



Riksförbundet
HjärtLung

Botkyrka-Salem

Föreningen HjärtLung Botkyrka-Salem

VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2021

Verksamhetsplan 2022



INNEHÅLL

Dagordning	2
Verksamhetsberättelse	3–9
Verksamhetsplan	10
Bil 1	11
Namnunderskrifter	12

Årsmöte 20 februari 2022 kl. 14.00

Föreningen HjärtLung Botkyrka-Salem

Folkets Hus Tumba

Scheelevägen 41–43 Tumba

Dagordning

- 1 Mötet öppnas, parentation
- 2 Fastställande av röstlängd
- 3 Fastställande av dagordning
- 4 Årsmötets behöriga sammankallande
- 5 Val av årsmötesordförande
- 6 Val av årsmötessekreterare
- 7 Val av protokolljusterare
- 8 Val av rösträknare
- 9 Styrelsens verksamhets- och ekonomiska berättelse
- 10 Revisorernas berättelse
- 11 Styrelsens ansvarsfrihet
- 12 Motioner
- 13 Fastställande av lokalföreningens verksamhetsplan
- 14 Fastställande av budget
- 15 Val av kassör
- 16 Val av ledamöter till styrelsen
- 17 Val av ersättare till styrelsen
- 18 Val av studieorganisatör
- 19 Val av egenvårdsombud hjärta
- 20 Val av egenvårdsombud kärl
- 21 Val av egenvårdsombud lunga
- 22 Val av revisorer
- 23 Val av ersättare till revisorer
- 24 Val av ombud till länsföreningens årsmöte*
- 25 Val av ersättare till länsföreningens årsmöte*
- 26 Val av ordförande till valberedning
- 27 Val av ledamöter till valberedning
- 28 Val av ersättare till valberedning
- 29 Hedersmedlem, avtackning och mötet avslutas

* Ledamot i länsföreningens styrelse är inte valbar som ombud eller ersättare till länsföreningens årsmöte.

Styrelsen

Yvonne Haglöf	ordförande
Britta Berglund	vice ordförande, sekreterare, EVO egenvårdsombud kärll
Kerstin Arvestad	kassör
Eva Lorenz	ledamot och EVO egenvårdsombud lunga
Britt Bergh	ledamot och EVO egenvårdsombud hjärta
Laila Ahl	ledamot, studieorganisatör, sammankallande i festkommittén
Håkan Esterling	ledamot
Maj-Britt Karlsson	ersättare
Orvokki Norrman	ersättare

Styrelsen har haft nio protokollförda styrelsemöten under året digitalt och fysiskt.

Revisorer

Ordinarie Ove Kallstenius och Sten Halvarsson, ersättare Pirjo Nevalainen

Hemsida, IT ansvarig, föreningens datorer

Birger Höglund, Sten Halvarsson

Valberedning

Ordförande Arne Morell, Olof Rudin, Andreas Gloor

Redaktionsansvariga

Livsgnistan 2 nummer/år Yvonne Haglöf, Sten Halvarsson och Birger Höglund

Ombud till ABF

Laila Ahl och Orvokki Norrman

Medlemsregisteransvarig

Birger Höglund, Kerstin Arvestad, Yvonne Haglöf (vi har deltagit i kurs för nya registret)

Festkommittén

Laila Ahl, Siwi Andersson, Maj-Britt Karlsson, Barbro Walther, Christian och Marika Wegscheider, Eva och Kjell Eriksson

Torsdagsträffen ansvariga

Laila Ahl och Maj-Britt Karlsson

Bingolotter

Försäljare Maj-Britt Karlsson

Verksamheten

Verksamhetsplanen för 2021 studerades och planerades utefter gällande pandemirestriktioner. Vi beslöt att under våren satsa mycket på uteverksamhet bland annat i Harbro med både promenad och socialt umgänge. Innegymnastiken i Idrottshuset, Tumba ställdes om till utegymnastik och fortsatte alla tisdagar till september då vi fick flytta in igen. Dansen Jerusalema blev populär och vi samlades på en parkering och dansade. Sedan gjorde vi en instruktionsfilm till dansen och skickade till Arvidsjaur. Den uppskattades eftersom de hade svårt att komma igång själva utan ledare.

Årsmötet 2021 kunde hållas digitalt tack vare att datahjälp/träning fanns varje vecka för att träna Teams av entusiastiska ledare.

Botkyrka kommun genomförde sin årliga Seniorvecka i oktober. Vi deltog med att visa våra aktiviteter på Tumba Tennis & Padel såsom gym, sittgympa, tennis, padel, tipspromenad med frågor om hjärtat, qigong och HLR. 13 medlemmar ställde upp och informerade om vår förening och våra aktiviteter. Radio Södertälje hörde av sig och ville sända live med intervju om HLR, syfte och mål med dagen samt intervjua en medlem om vikten av att träna vid hjärt- och lungsjukdom. Arrangemanget gav nya medlemmar.

I samarbete med Föreningen för hörselskadade och döva barn med familjer FHDBF har vi startat ett projekt HLR på teckenspråk med pengar från Stiftelsen för Hjärt-Lungräddning i Sverige. Bil. 1

Riksförbundet HjärtLung startade ett samarbete med Svenska Seniornet. Vi deltog i en pilotstudie som ska utvärderas 2022.

Riksförbundet HjärtLung har hållit kurs i det nya medlemsregistret som kommer att införas februari 2022 och vi deltog.

I november hölls HLR-kongressen i Göteborg, ett hjärtsäkert Sverige. Där presenterades nya riktlinjer som gäller fem år framåt. Vi deltog digitalt.

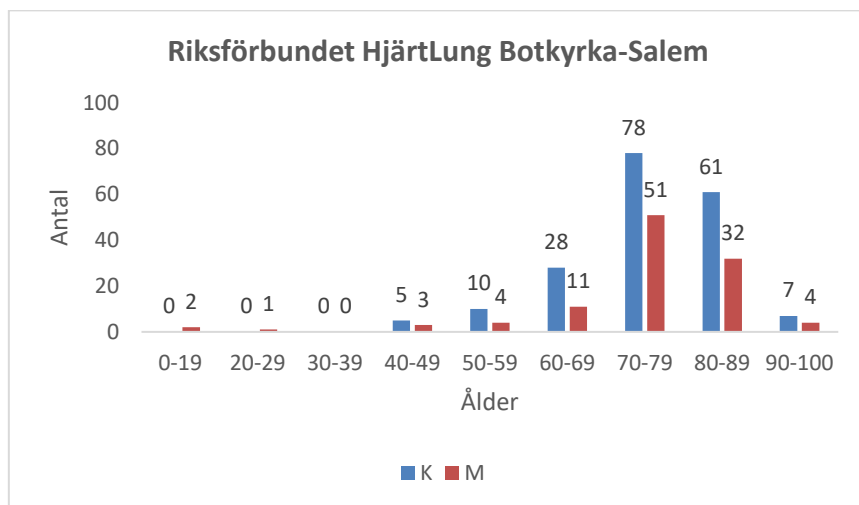
Länsföreningen HjärtLung Stockholm påbörjade en informationsbroschyr/film och behövde hjälp med aktiva medlemmar som utförde motionsaktiviteter och fick intervjuas. Vi ställde upp.

Riksförbundet HjärtLung bytte logga och namn för att förtydliga vår medlemsorganisation och inte förväxlas med annan organisation. För att sprida vårt nya namn Riksförbundet HjärtLung Botkyrka-Salem köpte vi in tröjor, visitkort med nya loggan på och gjorde en ny informationsbroschyr.

Vi i styrelsen har tagit del av debatter/ diskussioner/ digitala föreläsningar och hållit oss uppdaterade om sjukvården speciellt söder om Stockholm.

Engagemanget från våra medlemmar i kurser, debatter, intervjuer, temadagar och seminarier på lokal- läns- och riksnivå bidrar alltid till att göra skillnad

Antal medlemmar



Trots det nedåtgående intresset för föreningslivet som vi har kunnat läsa om i alla dagstidningar under året, har vi fått 27 nya medlemmar, vilket är mycket glädjande. Här ses åldersfördelningen i vår förening 2021.

År	Antal medlemmar	Nya medlemmar	Avlidna	Utträde/flyttat
2020	306	53	7	19
2021	297	27	11	7

Hjärt- och lungräddning

Alla HLR- kurser har administrerats av länsföreningen i Stockholm. HLR-teamet har bestått av flera HLR- instruktörer och en ICD informatör. Totalt under året har 9 personer utbildats i HLR för vuxna, 72 pedagoger i HLR för barn och HLR-demo i Tumba C med teckenspråk. Nämnas bör att instruktörerna som gjort jobbet kommer från vår förening!

Motionsaktivitet

Vi vet att långsiktig livsstilsförändring är avgörande för att förhindra återinsjuknande och att det kan vara svårt att lyckas på egen hand. I egen regi har vi genomfört ett gymnastikpass per vecka under året med inhyrd gymnastikledare, inhyrd träningscoach för motion/gym, spelat padel, uppvärmning inför motionen och sittgympa samt Qigong. Med hänsyn till pandemin har Träningskortet på Tumba Tennis & padel möjliggjort träning på egen hand alla dagar när restriktionerna har kunnat följas. Stavgångarna har kämpat på i alla väder.

Aktivitet	Antal grupper	Vårtermin antal Deltagare/tillfällen	Hösttermin antal Deltagare/tillfällen
Golvgymnastik ute + inne	1	12 17	12 15
Stavgång	1	4-5 15	4-5 10
Qigong TTP	1		10 10
Gym TTP alla dagar	Inskrivna med gymkort	30	30
Sittgympa / gym/ padel	"-" mån. 9-12	8-10 16	8-10 17

TTP = Tumba Tennis & Padel

Studiecirkel	Antal grupper/ledare	Vårtermin antal Deltagare/tillfällen	Hösttermin antal Deltagare/tillfällen
Harmonilära	1 Siwi Andersson	Inställt	8 10
Datakunskap digitalt och fysiskt	1 S Halvarsson B Höglund	6 6	6 6
Torsdagsträffen TTP	Torsdag 13–16	inställt	2-6 10

Föreläsningar/demonstrationer/information till allmänheten

Datum 2021	Aktivitet	Föreläsare	Plats Samarbetspartner	Antal ca besökare
13/10	Lungornas sjukdomar	Eva L	Tumba tennis padel	20
18/11	Tipspromenad lungor/lungmånaden	Eva L	Tumba tennis padel	10
1/3	Inspelning av Jerusalem med instruktioner	Fam Borg, fam Backhans, fam Bertilsson Ingela Högdal	Uttran	Till Arvidsjaur's HjärtLung
	Seniornet information	Seniornet Botkyrka	Tumba ABF huset	20
2/9	Seniornet information	Seniornet Salem	Murgrönan Salem	30
16/10	HLR med tolk och teckenspråk	HL Botkyrka-Salem FHDBF	Tumba C	Ca 75

Fester, resor och andra aktiviteter

Datum 2021	Aktivitet	Antal deltagare	Anordnat av
28/2	Jerusalema dans utomhus	50	Y Haglöf I Högdal
24/3 14/4 2/6 25/8	Möten med lunggruppen	4	E Lorenz H E sterling B Agnhage
24/3 – 31/5	Torsdagsträffar i Harbro	1–20	U-B Bertilsson, L Ahl
19/8	Hemlig bussresa strutsfarmen i Norrköping	50	L Ahl, K och M-B Karlsson
20/9	Seniorveckan	Ca 20	H Esterling
25/9	Räkfrossa	48	Festkommittén
21/10	45 år Sopplunch Greta Garbo Tumba	100	H Esterling

Kontakter med sjukhus och vårdcentraler

Eva Lorenz och Britt Bergh

Handikapporganisationernas samrådsgrupp Botkyrka-Salem

Eva Lorenz

Arbetsgruppen för funktionshinderfrågor f.d. KRF

15 februari	Digitalt	Funktionsrättsrådet	Botkyrka Kommun	Eva L
10 maj	Digitalt	Funktionsrättsrådet	Botkyrka Kommun	
7 sep	Digitalt	Funktionsrättsrådet	Botkyrka Kommun	
18 okt	Digitalt	Funktionsrättsrådet	Botkyrka Kommun	
6 dec	Digitalt	Funktionsrättsrådet	Botkyrka Kommun	

Särskilda uppdrag inom Riksförbundet HjärtLung Stockholms län

Ledamot Länsföreningens styrelse Stockholm samt egenvårdsombud, hjärta	B Bergh
ICD-kontaktperson samt ICD- möten (<i>ICD inopererad hjärtstartare</i>)	
Samrådsgrupp Södersjukhuset	B Bergh
Länshuvudinstruktör Vuxen HLR	E Lorenz, Y Haglöf
Länshuvudinstruktör Barn HLR	Y Haglöf
Deltagit i två styrelsemöten	E Lorenz

Uppdrag i Region Stockholm utsedda av Funktionsrätt Stockholms län

Samrådsgrupp Hälso- och sjukvårdsförvaltningen	B Bergh
--	---------

Särskilda uppdrag från Riksförbundet HjärtLung som patientrepresentant

B Bergh

Sakkunniggrupper Nationell Högspecialiserad Vård, Socialstyrelsen
vårdområden Kardiomyopati (hjärtmuskelsjukdom) samt Extraktion av Pacemaker/
ICD-utrustning (ICD= inopererad hjärtstartare).
Styrgruppen för Nationella registret för Kateterablationer
Styrgrupp för Svenska Pacemaker/ICD-registret

Kontakter med sjukhus, vårdcentraler och rehab.

B Berg

De fysiska föreläsningsserierna för patienter med kranskärslsjukdom (Hjärtskola) har under våren varit inställda på grund av risk för coronasmitta.

Under hösten anordnades en mycket komprimerad digital hjärtskola på Karolinska Universitet sjukhuset, Huddinge samt på senhösten två fysiska skolor i små grupper utan anhängare. Mycket få patienter anmälde sig till den fysiska Hjärtskolan.

Information och utbildning av patienterna har ersatts med individuella möten och via telefon samt via verktyget "Digitalt stöd för sekundärprevention vid kranskärslsjukdom". Det är ett nytt verktyg för att ge hjärtinfarktpatienterna stöd hemma under rehabiliteringen. Patienten ordinerar verktyget som nås via 1177.

Södersjukhusets samrådsgrupp har inte haft möjlighet till möten under året. Men kommer under 2022 bjuda in till samverkansmöten för bl.a informera om den nya ledningsstrukturen på sjukhuset, där patientmedverkan är ett fokusområde.

Samverkansrådet med Hälso- och sjukvårdsförvaltningen har genomförts digitalt. Några punkter som diskuterats har handlat om coronapandemins påverkan på hälso-och sjukvården i Region Stockholm och vaccination mot coronavirus samt nytt regelverk för patientavgifter.

Fysiska kontakter med vårdcentraler och rehab har i skett vid få tillfällen under året. Aleris Rehab i Tullinge har visat intresse för utbildningsmaterialet. "Aktiv med hjärtsvikt" och planerar att starta en hjärtsviktsgrupp men avvaktar på grund av coronapandemin.

Patientrepresentant i kvalitetsregister samt utvecklingsprojekt

B Bergh

Patientrepresentation i forskning och utvecklingsarbeten syftar till att lyfta fram och belysa patientens perspektiv i alla delar av ett projekt. Detta har på de senaste åren uppmärksammas av sjukvården och efterfrågan på patientrepresentanter är stor. Det är en fråga som också förbundsstyrelsen driver genom att prioritera anslag till forskningsprojekt, där vi finns med som forskningspartner.

Under året har patientmedverkan skett i två kvalitetsregister Nationella registret för Kateterablationer, samt i styrgruppen för Svenska Pacemaker-/ ICD-registret. Denna verksamhet har kunnat fortgå under året via digitala verktyg.

Medverkan har också skett i sakkunniggrupper inom Nationell Högspecialiserad Vård, som Socialstyrelsen ansvarar för. Nationell Högspecialiserad Vård utföres sällan är komplex och kräver speciell kompetens och utrustning. Denna typ av vård bör koncentreras till maximalt 5 enheter i landet för att förbättra dels förutsättningarna att utveckla vården, dels möjligheter att erbjuda god och jämlikvård till alla. Vårdområden som varit aktuella är Kardiomyopati (hjärtmuskelsjukdom) samt Extraktion av Pacemaker/ICD – utrustning.

Uppdrag inom Riksförbundet

Arbets- och supportergrupp Episerver hemsidan	B Höglund
Ingår i Riksförbundets HLR-Team	Y Haglöf
Huvudinstruktör B-HLR, vuxen-HLR	" - "
Pilotstudie digital HLR-kurs för fem deltagare	" - "

Deltagit i digitala seminarier, föreläsningar och intervjuer

Januari

Arbets- och supportergrupp Episerver hemsidan	B Höglund
Ingår i Riksförbundets HLR-Team	Y Haglöf
Huvudinstruktör B-HLR, vuxen-HLR	" - "
Pilotstudie digital HLR-kurs för fem deltagare	" - "

Februari

Om precisionsmedicin, Karolinska Institutet	B Berglund
Om uppföljning av samtycke och patientperspektiv, Biobanker	" - "
Regionalt nätverk, Centrum för sällsynta diagnoser och Sällsynta diagnoser	" - "
Sex föredrag: Hjärtsvikt, Smärta vid EDS, Funktionsnedsättningar, Diabetes	" - "
Om Patientcentrerad vård, Hjärtamyloidosis Umeå	B Berglund E Lorenz
Vad är förmaksflimmer hur fångar man det prof. Schenk	B Bergh E Lorenz
Hjärtsvikt vad, varför, beh. A Modica	" - "
Info. Om Bot. Kommun Funktionsrättsrådet	" - "
"Hjärtklaffssjukdomar Nya förbättrade metoder KS Öl Ruck	B Bergh " - "

Mars

Föredrag om Covid-19, Riks HjärtLung	J Brun B Bergh B Berglund E Lorenz Y Haglöf
HLR Utbildning av nya övningsdockor HLR rådet	Y Haglöf E Lorenz
Sem. Socialförsäkring på fallrepet, vad behöver göras? Funktionsrätt Sverige	B Berglund
Person Centered care. for sustainable health care systems, GPCC	" - "

April

Hur undanröjer vi hindren för patientdata så att data används för precisionsmedicin? ”-”

”Hur ska vi få en god och nära vård i Stockholm” Anna Nergård B Bergh

Maj

Kärlsjukdomar. Olga Nilsson, Riksförbundet HjärtLung B Berglund

Strokedagen

E Lorenz

Att leva med förmaksflimmer C Schollin, Kardiolog Khali E Lorenz

Juni

Rundabordssamtal om somatisk och ärftlig genredigering. SMER,
Statens Medicinsk-etiska Rådet, Regeringskansliet B Berglund

Augusti

Förmaksflimmer Riksförbundet HL E Lorenz

Oktober

Hjärtstopp Riksförbundet HL E Lorenz

Luftvägsinfektioner, Covid vacciner Prof. Lindqvist inf K.S. E Lorenz

Nationella luftvägsregistret

Att leva med ME B Berglund

November

” Idiopatisk lungfibros” – du och vården A Krohn H Wallstedt B Bergh

Digital HLR kongress Ett hjärtsäkert Sverige A-S Lindberg, Y Haglöf, Eva Lorenz

Slutord

Vi har inte genomfört de planerade aktiviteterna pga pandemin men ställt om med gymnastiken och torsdagsträffarna utomhus och lagt stor vikt vid att våra medlemmar ska trivas. Ett stort tack till alla som på olika sätt bidragit till att vår förening har fått ett så gott renommé. Vi ser fram emot att entusiasmera nya medlemmar, tillsammans utveckla föreningen och träffas på olika aktiviteter i en miljö av **trygghet, stöd och gemenskap.**

Verksamhetsplan 2022

Lokalföreningen har till uppgift att med ledning av kongressbeslut, stadgar och verksamhetsinriktning arbeta för de hjärt- kärl- och lungsjukas intressen genom kärnverksamheterna

- Opinionsbildning
- Livsstilsförändring
- Trygghet, stöd och gemenskap

Vi ska verka för

att informera om hjärt- kärl- och lungsjukas levnadsvillkor

att skapa opinion kring och aktivt arbeta för hjärt-kärl- och lungsjukas rättigheter

att arbeta med aktiviteter inom livsstilsförändring och rehabilitering

att informera om lokalföreningens, länsföreningens och riksförbundets verksamhet

att rekrytera medlemmar

att erbjuda medlemmarna ett aktivt och meningsfullt medlemskap

För att uppnå ovanstående planerar vi

- Medlemsmöten, öppna föreläsningar och samarbete med andra lokalföreningar
- Fortsätta med motionsaktiviteterna golv-/sittgymnastik, stavgång och gym/padel
- Fortsätta med studiecirkelarna i datakunskap och harmonilära samt börja med att använda Diagnosdukar, ett enkelt och roligt sätt att lära sig mera om sin diagnos och hur du kan göra själv för att må så bra som möjligt samt uppmuntra egenvård "Kolla ditt eget blodtryck" genom utbildningsträffar
- Fortsätta Torsdagsträffarna med teman i Tumba, Tennis & padel
- Fortsätta samarbetet med Seniornet på uppdrag av Riksförbundet
- Att anordna medlemsmöten ca tre per termin med tema och föreläsare
- Att anordna föreningens vårfest, julfest, Salemsdagen, friluftsdag, räkfrossa, temadagar, hemlig resa, gökotta, aktivitet på Alla hjärtans dag 2022
- Alla medlemmar i vår förening erbjuds gratis HLR- utbildning för vuxna en gång/år
- Följa upp registrering av hjärtstartare i våra kommuner
- Fortsätta samarbetet med Södertälje sjukhus för hjärt-kärl- och lungsjukas eftervård. Och allt kommer förstås att bero på pandemin och gällande föreskrifter hur vi kan utföra planerade aktiviteter.

Styrelsen

Visuell guide räddar liv!

Jag är döv!

- Konstaterat hjärtstopp
- Larma?
- Påbörja HLR
- Hjärtstartarens ljud?



Jag är döv hur
fungerar det
för mig?

Utbildning i hjärtlungräddning, HLR med teckenspråkstolk

Projekt:

Första året: Fem kurser med fyra i varje **Andra året:** Utbildning av egna instruktörer
Kan man konstatera hjärtstopp? Kan man kalla på hjälp? Kan man hjärtlungräddning?
Vikten av snabbt agerande! SOS Alarm har telefon för hörselskadade!

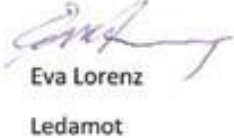


Riksförbundet HjärtLung Botkyrka-Salem (Britta Berglund) i samarbete med
Föreningen för Hörselskadade och Döva barn och Familjer (Robin Slätt).

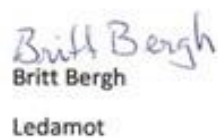
Tumba den 15 januari 2022

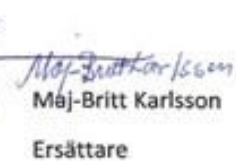
 
Yvonne Haglöf Britta Berglund
Ordförande Vice ordförande


Laila Ahl
Ledamot


Eva Lorenz
Ledamot


Kerstin Arvestad
Kassör


Britt Bergh
Ledamot

 
Håkan Esterling Maj-Britt Karlsson
Ledamot Ersättare


Orvokki Norrman
Ersättare