

Verksamhetsberättelse 2019

Livsgnistan Örebro län

**Medlemskap:**

Patientföreningar som deltagit vid bildande av Livsgnistan:Bröstcancerföreningen Hilda, Prostatacancerföreningen T-Pro och Blodsjukas förening i Örebroregionen.

Antal medlemmar xx (ca 600 pers)

**Styrelse:**

Ordförande: Miguel Bascuas, Prostatacancerföreningen T-Pro t.o.m juli 2019

Tf ordförande: Lena Lundqvist, Bröstcancerföreningen Hilda fr.o.m augusti 2019 (tidigare v ordf))

Kassör: Börje Jakobsson, Prostatacancerföreningen T-Pro

Sekreterare: Anette Persson, Blodsjukas förening (sjuk)

Ledamot: Katarina Malmkvist, Blodsjukas förening

Ledamot: Ingrid Alkebro, Livsgnistan

Ledamot: Johanna Pettersson Ung cancer, Bröstcancerföreningen Hilda

Ledamot: Hans-Olov Andersson, Prostatacancerföreningen T-Pro

Adjungerad ledamot: Morgan Svensson, Prostatacancerföreningen T-Pro

Adjungerad ledamot: Birgitta Bergman, Livsgnistan

**Styrelsemöte:**

Styrelsen har haft 12 protokollförda möten, samt ett antal möten för att utföra andra föreningsuppgifter.

**Revisor:**

Johan Nyström

**Lokal:** Livsgnistan hyr en lokal av Karlslunds IF Skidor, vid Motionscentralen i Karlslund.

**Information:**

Under våren annonserades i ”Nerikes Allehanda” varje vecka, både i papperstidningen och digitalt. (Ingen tidningsannonsering under hösten på grund av höga kostnader. Då utnyttjades deras kostnadsfria informationssida för föreningar.)

Vi skickade in en notis under ”På gång”, kostnadsfritt i gratistidningen ”Örebroarn” varje vecka. Anslag sattes upp på olika ställen på Universitetssjukhuset, föreningen har skapat en hemsida och en facebook-sida där information givits. Många medlemmar har delat informationen via facebook till sina vänner. Livsgnistans broschyr har delats ut till alla kuratorer och kontaktsjuksköterskor, för vidare befordran till patienter och närstående. Anslag har funnits vid Livsgnistans föreningslokal i Karlslund och vi har fått en anslagstavla för cancerrehabilitering vid Onkologklinikens kassa, USÖ.

Vi har informerat om Livsgnistans verksamhet vid Seniormässan, Örebro, Örebro Föreningsråds föreningsdag, i M-husets galleria, USÖ samt vid möte med Närsjukvården i Lindesberg.

 **Aktiviteter:**

Föreningen invigdes 28 februari 2019 med besök av landshövdingen, ordförande för RCC Uppsala-Örebro och regionala representanter för Region Örebro län. Lokalen var fullsatt av patienter, närstående och andra intresserade. Massmedia var också närvarande.

Vi har haft aktiviteter under tiden februari – december 2019 och har haft lokalen öppen varje onsdag mellan 10 och 16. Under våren 2019 startade vi med föreläsningar varje vecka i mars och april, bokklubb med träffar varannan vecka med start i april och medicinsk yogakurs under hela vårterminen. Samtalsgrupp med fika och promenader i naturen varje onsdag. Föreläsningar med naturguide, med både inne- och uteaktivitet under maj månad, varje vecka.

Under höstterminen utökades aktiviteterna med medicinsk qigong, vattengympa, breathwalk (yogapromenad) förutom vårens aktiviteter. Detta innebar att vi bedrev aktiviteter även på måndagar (vattengympa) och torsdagar(qigong). Medicinsk yoga utökades med en kurs i Kumla parallellt med kursen i Örebro. Vi hade balansträning, tangoföreläsning med uppvisning, kulturvandring i Karlslunds trädgårdar och en SPA-resa till Hedenlunda slott. Vi hade bildterapi med Anna Kling, bildterapeut/kurator. Föreläsning med kiropraktor Henrik Sahlén om ”Optimerad läkning vid stress” och med Anders Södergård, läkare och patient, författare och föreläsare som talade över ämnet ”En sekund, en diagnos och livet tar en ny vändning”. Julavslutning med trubaduren Åke Holt blev sista programpunkten för terminen.

Antalet besökare har varierat mellan 10 och 25 personer på föreläsningarna. I kurserna har i snitt 10 personer deltagit vid 10 tillfällen.

Örebro 27 februari 2020

**Styrelsen**

Lena Lundqvist Börje Jakobsson

Katarina Malmkvist Ingrid Alkebro

Hans-Olov Andersson Johanna Pettersson

Anette Persson