

NJUFÖRENINGEN I KALMAR LÄN**Bäste medlem!**

2019 har präglats av en varm sommar, som vi sent ska glömma, men 2019 innebar även att Njurföreningen fick många nya medlemmar under året. Vi hoppas och tror att medlemsantalet kommer att fortsätta stiga även under nästa år.

Desto fler medlemmar vi är och personer som hör talas om Njurföreningen desto bättre får vi anta att det är för oss och vår förening.

Som sagt, ett nytt år står för dörren. Tänk vad ett år har gått fort, när man i skrivande stund tittar i backspeglarna. Helt plötsligt ska vi lära oss skriva 2020. Men hur som helst så har vi 2019 bakom oss och vi i styrelsen fortsätter med vårt arbete för våra medlemmar och vår förhoppning är att vi snart ses på våra medlemsmöten.

INFORMATION OCH RAPPORTER.

Den 2 oktober var Njurföreningen inbjuden till Njurskolan, där Christer Andersson var närvarande från vår förening och informerade deltagarna om oss och vår verksamhet.

Den 19 oktober hade vi Anhöriginformation i TIC-huset i Kalmar. Den centrala frågan som diskuterades där var vikten av anhöriga som stödjer sina närstående med deras njurproblematik.



Föreläsare Anna-Lena Rosengren är anställd av Kalmar kommun som anhörigstödjare och har ansvaret för den vuxna anhörigvården.

I sin föreläsning tog hon upp bland annat att det kan bli mycket stress för den anhörige när en närstående blir sjuk och de kanske inte riktigt vet vart man kan vända sig när problem uppstår.

Under föreläsningen informerade hon om vad det fanns för olika hjälpinsatser i hemmet man kunde få hjälp med från Kalmar kommun. Man kunde bland annat få Kostnadsfri avlastning upp till 10 timmar per månad, hjälp utanför hemmet med trygg hemgång efter en sjukhusvistelse eller hembesök där man kunde få prata enskilt med henne.

Föreläsningen avslutades med många frågor från våra medlemmar och samtidigt njöt vi av smörgåstårter och kaffe.

Lennart Magnusson, docent vid Linnéuniversitetet och NKA (Nationellt kunskapscentrum anhöriga) föreläste om samhällsfrågor. Där framkom att det totalt finns omkring 100 000 anhöriga som förvärvsarbetar och samtidigt stödjer sina anhöriga och därför har behövt göra anpassningar i sina liv för att hjälpa sina närstående. Närmare 70 000 anhöriga har känt sig tvingade att gå ner i arbetstid, fler kvinnor än män. Var femte anhörig känner ofta eller alltid att det är både fysiskt och psykiskt påfrestande att ge vård, stöd eller hjälp till en närstående. Det kan även vara en oro för sin närstående.

Lennart Magnusson nämner även att närmare var tionde ungdom ger omfattande stöd och hjälp till anhöriga. Detta kan leda till att de unga känner press och stress, vilket i sin tur kan leda till psykisk ohälsa, skolfrånvaro och studieavhopp. Dessa "unga omsorgsgivare" har först de senaste åren uppmärksamats i Sverige. Föreläsaren avslutade med att omtala hur viktigt det är att anhöriga får bättre stöd till de närstående, så att de orkar hjälpa sina närstående när de blir sjuka.

PÅ GÅNG.

Den 28/11 är Njurföreningen inbjudna till Njurrådet på Njurmottagningen där Claes Mollden och Rose-Marie Arnviken-Litbo deltar.

Våra skrivelser angående våra fokusområden om dialysverksamheten och organdonation, fler TV-kanaler till dialysavdelningarna samt frågan om sjukresor efter dialysbehandling behandlas nu i Region Kalmar läns styrelse.

I vecka 45 kommer vi att uppmärksamma Donationsveckan i entrén på sjukhuset i Västervik samt i Kalmar city och på Linnéuniversitetet.

Nästa möte är årsmötet i Oskarshamn i början på Mars 2020, en särskild inbjudan kommer att skickas i februari. Nästa medlemsmöte kommer att äga rum innan sommaren.

Motioner till årsmötet vill vi gärna ha senast den 15 februari 2020 och skickas till Claes Mollden, claes.mollden@smalandshamnar.com och Rose-Marie Arnviken-Litbo, mia@litbo.org

Är det någon som är intresserad av att vara med i vår styrelse, så kontakta ovanstående personer.

FRÅGOR TILL DIG SOM ÄR MEDLEM.

* Önskar du ha medlemsbladet via e-post istället för brevledes? Vill du det kontakta mia@litbo.org

* Har du förslag på programpunkt till ett medlemsmöte, kanske ett speciellt ämne eller föreläsare? Kontakta gärna någon i styrelsen och delge dina funderingar och idéer!

Styrelsen önskar alla en fortsatt skön höst och en trevlig Jul och Nyår.



Rose-Marie Arnviken-Litbo, Informationsansvarig