

Medlemsbrev hösten 2024.



Mellersta Österbottens
Svenska Diabetesförening

Vi bjuder på inspiration och information från vår diabetesförening.

Diabetesföreningens höstmöte 26.11.2024 kl. 18, hålls på Aveny Café i Vasa, Hovrättsplanaden 13, Vasa. **Temat för kvällen är : FRÅGA DOKTORN.** Med oss har vi diabetesläkare Kaj Lahti och diabetesskötare Linda Sjölund. Era frågor önskar vi att ni sänder i god tid före mötet till modif.rf@gmail.com.

Vi börjar med kaffe/te eller glögg och lite tilltugg, inleder höstmötet och fortsätter med frågorna.

Verksamhetsplan

Föreningen fortsätter med Kaffeklubbar för typ 2 diabetiker, Ebbas Klubb för Typ 1 diabetiker och familjeklubben. Kolla hemsidan modif.fi för när och var.



Fortsatt gruppverksamhet och vi tar emot nya förslag på aktiviteter av medlemmarna. Om ni vill starta motionsgrupper i er by/ert område/er kommun stöder föreningen det. Vi ordnar vattengymnastik och sponsorerar simhallsbiljetter.

Föreningen ansöker om bidrag för klubbarna från respektive Aktia stiftelser och försöker på så sätt få igång mindre gruppverksamhet i de kommuner där vi har medlemmar.

Föreningen deltar i hälsomässor och olika aktiviteter och berättar om vår verksamhet. Följ oss gärna på ***modif.fi***.

En resa för våra ungdomar planeras till en gemensam finlandssvensk träff i Helsingfors den 22 mars 2025. Föreningen ansöker om bidrag för att understöda transporten från Österbotten (tåg eller buss)

Deltagande i Svenska Träffen som i år ordnas i Närpes 12-14.9.2025. Anmälan och betalning till vår förening innan anmälningstiden går ut. Sponsoring av deltagaravgiften eller resa.

Föreningen stöder kamratstödsverksamhet och hoppas på nya föreläsningar digitalt via diabetesförbundet eller i samarbete med Sveriges motsvarande organisation.

År 2025 har diabetesförbundet lovat att starta upp en chatt verksamhet för våra ungdomar på svenska. Idag finns en registrerad Facebook grupp "Finlandssvenskar med typ 1 diabetes" Den har idag 130 medlemmar och via den kan diabetikern även få kamratstöd.

Ankdammen är den finlandssvenska Facebook grupp som familjeklubben deltar i.

Budgeten för 2025 balanserar på 5470 euro enligt planerad verksamhet. Vi kan ordna flera aktiviteter om vi får mera bidrag.

Via diabetesförbundet gör vi ett påverkansarbete för att människor med diabetes ska kunna leva ett bra liv. Diabetes är en kronisk sjukdom som man med vård och behandling som fungerar kan leva ett bra och tryggt vardagsliv.

Inom Österbottens välfärdsområde har vi idag möjlighet att delta i OLKA verksamheten. OLKA Vasa är en gemensam verksamhet mellan Österbottens föreningar rf och Österbottens Välfärdsområde/Vasa Centralsjukhus. En OLKA punkt finns i H-huset på sjukhuset och från november även på Korsholms hvc. Vi kommer att finnas på plats vid Korsholms hvc i år den 14.11 när vi firar världsdabetesdagen. Kom gärna ut och träffa oss där.

OLKA koordinerar en stödtjänst TOIVO-HOPP som ordnar kamratstöds kurser, du kan ladda ner Toivo-appen och gå in på kamrathuset.fi. Bli inte ensam, via Toivo applikationen kan du få kostnadsfritt kamratstöd.

Kamratstöd kan beskrivas som stöd från en kamrat, vän eller medmänniska. En person som har en liknande situation och på så sätt kan stöda och hjälpa. Man kan lyssna, ge råd eller bara finnas till för den personen. Kamratstöd kan vara värdefullt när man behöver någon att prata med om sina problem, när man behöver stöd och uppmuntran i vardagen.

Både diabetesförbundet och OLKA Vasa ordnar kamratstöds kurser. Hör av dig till vår förening om du vill gå kursen, den är 4 tillfällen med olika tema.

Världsdabetesdagen 14.11.2024

Världsdiasabetesdagen firas varje år den 14 november som är Frederick Bantings födelsedag, insulinets meduppfinnare. Blue november, den blå färgen i ringen som symboliserar sjukdomen diabetes. I år är temat

”Jag rör på mig och mår bra!”

Temat för Världsdiasabetesdagen 2024 är Motion och jag mår bra.

Organisera ett vandringsevenemang i ditt samhälle i vecka 46

Diabetesförbundet utmanar lokala föreningar att delta i vandringsutmaningen under diabetesvecka 46 och att anordna ett vandringsevenemang på sin ort den 11–17 november 2024. Bjud med grannar och vänner att delta i en vandring och berätta varför det ordnas.

Välkommen på höstmötet!

