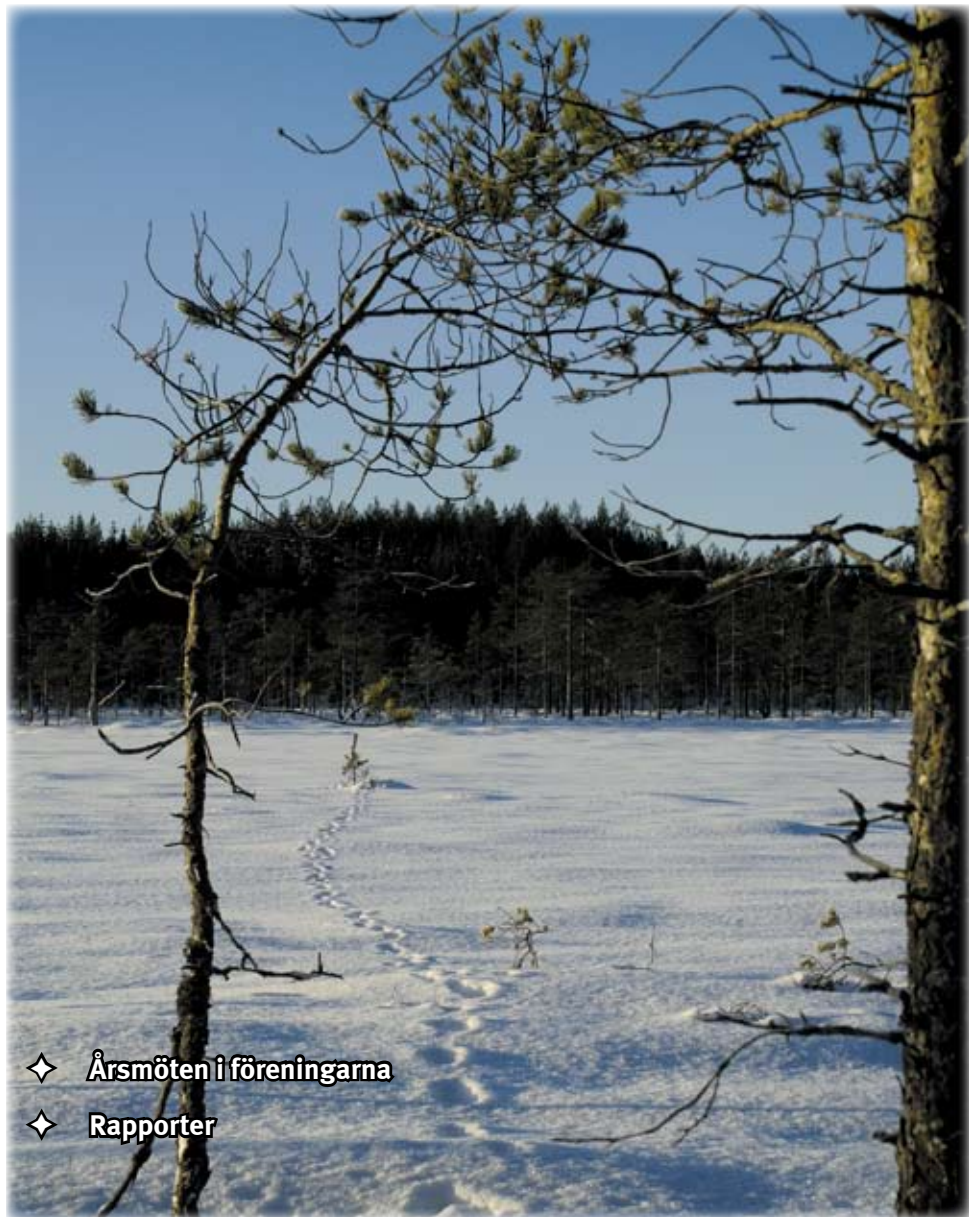


Allergi BLADET



Nr 1 2013

Astma- och Allergiföreningen i Östergötland



- ◆ Årsmöten i föreningarna
- ◆ Rapporter

Innehåll

Ordföranden har ordet	3
Kallelse till årsmöte Astma- Allergiföreningen i Östergötland	3
Information från lokalföreningarna	
Linköping, Norrköping, Åtvidaberg, Västra Östergötland	4-7
Unga Allergiker	8
Information Handikappföreningarna Östergötland	9
Rätt svar till förra tävlingen	10
Tävling: Sol och bad	10-11
Medlemsläge	11

Kansliet

På Astma- och Allergiföreningen i Östergötland arbetar Sara Hjalmarsson som ombudsman. Om du har några frågor, behöver material eller hjälp med annat som rör astma och allergi är du välkommen att kontakta Sara. Du kan kontakta oss på tfn nr: 013-10 34 82 eller skicka e-post till astma-allergi.ost@fontanen.org

AllergiBLADET

Nr 1 : 2013

Upplaga: 850 ex



Ansvarig utgivare: Lhena Hjalmarsson

Redaktionsgrupp: Lhena Hjalmarsson, Tomas Lundbladh, Sara Hjalmarsson

Postadress: Astma- och Allergiföreningen i Östergötland,
Västra vägen 32, 582 28 Linköping

E-post: astma-allergi.ost@fontanen.org

Omslagsfoto: Bernt Kazmierski **Tryck:** Föreningshuset Fontänen

Utgivningsplan Allergibladet 2013

Nr 2	Manusstopp: 24 mars	Utgivning omkr: 12 april
Nr 3	25 augusti	6 september
Nr 4	27 oktober	15 november

Layout & Produktion: Fontänen febr 2013

Ordföranden har ordet

Gott Nytt år önskar jag er alla medlemmar.

Nu tar vi nya tag under 2013 med olika aktiviteter. Under februari har samtliga lokalföreningar sitt årsmöte och ni hittar inbjudan till flera föreningars årsmöte i detta nummer av Allergibladet. Passa på att besöka årsmötet i din förening och få information om föreningens planerade aktiviteter under 2013.

Astma- och Allergiförbundet har kongress den 24 – 26 maj och Östergötland kommer att skicka åtta ombud till kongressen. Många viktiga frågor ska diskuteras och

vi har skickat in fem motioner från länsföreningen till kongressen för att visa vad som är viktiga frågor för oss i Östergötland. Kongressen ska också välja en ny förbundsstyrelse för Astma- och Allergiförbundet.

I mars är det dags för vinterns astmaskola i Idre för barn och ungdomar i åldern 7 – 15 år.

Lhena Hjalmarsson
Ordförande
Astma- och Allergiföreningen
i Östergötland

Kallelse Astma- och Allergiföreningen i Östergötland

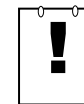
Astma- och Allergiföreningen i Östergötland har årsmöte

Måndagen den 25 mars 2013 kl. 19.00 – 21.00

Plats: rum 371, Fontänen, Linköping

Varje lokalförening äger rätt att utse fyra ombud.

Handlingar skickas ut till lokalföreningarna och anmälda ombud
senast 14 dagar före årsmötet.



Information från lokalföreningarna

Linköping Kallelse till årsmöte

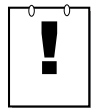


Astma- och Allergiföreningens årsmöte äger rum torsdagen den 14 februari 2013

Kl. 18.30 Plats: Rum 371, Fontänen Västra vägen 32 Linköping, ingång via "lilla entrén".

Föreningen bjuder på kaffe/the och smörgås. Handlingar till årsmötet kommer att finnas tillgängliga på föreningens kansli två veckor före årsmötet.

Anmälan via telefon 013-10 04 10 eller via e-post astma-allergi@fontanen.org senast 10 februari 2013.



Alla medlemmar är hjärtligt välkomna att delta på årsmötet och ta del av verksamheten.

Vandring i Tinnerö i Linköping

Varför åka långt bort för att vandra, när vi har så fin natur hemma.

Häng med oss på vandring i Tinnerös fina natur ett par timmar på en kväll eller helgdag. Ytterligare information kommer i nästa blad.

Men boka in vandringen redan nu.

Detta kommer att ske i slutet av april eller början av maj.

Vi kommer att ha med oss en guide så att vi kan lära oss mycket om Tinnerö och naturen.

Mia Claesson



Flugsnappare Foto: Bernt Kazmierski

Kallelse till Årsmöte i Norrköping

Tisdagen den 26 februari 2013

Kl 18:00 - 19:30

Plats: Föreningslokalen Sandbyhovsgatan

Föreningen bjuder på lättare förtäring.

Vid anmälan var god uppge eventuella matallergier. För att alla ska kunna medverka på årsmötet: kom doftfri.

Anmälan senast 23 februari till Annelie Wigh 011-343100 eller Rulle 0706-204066.



Välkomna önskar syrelsen

Här kommer vårterminens baddtider



Varje helgfri fredag mellan 17:00 – 17:45 och 17:45 - 18:30 har vi tillgång till varmbadet på ViN med en vattentemperatur på ca 34 grader. Tvgning FÖRE bad, DOFTFRITT och ingen förtäring är det som gäller.

Varmt välkomna önskar badvärdarna Annelie och Rulle 011-343100 eller 0706-204066

Rapport: Vi i trafiken

Informationskväll på Norrköpings Trafikskola med temat: Vi i Trafiken hölls för våra medlemmar av Cecilia och Yvonne med anledning av 3:e Körkortsdirektivet som trädde i kraft nu i januari. Vi hade chansen att ställa många och givande frågor och diskutera allt som du/vi undrar över. Även här så var deltagande väldigt lågt men vi hoppas att frågeställarna fick ut givande svar

Ninna Almén

Astma- och Allergiföreningen i Linköping

Västra vägen 32, 582 28 LINKÖPING

Tfn. 013-10 04 10

E-post: astma-allergi@fontanen.org

www.astmaoallergiforbundet.se/linkoping Bankgiro för gåvor: 5757-8981



Information från lokalföreningarna

Julfesten i Norrköping



Julfesten i Norrköping Foto: Ninna Almén

Julfesten som vi hade i föreningens lokal, Sandbyhov, söndagen den 2 december eller 1:a advent.

Det blev tyvärr inte så många medlemmar som kom men vi som var där åt god jul lunch som tomtemor och tomtefar, Annelie och Rolf, ordnade och till lagade med nissarnas hjälp. Vi smakade skinka, köttbullar och prinskorvar och mer därtill, Gissa om vi tyckte att det var gott.

Till kaffet fick vi pepparkaka och lussebulle. Övriga som hade lovats var populär och vi var nyfikna och fnissade mycket under utdelningen. Vi kan bara säga att ni som inte hade tillfälle att komma och ni som hade anmält men inte kom missade en trevlig söndagseftermiddag i trevligt sällskap.



Med vänlig hälsning
Ninna Almén

Astma- och Allergiföreningen i Norrköping

Sandbyhovsgatan 19, 602 11 NORRKÖPING

Tel. 011-12 22 40

E-post: aafnkp@yahoo.se

Plusgiro: 86 33 76 - 0

Åtvidaberg

Astma- och Allergiföreningen i Åtvidaberg

Ängslyckevägen 3, 597 43 ÅTVIDABERG

Tel. 013-13 88 74

www.astmaoallergiforbundet.se/atvidaberg



Inbjudan till Årsmöte i Västra Östergötlands Astma- och Allergiförening

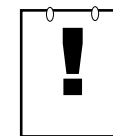


Onsdagen den 27 februari 2013

Klockan 19.00

Plats: Föreningens egen lokal på adress
Vagnatan 1, Motala (gamla tandläkar-
mottagningen).

Anmälan senast 25 februari 2013 till
Monica på tel. 0143-500 19,
070-593 73 09 eller via
mail: monicajr@spray.se



Håll utkik på vår hemsida och i AllergiBLADET där vi utlyser aktiviteterna. Vi ser gärna att våra medlemmar kommer med förslag på vad vi kan göra för aktiviteter.

Astma- och Allergiföreningen i Västra Östergötland

Kassör. Monica Jernér

c/o Monica Jernér, Västra Älgsjö Lunnarp, 596 91 SKÄNINGE

Tel. 0143-500 19 mobil 070-593 73 09

monicajr@spray.se

www.astmaoallergiforbundet.se/vastra-ostergotland



Din lokalförening: UA Östergötland

Vi är en lokalförening som bestämt oss för att ta nya tag, efter en tid när vi inte varit fullt så aktiva. Nu har vi lagt upp nya mål och kommer att göra så mycket vi bara kan! Vi har bland annat ordnat en skidresa till Romme då vi hade en sorts "nystart" för såväl gamla som för nya medlemmar.

Vi är en förening som vill inrikta oss på astmatikers och allergikers behov och förhållanden, vi har därför som ett slagord att vi ska göra vårt bästa för ert välbefinnande. Vi vill gärna att andra unga utan allergier eller som inte har astma också ska få ta del av våra events, eftersom dessa kan få inse hur besvärligt det ibland kan vara att vara astmatiker/allergiker.

Information

Information om aktiviteter och liknande skall ske genom postutskick, nyheter på Unga Allergikers hemsida och via Östergötlands Facebooksida.

Ni är så välkomna till oss i UA Östergötland!

Hälsningar UA Östergötland
ua.ost@hotmail.com

Titta in på vår hemsida!

<http://ungaallergiker.se/lokalt-forening/1>

Unga Allergikers riksförbund hittar du på www.ungaallergiker.se

Vi finns på Facebook. Sök oss på Unga Allergiker Östergötland

facebook

Handikappföreningarna i Östergötland
inbjuder till följande Kurser och Temakvällar
2013

Torsdag 14 februari

Vardagsnytta av och med befintlig teknik.

Samarbete med ABF och Stadsbiblioteket

Tid: 18.00-21.00

Plats: Vagnhallen, Fontänen, Linköping

Onsdag 13 mars

**Aktuell forskning
Samarbete med Funkis gruppen**

Tid: 18.00-21.00

Plats: Vagnhallen, Fontänen, Linköping

Onsdag 17 april

Arbetsmarknad

Tid: 18.00-21.00

Plats: Vagnhallen, Fontänen, Linköping

Lördag 25 maj

**Funktionärsutbildning
Ordförande, kassör, sekreterare, revisor, valberedning**

Tid: 09.30-15.00

Plats: Vagnhallen, Fontänen, Linköping

Lördag och Söndag 7-8 september

Lär känna varandras handikapp

Plats: Missmyra, Ristens Resurscenter, Åtvidaberg

Torsdag 12 september

Fungera Mera Mässan

Tid: 10.00-16.00

Plats: Fontänen, Linköping

Arrangör: Handikappföreningarna och Föreningshuset Fontänen

Onsdag 18 september

Tema ej klart

Tid: 18.00-21.00

Plats: Vagnhallen, Fontänen, Linköping

Lördag 28 september

Skrivardag

Tid: 09.30-15.00

Plats: Vagnhallen, Fontänen, Linköping

Onsdag 16 oktober

Besök museum / natur

Tid och plats ej klart

Torsdag 14 november

Tema ej klart

Tid: 18.00-21.00

Plats: Vagnhallen, Fontänen, Linköping



Föranmälan är obligatoriskt och det är viktigt du vid anmälan anger behov av särskild kost.

Du hittar mer information och anmälningsblanketter på Handikappföreningarna Östergötlands hemsida, www.hso-ostergotland.org

Du kan också kontakta, Handikappföreningarna Östergötland

tel: 013-12 30 60

e-post info@hso-ostergotland.org

”Tävling – Sol och bad”

Ringa in orden i ordnätet bredvid.

Orden kan stå fritt eller bildas vågrätt, lodrätt, diagonalt, baklänges eller haka i varandra med en eller flera bokstäver. **De bokstäver som blir över i ordnätet bildar ett lösenord.**

Skicka in lösenordet **senast 22 mars 2013** till:

Astma- och Allergiföreningen i Östergötland

Västra vägen 32
582 28 Linköping

eller med e-post:

astma-allergi.ost@fontanen.org

Glöm inte att ange namn och adress!

A	L	L	E	A	P	S	Ä	L	L	S	K	A	P	S	R	E	S	A	N	M	N
Y	R	I	M	I	N	I	E	T	O	R	A	Z	N	A	L	A	P	O	L	L	O
A	A	L	L	T	M	T	E	N	E	R	I	F	F	A	R	L	G	N	I	V	G
L	A	O	A	U	R	E	U	T	L	B	K	A	R	L	L	E	T	O	H	G	Ö
P	T	K	O	N	O	V	A	R	A	N	Y	E	T	A	G	R	M	B	A	R	S
P	O	O	L	I	D	R	B	G	I	L	T	L	A	R	N	A	C	A	C	E	A
B	P	A	S	S	I	A	A	R	A	S	L	F	S	O	K	L	Y	A	K	K	L
D	Y	K	N	I	N	G	D	T	E	A	T	U	L	A	V	W	P	K	F	L	G
G	U	I	D	E	E	L	N	M	A	L	T	A	X	Y	A	A	E	S	L	A	L
L	L	U	T	N	B	A	E	G	Y	P	T	E	N	O	G	Y	R	Ä	O	N	O
R	O	T	K	A	F	S	D	D	Y	K	S	L	O	S	R	S	N	V	G	D	S

Algarve	Always	Antalya	Apollo	Arlanda	Bad	Bagage
Bar	Benidorm	Boka	Cypern	Drink	Dykning	Egypten
Flyg	Gate	Golf	Grekland	Guide	Hotell	Kamera
Kos	Kreta	Lanzarote	Larnaca	Luxor	Malta	Paella
Palma	Pass	Pilot	Playa	Pool	Rimini	Semester
Solglasögon	Solskyddsfaktor		Sällskapsresan		Teneriffa	Tull
Tunisien	Turist	Valuta	Ving	Väska		

Rätt svar till tävlingen Där hemma på vår gård...

i AllergiBladet nr 4 - 2012: Brylkräm

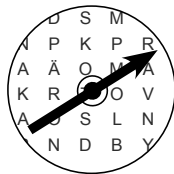
Vi fick in 16 svar denna gång!

Vinnare är:

Kerstin Lindqvist, Linköping

Catrina Truedsson, Linköping

Grattis ni får en vinst med posten!



Margareta Wallin, Norrköping

Monica Andersson, Finspång

MEDLEMSLÄGE 2012-12-31

	2012	2011
Astma- och Allergiföreningen Linköping	583	638
Astma- och Allergiföreningen Norrköping	351	307
Astma- och Allergiföreningen Västra Östergötland	233	251
Astma- och Allergiföreningen Åtvidaberg	<u>57</u>	<u>68</u>
	1224	1264

Ett stort grattis till Astma- och Allergiföreningen i Norrköping som ökat sitt medlemsantal med 44 medlemmar under året.

För att fortsätta växa måste alla aktiva i förbundet hjälpas åt. För det krävs krafttag för att fortsätta växa!

Nya medlemmar betalar bara 140 kr för hela 2013. Vill fler i familjen bli medlemmar kostar det 40 kr per person första året.

Läs mer Astma- och Allergiförbundets hemsida, där kan du också anmäla nya medlemmar. www.astmaoallergiforbundet.se/medlem/



Södergården – mer än ett vandrarhem

Under 2013 planerar vi följande temaveckor:

- Januari** Skidsäsongen börjar, vi har lediga platser.
- Februari** Ulricehamns Astma- och Allergiförening besöker Södergården 9–16 februari. Ungdomar från Lund har läger på Södergården 16–23 februari. Sportlovsveckorna 7 och 9 finns det enstaka lediga platser kvar!.
- Mars** Astma- och Allergiföreningen i Ovanåker besöker Södergården 6–10 mars. Astma- och Allergiföreningen i Borås besöker Södergården 10–16 mars. Vecka 11 finns det enstaka platser kvar att boka. Astma- och Allergiföreningen Gotland besöker Södergården 23–30 mars.
- April** Det finns lediga platser hela april, gnistrande sol och höga berg!
- Maj** Södergårdens vänner 16–19 maj. Vi gör ett handtag för Södergården, kom med och engagera dig i din medlemsgård tillsammans med detta trevliga gäng! *Temavecka:* Lugn och ro 31 maj–2 juni. En uppbyggande weekend för dig som vill finna ditt inre lugn. Begränsat antal platser, skynda att anmäla dig!
- Juni** *Temavecka:* Kom i form 6–9 juni. Känner du dig trött eller stressad, mår du så bra som du skulle vilja, är du nöjd med din vikt? Detta är en weekend för dig som vill göra förändring. Södergården håller stängt 22 juni–14 juli.
- Juli** Unga Allergiker håller sommarläger 29 juni–10 augusti.
- Augusti** *Temavecka:* Natur och kultur i Årefjällen 12–16 augusti. Vill du uppleva den skiftande naturen och den spännande kulturen i Åredalen? Vi gör utflykter där kropp och själ får livgivande energi.
- September** Södergårdens vänner 19–22 september. Vi gör ett handtag för Södergården, kom med och engagera dig i din medlemsgård tillsammans med detta trevliga gäng!
- Oktober** Åre Höstmarknad. En kvalitetsmarknad för alla 27–29 september. Många roliga aktiviteter händer i Åre denna helg.
- November** Familjehelg 1–3 november. Vi leker, pysslar och har roligt tillsammans samtidigt som vi träffar andra kompisar och föräldrar som vi kan utbyta erfarenheter och kunskap med.
- December** Kom och upplev det gnistrande vackra landskapet när det är som mörkast och vackrast!

Södergården är stort och har plats för dig även när det är en temavecka eller när en förening har bokat. Det lånar sig alltid att ringa och checka lediga platser.

Ring till Eva på Södergården för mer information 0647-304 49

Fjällfararvägen 2, 830 10 Undersåker

sodergarden@astmaoallergiforbundet.se www.astmaoallergiforbundet.se/sodergarden

