

IKSFÖRBUNDET HJÄRTLUNG ÖCKERÖ

## VERKSAMHETSPLAN 2023

Riksförbundet HjärtLung Öckerö vill ge tillgång till rehabiliterande aktiviteter som ger kunskaper för en bättre livsstil och en gemensam samvaro för personer med hjärt-, kärl- och lungproblem. En gemensam och trevlig samvaro som gör att livet blir lite lättare att leva med sjukdomen samt föreläsningar av kunniga läkare och sjukvårdspersonal. Våra egenvårdsombud, EVO Hjärta/kärl och EVO Lunga arbetar för att de tidigare patienterna lämnar sjukvården snabbt skall komma i kontakt med vår förening.

Det finns ett stort antal kurser att välja bland både för själen och för kroppen. Aktiviteter för kroppen är för att nämna några "Vattengympa", "Lunggruppen" och "Hjärtgruppen". För själen "Alla kan måla" och "släktforskning".

Ledarna för föreningens kurser deltar i utbildningar för att ge ett så bra stöd som möjligt angående egenvård och förändrad livsstil.

Kurser i HLR hålls kontinuerligt som vänder sig till medlemmar, men också till allmänheten och målet är att Hjärtstartare skall finnas tillgängliga för alla.

### I VERKSAMHETEN SKALL FÖRBUNDET STRÄVA EFTER ATT MEDLEMMARNA KÄNNER TILLHÖRIGHET OCH GEMENSKAP.

Riksförbundet HjärtLung Öckerö är medskapare i samarbetet med den lokala sjukvården och dess personal och driver frågor som kan påverka och förbättra vården för personer med hjärt-, kärl- och lungproblem. Detta kan innebära att bevaka och påtala brister som t.ex. långa väntetider, samarbete mellan läkare, sjukhus och vårdcentraler eller tillgång till ambulans.

Våra medlemmars problem skall lyftas upp och påtalas för kommunens politiker och tjänstemän i olika sammanhang, men främst i återkommande regelbundna möten med kommunen.

### FÖLJANDE VERKSAMHET PLANERAS FÖR 2023

Riksförbundet HjärtLung Öckerös utsikter är att ha medlemsmöten med varierande program under såväl vår- som höstsäsongen, såsom föreläsningar, föredrag och underhållning.

#### MEDLEMSMÖTEN

7 februari, årsmöte	5 september
7 mars, mannekänguppvisning	3 oktober
4 april, trygghet för äldre	7 november
2 maj, spansk afton	5 december

**Övrig information går att läsa i Hjärtbladet som utkommer vår och höst.**

## **AKTIVITETER**

Spanska, Hjärtkola/gympa, Lungskola/gympa, Vattengympa, QiGong, Linedance, Alla kan måla, Släktforskning, Boule och Bridge.

## **UTBILDNINGAR**

App to date i samband med ABF. Kursen hålls på Solhöjden och kommer att innehålla information om hur man använder telefonen på ett smart sätt med olika appar.

HLR - en utbildning som räddar liv. En grundläggande utbildning om hur man använder en hjärtstartare

**Information om tid och plats finns i Hjärtbladet.**

IT stöd i hemmet kommer att fortsätta under året av Andreas med 75 %

Resor under året har under januari för femte året i rad gått till Falkenbergsrevyn.

I augusti blir det en dagsresa till Västergötland.

Lotteriet fortsätter och tas över av nya ansvariga. Det är en stor inkomstkälla för förbundet och möjliggör trevliga medlemsmöten, resor och utbildningar.

I samarbete med PRO och SPF kommer det att anordnas en vårkonsert på Nimbus, Öckerö i mars till förmån för världens barn.

Kurser och konferenser som Riksförbundet HjärtLung erbjuder under året kommer riksförbundet HjärtLung Öckerö att delta i, i den mån det går.

Fortsättningsvis kommer vi att samarbeta med ABF, Öckerö kommun, SPF och PRO

Har någon medlem något förslag om aktiviteter eller dylikt så är ni välkomna att höra av er.

## **VERKSAMHETSPLAN FÖR 2024**

För året planeras verksamhet i ungefär samma omfattning som under 2023. Till medlemsmötena bjuds läkare och andra kompetenta föreläsare in och det kommer att bjudas på underhållning och kaffe, smörgås och lotteri.

## **STYRELSEN**