ledde till bokning av större konferensrum för att alla ca 60 deltagarna skulle få plats.

Emil är 24 år, uppväxt i Gävle och fick typ 1-diabetes vid 11 års ålder. Första fem åren var tuffa, inte minst att i puberteten få livet som diabetiker och idrottare att fungera. "Medicinen" blev "gör om, gör rätt". Emil valde Brynäs hockeygymnasium och på den tiden trodde inte folk det var möjligt att spela hockey som diabetiker, vilket Emil bevisat motsatsen med råge! Efter en sejour på 2 säsonger i Ängelholm och 1 år i USA kom Emil förra säsongen till Örnsköldsvik och Modo Hockey och trivs förträffligt här. Efter en detaljrik genomgång av hur en tränings- och matchdag ser ut, sammanfattade Emil sitt budskap under sex, för honom viktiga punkter och som vägledning till de närvarande idrottarna:



- 1) KÖP ER TID – ta inga sena beslut inför en match så att du hinner korrigera blodsockret om det är för högt eller för lågt.
- 2) RUTINER – hur, när och vad man äter. Välj strikt samma kost, som man har erfarenhet av för att det ska fungera med blodsockervärdena.
- 3) NÅNSTANS FÅ PROVA SJÄLV – och själv få göra misstag. Föräldrar måste kunna släppa greppet.
- 4) TUFFT – ge inte upp, det går om man vill!
- 5) VÅGA BE OM HJÄLP OCH VARA ÖPPEN – se till att (i Emils fall) t.ex. materialförvaltaren vet vad som gäller och omedelbart kan komma med snabbt blodsockerhöjande kost. Var öppen med din diabetes i skolan.
- 6) VÅGA TESTA SIG FRAM – för att få erfarenhet och lära sig hur sin kropp fungerar och reagerar i olika situationer.

Emil hade i förväg fått ett dussintal frågor och under hans föreläsning kom kompletterande frågeställningar från åhörarna och han svarade både ärligt, uppriktigt och utförligt på alla. Detta ledde till en interaktiv, informativ och intressant dialog. När det var dags för avrundning, skrev han efterlängtade autografer till fansen och fick som tack – för att han delade med sig av sitt liv som diabetiker och hockeyvirtuos – ett års gratis medlemskap i vår attraktiva förening. Eftersom Modo spelade hemmamatch mot Oskarshamn kvällen efter fick Emil förstås lyckosparkar från publiken och lovade givetvis vinst, vilket infriades med råge! Emil gjorde matchens snyggaste mål och blev utnämnd till matchens lirare.

Ja, Emil är en utmärkt ambassadör för både Modo Hockey och för oss med diabetes och att han leder allsvenskans skytteliga bevisar också att MÅL-inriktning är hans livselixir i alla perspektiv. /Lars-Gunnar Lundin

Träff för föräldrar & andra intresserade 19/3!

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

Måndagen den 19/3 kl 18:30 på café UH.
Ingen föranmälan behövs.

Om ni har några frågor så hör av er till:
Linda Kristiansson 0730-787079 eller
Anna M Forsberg 072-7000995

Föreläsningsserien

Föreläsningsserien har nu startat och den andra föreläsningen för i år är den 27:e februari. Kom och låt dej inspireras. Läs mer om dessa föreläsningar i bifogad inbjudan!

Plats: Café UH, Lasarettsgatan 9, Örnsköldsvik. Tid 18:00-20:00. Diabetesföreningen bjuder på fika.

Är du medlem så ingår föreläsningarna i medlemsavgiften, ickemedlemmar betalar 50 kr per föreläsning på plats.

Anmälan görs senast den 20:de varje månad till ornskoldsvik@diabetes.se eller telefon 073-8303646 (Lars) efter 17.30. Till februaris föreläsning gör vi ett undantag och accepterar sen anmälan pga. sent utskick.

/Anna & Maria

Årsmöte

Den 14:e mars bjuder vi in till årsmöte på café UH på Lasarettsgatan 9 i Örnsköldsvik klockan 19.00. Se bifogad inbjudan!

Hjärtligt välkomna önskar styrelsen!

Diabetesloppet 5:e maj

Vill redan nu påminna er om att årets Diabeteslopp går av stapeln den 5:e maj! Så boka in detta datum och var med att bidra till Diabetesforskningen! ALLA ÄR VÄLKOMNA!

Mer information kommer!

Vikten av korrekt information i medlemsregistret

Fortfarande innehåller vårt medlemsregister tyvärr för många medlemmar med varken korrekt eller komplett information, som t.ex. diabetestyp, telefonnummer och E-post. För nyfödda medlemmar sedan 2013 är obligatoriska uppgifter bl.a. personnummer och diabetestyp medan valfria uppgifter är t.ex. telefon (hem och arbete, mobiltelefon) samt E-post.

För att vi i föreningen ska kunna rikta våra aktiviteter till rätt målgrupp och få optimal möjlighet att komma i kontakt med våra medlemmar med aktuell information så snabbt och kostnadseffektivt som möjligt är det nödvändigt att vi har korrekta och så kompletta uppgifter som möjligt om Er. Detta gäller framförallt aktuella telefonnummer, adress och E-post men lika viktigt är personnummer och diabetestyp (typ1, typ2, anhörig eller övrig medlem).

Maila, SMS:a, ring eller posta ett brev med Era uppgifter till vår kassör Lars-Gunnar Lundin så uppdaterar han medlemsregistret. Lars-Gunnars kontaktuppgifter: larsgunnarlundin@gmail.com 070-340 67 40 Håvgatan 13, 89160 Örnsköldsvik

Diabetesförbundets hemsida www.diabetes.se.

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. Kyrkorna och begravningsbyråerna har idag begränsad möjlighet att hjälpa till med förmedling av gåvor till olika fonder, då det idag finns så enormt många olika fonder. Man hänvisar då till de olika fondernas/föreningarnas hemsidor.

För vår förening gäller följande:

Betala in pengar, på bg 5332-1535, (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!