

Allergi BLADET



Nr 1 2012

Astma- och Allergiföreningen i Östergötland



Innehåll

Ordföranden har ordet	3
Information från lokalföreningarna	4
Rapport från Branäs	5
Information från Unga Allergiker	6
Inbjudan Boda Borg – Sävsjö	7
Sen sist – Julfesten	8 – 9
Inbjudan Handikappföreningarna	10 – 11
Astma- och Allergiförbundet informerar	12
Söka bidrag från Barnallergifonden	13
Medlemsläge	14
Rätt svar i förra tävlingen	14
Tävling: Musik ska byggas utav glädje!	15

AllergiBLADET

Nr 1 2012

Upplaga: 850 ex

Ansvarig utgivare: Lhena Hjalmarsson

Redaktionsgrupp: Lhena Hjalmarsson, Tomas Lundblad,
Sara Hjalmarsson

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

Telefon: 013-10 34 82

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

Omslagsfoto: Bernt Kazmierski

Tryck: Föreningshuset Fontänen

Utgivningsplan Allergibladet 2012

Nr 2	Manusstopp: 15 april	Utgivning omkr:	4 maj
Nr 3	2 september		21 september
Nr 4	4 november		23 november



Ordföranden har ordet

Ett nytt år har vi framför oss, som jag hoppas kommer att bli ett bra år med olika aktiviteter. Närmast på tur står vinterns astmaskola under en vecka i mars för barn och ungdomar eller en resa till Boda Borg den 1 april med Astma- och Allergiföreningen västra Östergötland.

Vi planerar en dag/kväll med föreläsningar inriktade på barn med astma och allergi med medverkan av läkare och sjuksköterska.

Under 2012 har vi redan hunnit ha en del aktiviteter. I början av januari fick vi besök av Sara Nilsson, kommunikationsstrateg på Astma- och Allergiförbundets Forskningsfond som berättade om ”Min önskans stad” som är en kampanj som Astma- och Allergiförbundets Forskningsfond kommer att genomföra under

2012 i syfte att samla in mer pengar till allergiforskningen.

I mitten av januari anordnade föreningen en julgransplundring med dans kring grannen, fiskdamm samt medhavd fika och vi hade en trevlig eftermiddag. Det kom medlemmar från hela länet.

Styrelsen besökte Åtvidaberg under februari månad för att ha styrelsemöte. Styrelsen för Astma- och Allergiföreningen i Östergötland har nu besökt alla våra lokalföreningar i länet.

Lhena Hjalmarsson
Ordförande
Astma- och Allergiföreningen
i Östergötland

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 013-10 34 82 eller skicka e-post till astma-allergi.ost@fontanen.org

Information från lokalföreningarna

Linköping

Kontakta oss

Astma- och Allergiföreningen i Linköping

Västra vägen 32, 582 28 LINKÖPING

Tfn. 013-10 04 10

E-post: astma-allergi@fontanen.org

Hemsida: www.astmaoallergiforbundet.se/linkoping

Norrköping

Årsmöte

Tisdagen den 28 februari har vi årsmöte i föreningslokalen, Sandbyhovsgatan 19, Kl 18.00 - 20.00. Inbjudan skickas separat.

Följande aktiviteter har vi tänkt ha med föreningen under året:

- Bad på Vin som vanligt på fredagar 16.30–18.00
- Årsmöte 28 februari
- Påskpyssel vi återkommer med dag
- Minigolf och ev. korvgrillning på Lundshagen i maj månad
- Lisebergsresa i juni (när grundskolan har slutat)
- Tomtitt i Södertälje i september
- Julfika m.m. slutet av november/december

Vi hoppas att vi kan vara mera aktiva i Norrköpingsföreningen under 2012 och få med flera medlemmar på våra aktiviteter och sammankomster. Vi tar tacksamt emot förslag och idéer från medlemmar.

Hälsningar
Ninna Almén
Norrköpingsföreningen

Astma- och Allergiföreningen i Norrköping

Sandbyhovsgatan 19, 602 15 NORRKÖPING

Tel. 011-12 22 40

E-post: aafnkp@yahoo.se

Information från lokalföreningarna

Västra Östergötland

Rapport från Branäs!

Vi i Astma- och Allergiföreningen i Västra Östergötland har tillsammans med 32 deltagare varit iväg på en skidresa till Branäs.

Resan gick av stapeln den 26/1. Vi åkte gemensamt upp till Värmlandsskogarna med Godegårdsbuss.

I Branäs har vi åkt skidor. Vi har grillat korv i backen och haft trevliga kvällar tillsammans på vandrarhemmet som vi bott på.

Under lördagskvällen höll vi en information om eksem. Eksemfilmen visades för de vuxna i sällskapet. Barn och ungdomar hade under tiden ”kul i backen”.

Efter tre härliga Åkdagar gick bussen igen hemåt på söndagseftermiddagen med 32 passagerare och inga brutna ben.

Johan Rickardsson



Håll utkik på hemsidan www.astmaoallergiforbundet.se/vastra-ostergotland/ 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
c/o Monica Jernér, Västra Älgsjö Lunnarp, 596 91 SKÄNINGE
Tel. 0143-500 19 mobil 070-593 73 09
E-post: monicajr@spray.se
Hemsida: www.astmaoallergiforbundet.se/vastra-ostergotland

Kassör. Monica Jernér

Information från lokalföreningarna

Åtvidaberg

Astma- och Allergiföreningen i Åtvidaberg

Ängslyckevägen 3, 597 43 ÅTVIDABERG

Tel. 013-13 88 74

Hemsida: www.astmaoallergiforbundet.se/atvidaberg

Information från

unga allergiker.

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 för­mågor, 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.

Ni är så välkomna till oss i
UA Östergötland!

Hälsningar UA Östergötland
ua.ost@hotmail.com

Information

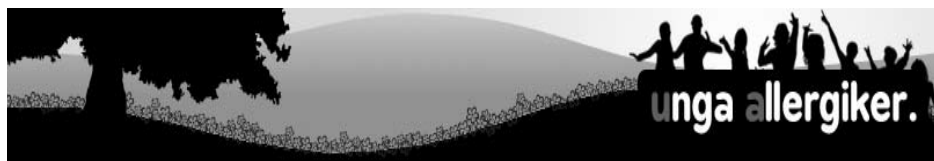
Information om aktiviteter och liknande skall ske genom postutskick, nyheter på Unga Allergikers hemsida och via Östergötlands Facebook-sida.

Mail: ua@ost@hotmail.com

Titta in på vår hemsida!

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

Unga Allergikers riksförbund hittar du på www.ungaallergiker.se





Sävsjö

– söndagen den 1 april –

Vi i Astma och Allergiföreningen i Västra Östergötland arrangerar en heldagsresa mot Smålands "Fångarna på fortet", där lek, skoj och äventyr står högt på listan.

Vi bär av söndagen den 1 april och det finns möjlighet att gå på bussen:

Kl. **07.30** Simhallens parkering (Motala)

Kl. **08.00** Lantmännen (Skänninge)

Kl. **08.15** McDonalds (Mjölby)

I detta äventyr ingår:

- Heldag på Boda Borg
- Tacobuffé (anpassas även för din allergi)
- Bussresa dit och hem

VILL DU FÖLJA MED?

Vi har max 23 platser till förfogande.
Det gäller då att boka i god tid, så ni får chansen att följa med.

Boka senast den 20 mars till Johan på telefonnummer 073-254 45 06 eller på johan_rickardsson@telia.com.

Endast 200 kronor per person!

Obs. Glöm inte att bära **lediga kläder** samt **meddela om ev. matallergi!**

Om ni vill ha med matsäck i bussen och under resan vill vi gärna att Ni respekterar att följande inte får förtäras under resan pga. allergi:

- Nötter, ägg, citrusfrukt och fisk/skaldjur.

Föreningen kan tyvärr inte stå för att det är damm- och doftfritt på Boda borg.

Vad är Boda borg?

- Det är näst intill som "Fångarna på fortet". Du och ditt lag (3-5 pers.)
- ska tillsammans lösa ett eller flera problem i olika rum. Bäst är dock att
- vara 4 personer. Svårighetsgraden väljer ni själva. Genom att
- tillsammans samarbeta, tänka och använda kroppen i de olika rummen
- kommer ni tillslut hitta "nyckel". I detta fall är det en stämpel.

Skrivet av Emma Jernér Hedman



Sen sist





Julgransplundring för stora och små

Den 14 januari träffades vi i Vagnhallen på Fontänen, Linköping för att dansa ut julen, leka och ha trevligt.

Fika smakade gott efter en stunds dansande. Sedan var det dags att ta fram spöet och se om det nappade i fiskdammen.

Några bilder från julgransplundringen.

Text och Foto: Lhena Hjalmarsson





Handikappföreningarna i Östergötland inbjuder till följande program

Torsdag 15 mars Temakväll

LSS och Socialtjänstlagen

Fontänen, Vagnhallen, Linköping

kl 18.00–21.00

Torsdag 19 april Temakväll

Aktuell forskning

Fontänen, Vagnhallen, Linköping

kl 18.00–21.00

Onsdag 12 september Mässa

Fungera Mera Mässan

Fontänen, Linköping

kl 10.00–16.00

Onsdag 12 september Föreläsning

Fungera Mera mässan

Pingstkyrkan, Kungsgatan 30

Linköping

kl 18.00–21.00

Torsdag 13 september Temakväll

Hälsa på recept

Fontänen, Vagnhallen, Linköping

kl 18.00–21.00

Onsdag 26 september Kurs

Att vara företrädare i en förening

Fontänen, Vagnhallen, Linköping

kl 18.00–21.00

Torsdag 11 oktober Temakväll

Programmet ej klart!

Fontänen, Rum 371, Linköping

kl 18.00–21.00

Torsdag 15 november Temakväll

Programmet ej klart

Fontänen, Rum 371, Linköping

kl 18.00–21.00

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, <http://www.hso-ostergotland.org>

Du kan också kontakta,
Handikappföreningarna Östergötland
tel: 013-12 30 60,
e-post info@hso-ostergotland.org



Inbjudan till ordförandemöte

**Måndagen den 2 april 2012
kl. 18.00 – 20.30
Vagnhallen, Fontänen,
Linköping**

Handikappföreningarna Östergötland bjuder in en eller två medlemsföreningar till kommande ordförandemöte för att kortfattat ge information om sin föreningsverksamhet och hur det är att leva med sin diagnos/funktionsnedsättning.

Astma- och Allergiföreningen i Östergötland har fått en inbjudan att medverka på ordförandemötet den måndagen den 2 april 2012 kl. 18.00 – 20.30 i Vagnhallen, Fontänen, Linköping.

Syftet med detta är att vi ska få mer kunskap om varandra och få en inblick i hur det är att leva med sin diagnos eller funktionsnedsättning, och att få sprida kunskap och information.

Beräknad tid för en presentation och tid för att svara på frågor är c:a 20 minuter totalt.

Ett önskemål från Handikappföreningarna Östergötlands sida är att vi bjuder in medlemmar från vår förening.

Medlemmarna är inbjudna som åhörare och kan inte aktivt delta i mötet om inte ordförande bjuder in till samtal.

Tanken med detta är att ge våra medlemmar kunskap och en insyn på vad som sker under ordförandemötet.

Handikappföreningarna Östergötland bjuder på fika så är du intresserad att deltaga ber vi er om att anmäla antal deltagare och eventuell specialkost.

Tänk även på att mobilen ska vara helt avstängd pga. el allergi etc. och att vi även respekterar att alla kommer doftfria.

Anmälan deltagande och eventuellt behov av specialkost senast den 25 mars 2012 via e-post: astma-allergi.ost@fontanen.org

eller via telefon 013 – 10 34 82

Doftsättning av gallerior på frammarsch

Astma- och Allergiförbundet fick i slutet av förra året signaler om att tre nya gallerior i Stockholmsområdet skulle doftsätta inomhusluften. Därför gjorde vi ett blogginlägg och talade om att förbundet anser att doftsättning bör förbjudas (bland annat med hänvisning till FN-konventionen om rättigheter för människor med funktionsnedsättning).

Läs mer om det här :

<http://friskarelivbloggen.com/2011/12/08/doftsattning-av-gallerior-utes-tanger-personer-med-doftoverkanslighet-och-astma/>

Innan jul skickade vi också ut information via e-post till miljöchefer i alla kommuner med information om hur förbundet ser på doftsättning och en uppmaning att använda försiktighetsprincipen i Miljöbalken för att förbjuda doftsättning av offentlig miljö.

Pälsdjur i offentliga miljöer

Om ni har en handlingsplan mot allergi i kommunen eller en handikappolitisk plan där allergi ingår, kolla gärna om det finns med något om att pälsdjur inte bör tillåtas inom kommunens lokaler.

Nyligen hände det en incident i Marks kommun där personer blev sjuka på grund av pälsdjur i en idrottshall, se blogginlägg, <http://friskarelivbloggen.com/2012/01/18/viktigt-med-lokala-restriktioner-mot-palsdjur/>

<http://www.ovanaker.se/download/.2d8118541343be71ea98000180269/Handlingplan+mot+allergi.pdf>

Ett gott exempel på handlingsplan mot allergi är den som finns i Ovanåkers kommun där pälsdjur i kommunens lokaler finns reglerat, se; <http://www.ovanaker.se/download/.2d8118541343be71ea98000180269/Handlingplan+mot+allergi.pdf>

Ska du ut och flyga?

För dig som ska ut och resa med flyg finns det information ifall du har allergi, astma eller annan överkänslighet. Det är Transportstyrelsen som har tagit fram informationen.

Hur tycker du att deras information är? Saknas det något? Vad skulle kunna förbättras?

Hör av er till vår ombudsman Marianne Jarl, marianne.jarl@astmaoallergiforbundet.se med synpunkter.

Du hittar informationen från Transportstyrelsen här, <http://www.transportstyrelsen.se/Luftfart/Resenarsinformation/Att-resa-med-funktionsnedsattning/Ombord-pa-flygplanet/Allergi/>

Söka bidrag från Barnallergifonden

Astma- och Allergiförbundets Barnallergifond stödjer rekreation och förbättringar i hemmiljön.

Fonden delar ut bidrag 2 gånger per år. Sista ansökningsdag är den 31 mars samt 30 september.

Vem kan söka?

Ansökan görs av barnets/barnens målsman.

Medlemskap i Astma- och Allergiförbundet sedan minst 12 månader krävs. Är du inte medlem så kan du bli det här.

Ansökan kan ske upp till den dag barnet fyller 18 år

Till vad kan man söka?

- Rekreationsresa
- Förbättringar i hemmiljön (luftrenare, dammsugare, tvättmaskin, cykel, dator mm)

Hur söker man?

Ansökan görs på Barnallergifondens ansökningsblankett.

Med ansökan skickas kopia på läkarintyg från vårdinrättning, ej äldre än 2 år som styrker barnets diagnos.

Blanketten måste vara komplett ifylld för att ansökan ska behandlas.

Handlingar skickas inte tillbaka.

Beslut om stöd fattas uteslutande på grundval av den skriftliga ansökan.

När kan man söka?

Två gånger per år. Sista ansökningsdag är den 31 mars samt 30 september.

Om ansökan beviljas betalas bidraget ut ca 1 ½ månad efter sista ansökningsdag

Sekretesspolicy

Av sekretesskäl avhandlas inga ärenden via telefon.

Ansökningshandlingarna behandlas konfidentiellt.

Beslut meddelas skriftligen.

Här laddar du ner ansökningsblanketten, <http://www.astmaoallergiforbundet.se/Page.aspx?catid=25&pageid=413>

Om du har frågor om Barnallergifonden kontakta då:

Anneli Stenberg, e-post info@astmaoallergiforbundet.se, eller telefon 08 506 28 203

MEDLEMSLÄGE 2011-12-31

Astma- och Allergiföreningen Linköping	638
Astma- och Allergiföreningen Norrköping	307
Astma- och Allergiföreningen Västra Östergötland	251
Astma- och Allergiföreningen Åtvidaberg	68
Hela Östergötland	<u>1257</u>

Medlemsantalet i Östergötland har minskat med 57 medlemmar under året och vi hoppas att kunna öka medlemsantalet under 2012

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 2012. 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.

<http://www.astmaoallergiforbundet.se/medlem/>

Rätt svar till tävlingen Högtider i AllergiBladet nr 4/2011: SABBAT

Vi fick in 20 svar!

Vinnare är *Boris Persson*, Klockrike *Jan Elgström*, Norrköping
Elsbeth Perlström, Linköping *Birgitta Sikvall*, Linköping

Grattis ni får en vinst med posten!

Tävling – Musik ska byggas utav glädje!

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

Altsax	Balalajka	Banjo	Bäcken	Cembalo	Dragspel
Dulcimer	Fiddla	Flygel	Flöjt	Gamba	Giga
Gitarr	Kastanjett	Keyboard	Klaver	Kohorn	Lergök
Luta	Orgel	Regal	Sadel	Tabla	Taffel
Tensorsax	Teorb	Trumpet	Tuba	Ukulele	Violin

Ringa in dessa ord i ordnätet ovan.

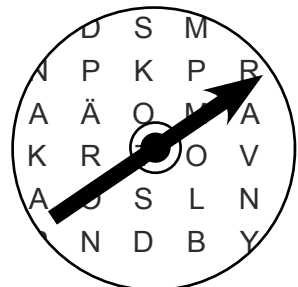
Orden kan stå fritt eller bildas vågrätt, lodrätt, diagonalt, baklänges eller haka i varandra med en eller flera bokstäver. **De bokstäver som blir över i ordnätet bildar ett lösenord.**

Skicka in lösenordet **senast 1 april 2012** till:

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

eller via e-post:
astma-allergi.ost@fontanen.org

Glöm inte att ange namn och adress!





Södergården – mer än ett vandrarhem

Under 2012 planerar vi följande verksamhet på Södergården.



- Mars** Diverse olika familjer, vi har platser kvar 3–10 mars.
Borås Astma- och Allergiförening kommer 10–17 mars.
Diverse olika familjer, vi har platser kvar 18–25 mars. Vilhelmina Astma- och Allergiförening kommer 23–25 mars.
- April** Österlen Astma- och Allergiförening kommer 29 mars–5 april.
Ovanåker Astma- och Allergiförening kommer 5–10 april.
Galleri Södergården 9 april. Familjen Magnusson uppträder och konstutställning.
Diverse olika familjer, vi har platser kvar 10–15 april.
- Maj** Södergårdens vänner 12–15 maj. Kom och var med!
- Juni** Södergården har semesterstängt 22 juni–15 juli.
- Juli** Astma- och Allergiföreningen i Västervik kommer 22–29 juli.
- Augusti** Väst Jämtlands Astma och Allergiförening anordnar: 55+ för dig som gillar vildmark och kortare dagsturer.
Veckan vänder sig till dig som av olika skäl föredrar ett lugnare tempo, både kroppsligt och själsligt 13–17 augusti.
Fjällvandrarvecka för vuxna 20–24 augusti en lite tuffare vecka, där vi vandrar på fjället och har lite mer utmaningar.
- September** Jönköpings Astma- och Allergiförening kommer 9–15 september. Södergårdens vänner 24–28 september, kom och var med! 28–30 september Åre Höstmarknad. Massor med roliga saker i hela Åre kommun.
- Oktober** Galleri Södergården har utställning 28 september–7 oktober. Konstens vecka i hela Åre kommun. Massor med kultur!
- November** Astma- och Allergiföreningen i Jämtlands län anordnar Familjehelg 2–4 november.
- December** Vi firar jul tillsammans 23–26 december.

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

Fjällfararvägen 2, 830 10 Undersåker

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