

INFOBLADET

DECEMBER 2024



**Njurföreningen
i Västerbotten**

Box 53, 901 02 Umeå
Epost kontakt@nfvb.se

VICE ORDFÖRANDE HAR ORDET!

Hej alla medlemmar!
- nu är det snart jul i hus & koja

Vi ger er här & nu här årets julklapp i form av ett presentkort från Västerbottens Njurförening som är fyllt med 400 kr som i år fungerar på Coop.

Nu har det "vita guld" kommit, det som en del entreprenörer kallar snön. Snödjupet är så här i början av vintern lite av en snackis. Hemma hos mig i Vindeln är det så här, i slutet av november ca knappt 10 cm. Det talas om att i Skellefteå har de fått ca 40-50 cm, de lokala skillnaderna är riktigt stora. Själv har jag gjort det som är riktig höstmat för mig. Det är som jag i det tidigare infobladet berättat om är min favoriträtt och det är fläsklägg med rotmos söt- syrlig dillsås. En annan favorit som också jag gjort denna månad är stekt saltsill med kokt potatis och löksås - smaskens enligt mig.

I höst var det en välordnad medlemsträff i Skellefteå. Där blev det en del medlemmar som fick en rundvandring i Sara kulturhus samt en fin efterföljande middag. I Umeå, med vår Marie som "taco-chef" i Anumark samlades vi ännu en gång till tacoträff. Vi blev 29 stycken som åt på Hotell Entré Norr. Det var mitt första besök där och jag blev mycket positivt överraskad av allt det jag möttes av. Både lokalen, personalen, maten var väldigt bra. Ett annat plus var att det gick att parkera bilen utan någon app, bara det är ju värt en extra stjärna.

Jag passar på att uppmana er medlemmar att ge oss er mailadress. Vi lottar ut 10 stycken trisslotter, så vänta inte, för ju fortare vi får er mailadress ju fler gånger kan ni vinna trisslotter som kan göra er till miljonärer.

Skicka in mailadressen till vår e-post är: kontakt@nfvb.se

Historiedags!

Mitt minne är lite som en
Julkalender - full av luckor!

Har du bestämt vad du skall ge
din fru i Julklapp?

- Jo hon ville ha något med diamanter, så jag köpte henne en film.
"Jakten på den försvunna diamanten"

Man har ju uppfunnit nästan allt som går att uppfinna, tex läsk utan socker, öl utan alkohol, kaffe utan koffein ...
men en regering helt utan dårar
det lär vi nog tyvärr aldrig få se!

Vid pennan *Jan Evertsson*
vice ordförande & ekonomiansvarig
den 30 nov 2024

Kroatienresa för dialyserande och andra medlemmar!

Vi har jobbat och försökt ordna en 7 dagars resa till alla medlemmar, där vi erbjuder att gemensamt resa till vackra Kroatien under augusti 2025. Vi reser med direktflyg från Skellefteå kl 19:15 på kvällen och landar i Split kl 22:30, sedan har vi ca 2 timmars transfer till hotellet.

Hotellet heter Pinija ligger i området av staden Zadar och ligger i den vackra lilla byn Petrcane som omges av pinjeskogar. Det är nära till havet med klapperstenstrand. Det finns både inomhus- och utomhuspool med solstolar. I resans pris ingår hotel, flyg, transfer, frukost, middag, 1 dags utflykt med inträde etc.

Alla rum har luftkonditionering och andra bekvämligheter.

Aktiviteter såsom tennis, bordtennis, minigolf erbjuds för gästerna. Bastu och gym samt massagebehandlingar erbjuds också.

Hotel Pinija ligger bara 12 km från Zadar med sitt historiska centrum.

Pris för resan är 20.990 kr per person. Detta är innan någon sponsring på priset. Vi ska ha ett styrelsemöte innan jul där sponsringen av resan är av hög vikt på beslutpunkterna.

Vi jobbar just nu med fler saker som inte är helt klara ännu kring denna resa. Om några medlemmar som behöver dialys vill följa med behöver ni påbörja dialog med dialyspersonalen

om dialys i Kroatien är möjligt för just er.

Vi har tagit höjd för ca 8 dialyserande som ges möjlighet att komma ifrån på semester tillsammans med andra som "sitter" i samma båt, dvs bundna till dialys och mycket svårt att komma iväg på någon kul resa.

Under 2017 ordnade vi en kryssning i medelhavet. Vi sponsrade då de medlemmar som åkte med ordentligt rent ekonomiskt och det var även med en sjuksköterska från en dialys i länet med som ett litet stöd. Detta är även en punkt vi kommer diskutera på mötet för att se om vi kan få med någon sjuksköterska även denna gång som stöd.

Denna resa är något som alla medlemmar erbjuds och vi har totalt ca 30 platser varav ca 8 stycken är för dialyserande. Känner du att minsta intresse finns att åka med så hör av er till mig omgående. Helst via mail, för det gör det enklare att hålla rätt på alla. Det vore mycket tråkigt om någon försvinner i "hanteringen" för att det inte finns nedskrivet. Intresseanmälan behöver jag ha så fort det bara går för att hålla 30 stycken "lediga" platser på detta hotell, vilket inte riktigt gillas av resebolagen.

Vi ska som sagt på nästa styrelsemöte i december ta beslut på sponsringen kring denna medlemsresa.

Kontaktuppgifter till mig är:

Mail: fam_evertsson@yahoo.se

Telefon (på kvällstid) 070-368 51 40

- Nu reser vi i väg!

Mvh Jan Evertsson

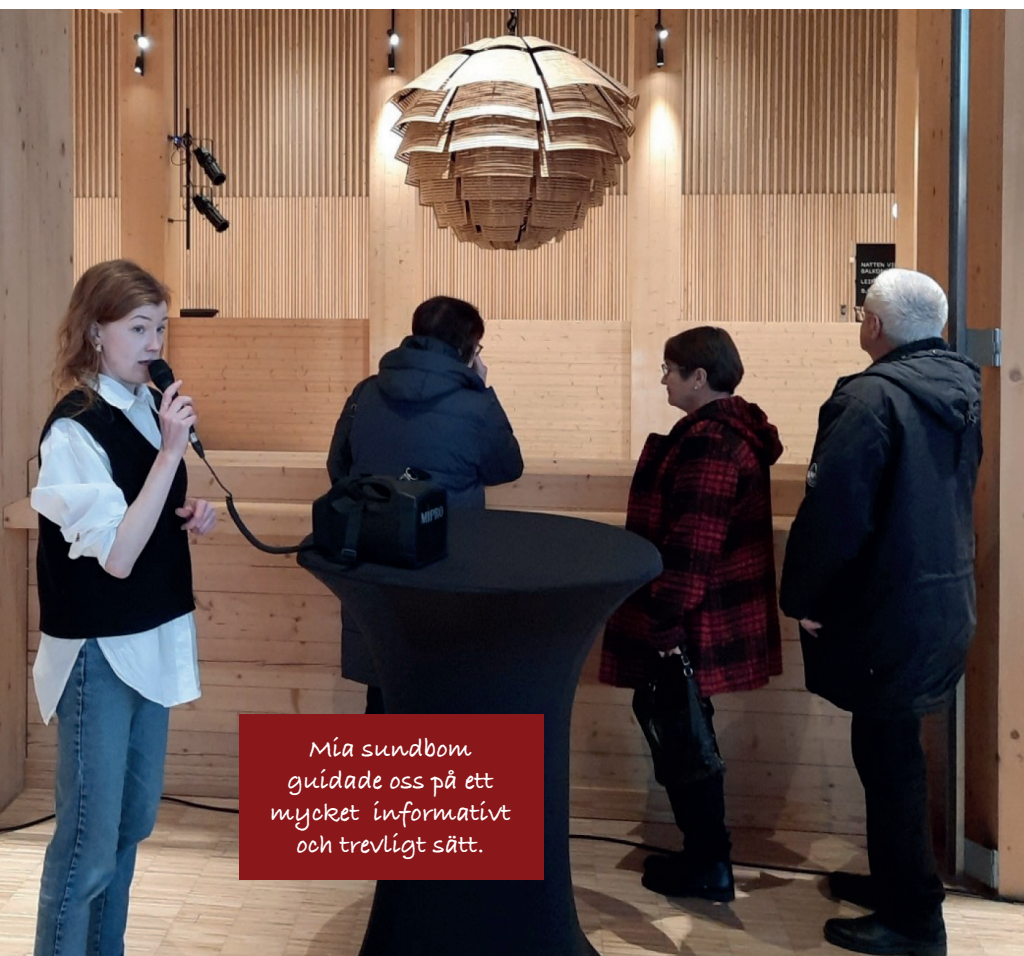
vice ordförande & ekonomiskt ansvarig

Höstträff i Sara Kulturhus i Skellefteå

**20 glada och trevliga
medlemmar träffades den
2 november 2024 i
Skellefteås största och
mäktigaste mötesplats,
SARA KULTURHUS
mitt i stan.**

Först fick vi en väldigt fin presentation och guidning av Mia Sundbom som arbetar i huset som värd och koordinator. Det var riktigt trevligt att få se de olika lokalerna och samtidigt få information om olika detaljer. (se informationsrutan).

Efter en kort paus blev det en mycket god fyra-rätters meny på Restaurang



*Mia sundbom
guidade oss på ett
mycket informativt
och trevligt sätt.*



Mandel, en av husets tre restauranger.

Vad sägs om:

Förrätt: Tunt skivad pumpa, rostade hasselnötter, havtorn, brynt salvia-smör och rökt majonnäs.

Mellanrätt: Samiskt glödbakat bröd med Vreta gulärtskräm, falafel, variation på höstens skörd och björkolja.

Varmrätt: Kantarelltoast på grillat Levainbröd, smörstekta kantareller, krispigt norrländskt fläsk, dijonkräm och lökmarmelad.

Efterrätt: Äppelkaka, kardemum-maglass, salt kolasås och äppelkompott.

Väldigt mätta och ännu gladare än när vi kom fick vi önska varandra en fortsatt fin höst och en lugn och schön advents och jultid.

//Gun Sundkvist

Information om Sara Kulturhus

Arkitektur: White Arkitekter.

Började byggas oktober 2018.

Invigdes 8 september 2021.

Uppkallad efter Sara Lidman, författare från Missenträsk, 6,5 mil från Skellefteå.

20 våningar och 80 meter högt.

Helt byggt i lokaltillverkat korslimmat trä. Glasfasad.

Drivs av AI-smart förnybar energi.

Huset inrymmer:

Stadsbibliotek

Åtta olika stora scener varav fem går att

variera antalet sittplatser

Två konstgallerier

Konferenscenter

Tre restauranger

Hotell med 205 rum och spa.

Och stora sociala ytor.



Fr v: Malin Haglund, Marie Eriksson, Jonas Bergstedt, Iraj Sedaghati, Agneta Henriksson och Ann-Christine Ryman.

Donationsveckan

4-10 november 2024

**Vi hade planerat att ge människor information om donation och även att ta ställning i donationsregistret.
Vi skulle stå på Väven, Iksus sport, Universitetet och Avion.**

Tyvärr blev det bara på Iksu sport på Ålidhöjd och på biblioteket i väven, ett samarbete med Funktionsrätt Umeå.

Samtalen på väven blev mycket bra och vi fick stort utbyte med våra gäster. Vi som var med var Malin Haglund (vår ordförande i Njurföreningen i Västerbotten), Marie Eriksson, Jonas Bergstedt, Iraj Sedaghati. Det som vi alla har gemensamt att vi är transplanterade och har olika upplevelser och historier.

Även vår koordinatör Agneta Henriksson och Anki Ryman

(Avdelningschef på dialysen här i Umeå) var med och hjälpte till att förklara, tex hur en dialys går till.

På Iksu sport stod våra styrelsemedlemmar Jan Evertsson och Iraj Sedaghati med några andra från blodcentralen, Iva, Livia och Ögon.

Det blev en mycket bra kväll med fina samtal och många frågor bland alla gäster som flockades kring oss.

Vi vill tacka alla som kunde ställa upp denna vecka, den viktigaste veckan vi har på året.

Vid pennan: Marie Eriksson



Jan Evertsson och Iraj Sedaghati hade dukat upp borden fulla med informationshäften om de mycket viktiga donationsfrågorna.



Tacobkväll på mysiga hotellet i Anumark

Den 17 november så hade vi ordnat taco-kväll på Hotell entré Norr för våra härliga medlemmar. På hotellet serverades en stor härlig tacobufé. I matsalen var borden fint dukat och lokalen var mycket härlig och mysig. Personalen på hotellet är mycket trevliga och så omhändertagande.

Vi blev 29 st glada och hungriga medlemmar som åt av den goda maten. Vi fick se några nya ansikten den kvällen och ni är så välkomna till våran förening. Mätta och glada blev vi och vi var mycket tacksam för denna kväll, vi vill även tacka Hotellet med sin fina personal och mat.

Visst ses vi nästa år igen ? =)
Vid pennan: Marie Eriksson

INFOBLADET önskar våra läsare
GOD JUL & GOTT NYTT ÅR!



Adress: Box 53, 901 02 Umeå

Epost: kontakt@nfvb.se

Medlemsavgifter

Vuxen 240 kr/år - Ungdom upp till 18 år 50 kr/år

Njursjukas forsknings- och stipendiefond BG 5403-7866

Föreningskonto (gåvor till föreningen etc) BG 5652-5793

Glöm ej anmäla adressändringar!