



*DIABETES*föreningarna
Skåne

SAMARBETA för att **PÅVERKA** genom att **INFORMERA** om Diabetes



2022
Vårens program

Innehåll

<i>Inledare</i>	Av Annika Pettersson
<i>Barn & familjegruppen</i>	Vad vi gör
<i>Vårdpolitiskgruppen</i>	Verksamheten i Skåne
<i>Kommande evenemang</i>	Utfärd Skåne
<i>Medlemsförmåner</i>	Förbundet informerar
<i>Föreläsningar</i>	Vesna Lukic, diabetessköterska Lena Jonsson, fotterapeut
<i>Årsmöten</i>	Lokala årsmöten
<i>Helsingborgs DF</i>	Medlemsträffar i Helsingborg
<i>Hässleholms DF</i>	Medlemsträffar i Hässleholm
<i>Kullabygdens DF</i>	Medlemsträffar i Höganäs
<i>Mellanskånes DF</i>	Medlemsträffar i Eslöv
<i>Nordvästra Skånes DF</i>	Medlemsträffar i Ängelholm
<i>Nordöstra Skånes DF</i>	Medlemsträffar i Kristianstad
<i>Sydvästra Skånes DF</i>	Medlemsträffar i Malmö
<i>Södra Skånes DF</i>	Medlemsträffar i Trelleborg

Inledare

Jag kommer in till skolan lite senare, jag ska bara gå till vårdcentralen först, sa jag till min studiekompis en dag när vi höll på med vår kandidatuppsats. Det blev inget plugg den dagen. Istället blev det akutmottagningen med ett blodsocker på 23,2 mmol/L. Jag var då 22 år gammal, och hade inte en tanke på att man kunde drabbas av diabetes typ 1 i vuxen ålder.

Du kommer in i det, du kommer vänja dig, sa de på sjukhuset. Jag som var mitt uppe i min utbildning, hade inte egentligen tid att drabbas av diabetes. Det var bara att acceptera. Jag kom in i rutinerna ganska snabbt, men de första månaderna var tuffa. Jag vågade knappt äta sötsaker och jag var rädd för att bli låg på nätterna. Min mamma och pojkvän stöttade mig mycket. En kompis till mig hade redan diabetes, men jag förstod inte vad det innebar förrän jag själv drabbades.

Efter ett tag insåg jag att man aldrig vänjer sig vid att leva med diabetes och man blir aldrig fulllärd. När livet svänger, så svänger också diabetesen. Det är viktigt att försöka ha ett positivt förhållningssätt till sin diabetes och inte alltid se den som en motgång.

För mig blev det värdefullt att träffa andra som också har diabetes. Jag träffade andra tjejer som jag kom i kontakt med via Facebook. Vi som

har samma sjukdom förstår varandra på ett djupare plan. Man har ofta samma funderingar, beroende på ålder och var i livet man befinner sig. Pump eller pennor? Hur får man träningen att funka? Hur påverkas blodsockret under menscykeln? Hur bemöts man av sin arbetsgivare? Hur påverkas de anhöriga, och tusen andra frågor som dyker upp.

Det var självklart för mig att bli medlem i Diabetesförbundet. Att vara medlem öppnar upp en möjlighet att träffa andra i samma situation. Jag har lärt känna fantastiska människor som jag aldrig skulle ha träffat, om det inte vore för min diabetes. Idag är jag 28 år och sitter i styrelsen i Hässleholms diabetesförening. Min sambo är engagerad som anhörig och sitter också i styrelsen.

En annan viktig anledning att vara medlem är det påverkansarbete som förbundet och föreningarna arbetar med, för att alla med diabetes ska få ett bättre liv. Hela samhället tjänar på att personer med diabetes får bättre förutsättningar att hålla blodsockret på en jämn nivå. Det leder till färre komplikationer, lägre vårdkostnader och framför allt bättre livskvalitet. Jag har stött på föreställningen om att diabetesföreningarna endast är till för pensionärer, men det stämmer inte, föreningarna är till för oss alla.

Annika Pettersson

Barn & familjegruppen Skåne

Vi vet att diabetes drabbar alla i närheten, mamma, pappa, syskon, andra anhöriga, kompisar med flera.

Vårt syfte och mål med barn & familjegruppen i Skåne är:

- Att barn med diabetes och deras familjer får möjlighet att träffas och veta att de inte är ensamma i sin situation
- Att under lättsamma former skapa gemenskap och få kunskap om sjukdomen och vad den för med sig i det dagliga livet
- Att få umgås med andra som förstår hur det är att leva med en kronisk sjukdom och få utbyta erfarenheter kring detta
- Att skapa en positiv bild och se möjligheter inför framtiden med diabetes.

Vi arrangerar träffar, aktiviteter med mera, inte bara för barnet med diabetes utan för hela familjen.

Önskar ni något eller har förslag på aktivitet är ni varmt välkomna att höra av er till jenny@diabetesskane.se. Märk med aktivitet

För era barn och deras kamrater finns Bamses tidning att beställa via Svenska diabetesförbundets hemsida: [Här hittar du Bamse](#)

Vårdpolitiskagruppen

Vårdpolitiska gruppens uppgift är påverkansarbete för bättre och likvärdig vård i hela Skåne. Detta gör vi genom att bevaka samhällsdebatten i media, följa upp, påverka och informera allmänhet, medlemmar och samhällets beslutsfattare, i syfte att underlätta för personer med diabetes och deras livssituation.

Vårdpolitiska gruppen bevakar för närvarande följande frågor:

- Fritt insulin till personer med diabetes typ 1.
- Inrättande av tjänst som Diabeteskonsulent i Region Skåne.
- Möjligheter till medicinsk fotvård.
- Bättre omhändertagande på äldreboende och inom hemsjukvården.

Kommande evenemang i Skåne

Gemensam utfärd i Skåne

Diabetesföreningen i Skåne län inbjuder alla medlemmar i de lokala diabetesföreningarna i Skåne till årets gemensamma aktivitet lördagen den 10 september 2022 till Malmö Museer.

Vi samlas vid Malmöhus Slott klockan 11.30,
Malmöhusvägen 6, Malmö

Aktiviteten inleds klockan 11.45 och vi delas upp i två grupper, varav grupp 1 börjar med lunch och grupp 2 med guidad visning "Slottets historia". Klockan 13.00 byter grupperna, så grupp 2 äter lunch och grupp 1 får guidad visning.

På Restaurang Wega, som ligger inom slottsområdet, serveras lunchen, som består av varmrökt lax med potatis och grönsaker och kaffe efter maten. Meddela vid anmälan eventuella allergier och dylikt.

Därefter ingår att vi fritt får besöka övriga museer inom området.

Kostnad 100 kr per person.

Anmälan är bindande och ska ske till din lokala diabetesförening, som också ska ha in avgiften senast 26 augusti.

Välkommen med din anmälan

Sista anmälningsdag är den 26 augusti 2022, se baksida för kontaktuppgifter till din förening

Medarrangör Sydvästra Skånes Diabetesförening

Egenvårdskurs

Egenvårdskursen äger rum den 15-16 oktober. Platsen är hotell Erikslund, Ängelholm

Kommer mer information i höstbladet.

Medlemsförmåner

Medlemsförsäkring

Som Huvudmedlem i Svenska Diabetesförbundet har du möjligheten att teckna försäkringar som annars är svåra att få för personer med diabetes. Vi erbjuder livförsäkring, olycksfalls- och sjukvårdsförsäkring, Bokvar-försäkring och en barnförsäkring.

För vidare information besök

<https://www.diabetes.se/medlem/medlemsformaner/medlemsforsakring-ar/>

Allt om Diabetes är Svenska Diabetesförbundets medlemstidning som utkommer med 6 nummer varje år.

Allt om Diabetes innehåller senaste nytt om diabetes, om forskning, om nya hjälpmedel och behandlingsmetoder. Den tar upp aktuella vård- och samhällsfrågor som rör människor med diabetes och deras närstående, men speglar också "vanliga människors" vardag och hur de klarar av sin egenvård.

Urval av artiklar besök

<https://www.diabetes.se/aktuellt/>

Årligen delar vi ut medel från våra medlemsfonder och forskningsfonder till medlemmar och svensk diabetesforskning.

För att söka medel från våra medlemsfonder krävs att du varit medlem i Svenska Diabetesförbundet i minst ett år.

För vidare information besök

<https://www.diabetes.se/om-oss/fonder-och-stiftelser/medlemsfonder/>

Ny föreningsida

Föreningarna i Skåne har en ny hemsida. Här samlar vi bland annat all lokal information. www.diabetesskane.se

Diabetes försvinner inte

Alla typer av diabetes är kroniska sjukdomar. Typ 2-diabetes kan hållas i schack med bra hälsosamma vanor och du kan bli symtomfri, men inte botad. Faller du tillbaka till ohälsosamma vanor så stiger blodsockret och din diabetes kommer tillbaka. Vid senare tillfälle så kan kroppens insulinceller också bli uttröttade och du kan behöva mediciner igen.

- Svenska Diabetesförbundet

Varför sitta still när du kan motionera? Så lyder rubriken på föreläsningen av Vesna Lukic, typ 2 diabetessköterska. Hon är en framstående sköterska som brinner för att göra det lättare för patienten.

Under våren återupptar hon tråden från världsdiabetesdagen den 14 november 2021. Vesna kommer att föreläsa kommande tisdagar på följande platser:

22 februari kl 18.30 Höganäs, Tivolihuset

17 mars kl 18.30 Klippan, Musikskolans konsertsal

12 april kl 18.30 Eslöv, Medborgarhuset

10 maj kl 18.30 Kristianstad, Blekedammsv. 1

Bindande anmälan senast en vecka innan respektive datum till info@diabetesskane.se begränsat antal platser



Illustration: Max Fridén

Kan man bli frisk från typ 2-diabetes?

Svaret är i princip nej även här.

Med ändrade levnadsvanor, framför allt mat, fysisk aktivitet och minskad stress, så kan blodsockret hållas på en normal nivå. Det kan uttryckas som att en person med typ 2-diabetes med normalt blodsocker är villkorligt frisk.

Villkoret är att patienten fortsätter med bra levnadsvanor.

Fotvård & diabetes

Föreläsning med Lena Jonsson fotterapeut



4 maj kl 18.00
Eslöv, Medborgarhuset

Vi bjuder in till en kostnadsfri föreläsning för personer som vill veta mer om fotvård och diabetes.

Lena Jonsson, ordförande i Svensk Förening för Fotterapeuter i Diabetesvård, SFFD, berättar om hur du förebygger och underlättar för dina fötter.

Bindande anmälan, begränsat antal platser.
Anmälan sker till info@diabetesskane.se
senast den 28 april
alt. 0761-160 54 06

Utställare inom diabeteshjälpmiddel finns på plats

Arrangör:  **DIABETES**föreningarna
Skåne

Kallelse till lokala årsmöten

Här med kallas Ni till er respektive lokala förenings årsmöte. Se nedan för datum och plats.

P.g.a eventuella restriktioner kan årsmötet hållas digitalt.

Alla medlemmar kan deltaga via mobil, surfplatta el dator.

Alla handlingar finns att tillgå på mötesdagen

Eventuella motioner och nomineringar skall vara föreningen tillhanda senast 30 dagar innan årsmötet.

Södra Skånes DF

13 mars kl 14.00

Plats: Akka Bistro Frans, Malmros-gatan 55, Trelleborg

Bindande anmälan senast 9/3 till Gull

076-790 24 92 alternativ

mail: diabetes@sydmail.se

Mellanskånes DF

22 mars kl 18.30

Medborgarhuset, b-sal Eslöv.

Bindande anmälan senast 3/3 till

mellanskane@diabetes.se eller

Ingrid 070-8178801

Det bjuds på förtäring

Nordvästra skåne DF

31 mars kl 18

Plats: Hotell Erikslund

Bindande anmälan senast 27/3 till

076-1605406 alternativ mail:

dick.friden@nvsdiabetes.se

Det bjuds på förtäring

Kullabygdens DF

10 februari kl 18

Plats: Kabyssen

Hässleholms DF

10 mars kl 18

Plats: Senioren, Hässleholm

Separat kallelse kommer.

Föreningen bjuder på kaffe och fika

till de som deltar på plats.

Sydvästra skånes DF

31 mars kl 18.30

Plats: Holmgatan 9, Malmö (förenings-lokalen)

Helsingborgs DF

10 mars kl 18.30

Plats: Träffpunkt Ringstorp,

Kurirgatan 1, 2 vån Helsingborg

Nordöstra skåne DF

16 mars kl 18.30

Blekedammsv. sjukhuset Kristianstad

Bindande anmälan senast 6 mars till

Björn 070 8890800

Det bjuds på förtäring

Helsingborgs DF

Medlemsträff

27 januari kl 18.30

Föreläsning/visning av MED TRUST, Wellion Mico-pump-slanglös

Föräldraträff

2 februari kl 19.00

Kom och träffa föräldrar i samma situation-vi bara "är", fikar och planerar några gemensamma träffar för våren - Slut upp, var med och påverka/engagera dig - Tillsammans är vi starka!

Medlemsträff

17 februari kl 18.00

Föreläsning av diabetessköterska kring typ 2 diabetes från Närlunda vårdcentral

Plats: Kurirgatan 1. Anmälan till styrelsen@dfhbg.se , senast 11/10

Observera!

Samtliga aktiviteter kräver anmälan senast 7 dagar innan aktiviteten äger rum till helsingborg@diabetes.se

Hässleholms DF

Medlemsträff

18 april kl 14.00, annandag påsk, Senioren

Välkomna att umgås, prata, träffa styrelsen och andra medlemmar/anhöriga. Bjuds på enkel påsklunch. Entréavgift 100 kr. Anmäl till 070-140 61 12 alt mail: hassleholmdiabetes@gmail.com

Föreläsning

16 maj kl.18.00, Senioren. Fri entré

Eva Ask, överläkare och specialist neurologi,

Hur kan vi förebygga stroke?

Föreläsningen görs i samarbete med HjärtLung Hässleholm

Medlemsträffar utomhus

12 maj, 26 maj och 2 juni kl.17.00 på Hässleholmsgården

Föreningen håller med grillkol och alla deltagare får ta med sig egen mat och dryck. Ta en promenad, spela boule/minigolf och ha en trevlig vårkväll. Frågor, synpunkter, önskemål skickas till hassleholmdiabetes@gmail.com <https://www.facebook.com/hassleholmsdiabetesforening>

Kullabygdens DF

Vi fortsätter med vår verksamhet och dessa får ni genom kontakt med föreningen.

Träffarna kommer att genomföras i "Kabyssen" på Kullagymnasiet på Långarödsvägen i Höganäs.

Entréavgiften är 40 SEK/person och det bjuds på fika och lotteri

Medlemmar i andra lokalföreningar är välkomna till de arrangemang som Kullabygdens Diabetesförening ordnar.

Mellanskånes DF

Medlemsträff

Tisdag den 8 februari kl 18.30, Medborgarhuset B-salen.

Eva Ask, överläkare och specialist neurologi,

Hur kan vi förebygga stroke?

- Vi serverar kaffe, te och smörgås på medlemsträffar -
- Inträde 75 kr/ icke medlem -
- Inträde 25 kr/ medlem

Medlemsträff, Grillning

Söndag 15 maj kl 11.00. Vår årliga grillning i Trollsjön, Eslöv

Vi möts vid lekplatsen. Kl 11.30 serveras korv.

Föreningen bjuder på korv med bröd, kubbspel, stavgång med mera.

Nordvästra Skånes DF

Medlemsträff Stig Attvall

Torsdag 21 april kl 18.00. Hörsalen Ängelholms järnvägsmuseum

Docent Stig Attvall föreläser om typ 2 diabetes-nya möjligheter 2022

Sista anmälningsdag 15 april till Dick Fridén 076-1605406,

alt mail: info@nvsdiabetes.se,

Vi bjuder på kaffe och fralla

Grillning

Torsdagen den 26 maj kl 15.00 vid Klitterhus, Ängelholm

Gratis för alla medlemmar. Vi bjuder på korv med bröd samt kaffe.

Nordöstra Skånes DF

För information kontakta:

Björn Olsson 0708-89 08 00 eller Stig Jönsson 0729-07 47 55

Sydvästra Skånes DF

För mer information kring föreläsningar eller träffar kontakta Laila Jandelin 040-49 48 69 / jandelin.diabmalmo@telia.com

Temakvällar

Måndagen den 28 februari kl. 18.30

Ny forskning om hur behandlingen av diabetes kan personanpassas för den enskilda patienten, diabetesläkare o professor Anders Rosengren föreläser. Information om boken "Hela livet". Stipendieutdelning

Måndagen 21 mars kl. 18.30

Virusinfektioner, som utlöser autoimmun typ 1-diabetes, är nyckeln till bot. Föreläsning av professor Åke Lernmark. Stipendieutdelning

Onsdagen 20 april kl.18.30

Njurfunktionen hos diabetespatienter. Läkare och njurspecialist Rawa Persson föreläser.

En utfärd anordnas lördagen 14 maj.

Tisdagsträffen

Träffarna är i föreningslokalen kl. 13.00-15.00 var tredje tisdag, där vi samtalar, utbyter tankar och erfarenheter samt har det trevligt tillsammans.

Vi börjar tisdagen 22 februari, 15 mars, 5 april, 26 april och 17 maj.

Vi bjuder på kaffe/te och smörgås vid alla våra möten

Lokala Ung Diabetes Malmö/Lund med omnejd

Kontaktperson: Cecilia Frank, 073-655 33 52, cecilia.frank4@gmail.com

Föräldrasektionen

Kontaktpersoner:

Josefine Eriksson, 073-927 64 32, josefine.eriksson@varsego.se

Jessica Gyllenhammar, 070-450 05 30, j.m.gyllenhammar@gmail.com

För mer information och övrigt besök: www.diabetes.se/om-oss/foreningar/df-i-skane-lan/sydvastra-skanes-diabetesforen/

Södra Skånes DF

Tisdag 8 februari kl. 14:00 i Trelleborg
Trivselträff

Torsdag 10 februari kl. 09:30, ABF i Trelleborg.
Planerad start för vår cirkel "Datorn i praktiken"
Cirkelledare: John-Erik Olsson 070-601 94 52

Måndagen 14 februari kl. 15:00 ABF i Trelleborg.
"Mat för alla" Cirkelledare: Gull Olsson 076-790 24 92

Onsdagen 16 februari kl. 09:15, ABF i Trelleborg.
Planerad start för vår cirkel "Leva med diabetes"
Cirkelledare: Gerd Mårtensson 072-183 42 77

Tisdagen 1 mars kl. 10:00-12:00 ABF i Ystad
Planerad start "Leva med diabetes"
Cirkelledare: Joachim Johansson 070-594 95 92

Torsdagen 3 mars kl. 10.00-12:00 ABF i Simrishamn
Planerad start "Leva med diabetes"
Cirkelledare Joachim Johansson 070-594 95 92

Tisdagen 5 april kl. 14.00, Akka i Trelleborg
Trivselträff, program ej klart

Tisdagen 17 maj kl. 14:00, Akka i Trelleborg
Trivselträff med information av diabetessköterska

Söndag 12 juni kl. 13:00
Trivselträff med grillning. Vi träffas ute på Järabäcksvägen 31
Gislöv Strandmark

Söndag 17 juli kl. 13:00
Trivselträff med grillning. Vi träffas ute på Järabäcksvägen 31
Gislöv Strandmark

Söndag 14 augusti kl. 13:00
Trivselträff med grillning. Vi träffas ute på Järabäcksvägen 31
Gislöv Strandmark

Bindande anmälan till ovanstående träffar görs senast 5 dagar före till
Gull 076-790 24 92

Diabetesläger, Immeln

För information kring våra årliga diabetesläger i Immeln arrangerat av diabetesföreningen Skåne län, skanna QR kod nedan.

Hoppas vi ses där.



Unga vuxna

Unga Vuxna är en grupp för oss med diabetes eller anhöriga som är äldre än tonåring och yngre än pensionär. Alla diabetestyper är välkomna. I gruppen anordnas aktiviteter, träffar och föreläsningar i Skåne. Gruppens syfte är att utbyta kunskaper om diabetes och skapa gemenskap. Detta är ett forum för dig som vill träffa och umgås med andra som också har en koppling till diabetes.

Vi finns på [facebook](#) "Unga vuxna - diabetesföreningarna Skåne"



Du äger din diabetes.

Har du hyfsad bra kontroll på blodsockret, medicinerna och prylarna du behöver och dessutom bra kunskap kan du leva gott och länge med diabetes.

Illustration: Max Fridén

Världsdiabetesdagen i Skåne

Världsdiabetesdagen i Skåne 2022 är i Kristianstad söndagen den 13 november. Se mer information om dagen i höstterminens blad. För uppdateringar kring evenemanget se hemsidan, diabetesskane.se

Världsdiabetesdagens bakgrund

Världsdiabetesdagen, eller World Diabetes Day, startades efter ett initiativ av International Diabetes Federation (IDF) och WHO 1991 för att uppmärksamma att diabetes ökar stort i världen. Från och med 2007 är också FN med i arbetet att bekämpa ökningen av sjukdomen.

Den 20 december 2006 antog FN en resolution där diabetes lyftes som ett hot mot den globala hälsan. Unikt - eftersom det är den första icke smittsamma sjukdomen som får den statusen. Genom resolutionen pekar FN på allvaret i den pandemiska utbredningen av sjukdomen i världen och manar nationerna att agera för att öka kunskapen om och bromsa utvecklingen av diabetes.

Att dagen uppmärksammas den 14 november beror på att Frederick Banting är född 14 november, det var han som tillsammans med Charles Best upptäckte insulinet.

Årligen uppmärksammar Internationella Diabetesfederationen Världsdiabetesdagen på olika sätt.

Den blå ringen som syns högst upp på sidan är sedan 2007 den officiella logotypen för Världsdiabetesdagen. Bakgrunden till logotypens utseende är att en cirkel i många kulturer betyder liv och hälsa. Den blå färgen reflekterar himlen som sammanför oss alla samt är FN flaggans färg. Logotypen togs fram för den världsomfattande IDF-kampanjen "unite for diabetes" där diabetes lyftes fram som ett stort hälsoproblem i världen och ett önskemål om att diabetes behövde uppmärksammas i en FN resolution.

För mer information, se diabetes.se

ADRESSETIKETT

PORTO

Kontaktuppgifter

Vårdpolitiskgruppen margareta@arcombe.se
Margareta Arcombe

Utbildningsgruppen ally.gronvall@gmail.com
Ally Grönvall

Barn & Familjgruppen familj@diabetesskane.se
Jenny Fransson

Länsföreningen Skåne skane.lan@diabetes.se
Stig -Åke Grönvall

Helsingborgs DF helsingborg@diabetes.se
Maria Jönsson

Hässleholms DF hassleholm@diabetes.se
Simon K.Eriksson

Höganäs DF lennartjson@hotmail.com
Lennart Johanson

Mellanskånes DF mellanskane@diabetes.se
Jenny Fransson
070-468 33 58

Nordvästra Skånes DF info@nvsdiabetes.se
Dick Fridén
0761-60 54 06

Nordöstra Skånes DF info@nordostra-skanes-diabetes.se
Björn Olsson

Sydvästra Skånes DF sydvastra_skane@diabetes.se
Laila Jandelin

Södra Skånes DF sodra.skane@diabetes.se
Joacim Johansson
070-59 49 592