



## Verksamhetsberättelse 2020 Livsgnistan Örebro län

### Medlemskap:

Patientföreningar som deltagit vid bildande av Livsgnistan: Bröstcancerföreningen Hilda, Prostatacancerföreningen T-Pro och Blodsjukas förening i Örebroregionen. Vi har även medlemmar som tillhör någon annan patientförening, eller ingen förening alls.

Antal medlemmar: 650 personer

### Styrelse:

Ordförande: Lena Lundqvist, Bröstcancerföreningen Hilda

Vice ordförande: P-A Forsbacka, Livsgnistan

Kassör: Börje Jakobsson, Prostatacancerföreningen T-Pro

Sekreterare: Ingrid Alkebro, Livsgnistan

Ledamot: Sonia Ekman, Carpa NET

Ledamot: Johan Nyström, Livsgnistan

Ledamot: Gunila Norberg, Livsgnistan

Ledamot: Hans-Olov Andersson, Prostatacancerföreningen T-Pro tom mars 2020

Ledamot: Lis-Beth Alexandersson, Livsgnistan tom september 2020



### Styrelsemöten:

Styrelsen har haft 7 protokollförda möten, några möten för att utföra andra föreningsuppgifter samt årsmöte.

**Revisor:** Leif Eidstedt

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

### Information:

Nerikes Allehanda och Örebroar'n har kostnadsfria spalter för föreningar, där vi informerat om våra verksamheter under året, då tillfälle givits.

Föreningen har informerat via Livsgnistans hemsida och facebook. Många medlemmar har delat informationen till sina vänner. Livsgnistans broschyr och visitkort med våra kontaktuppgifter, har delats ut till alla kuratorer och kontaktsjuksköterskor, för vidare befordran till patienter och

närstående. Anslag har funnits vid Livsgnistans föreningslokal i Karlslund och på anslagstavlan för cancerrehabilitering vid Onkologklinikens kassa, USÖ.

Vi har informerat om Livsgnistans verksamhet vid ett möte i Falun, för patientföreningar i Dalarna som vill skapa en egen verksamhet, liknande Livsgnistans.

### **Aktiviteter:**

Lena Lundqvist, Johan Nyström och Ingrid Alkebro deltog i Cancerstrategins 10-årsjubileum i Stockholm, i februari.

Vi gick utbildning på Sensus i september, och lärde oss hur man skapar evenemang och gör inlägg på vår facebook-sida. Vi fick också göra videofilmer om Livsgnistan och livesända dessa, i samarbete med Sensus. Alla möten måste nu vara digitala, därför har vi också fått lära oss detta, via Sensus.

Örebro Föreningsråd inbjöd till utbildning för ordförande, sekreterare och kassör, där Lena Lundqvist, Ingrid Alkebro och Börje Jakobsson deltog.

Lena Lundqvist blev intervjuad i Länsradion i november, och fick berätta om Livsgnistans verksamhet.

Vi startade upp promenader, samtalsgrupp för anhöriga, medicinsk yoga i Örebro och Kumla, medicinsk qigong, breathwalk och vattengympa i februari, men fick avbryta alla aktiviteter i mars, då restriktioner pga coronapandemin kom från Folkhälsomyndigheten. Vi återstartade verksamhet utomhus med promenader och fika, under september och oktober, sedan fick vi stänga igen i november pga nya restriktioner från FHM. Vattengympan nystartade efter sommaren, i både Örebro och Lindesberg och fick pågå till oktober.

I början på året hade vi föreläsningar i vår lokal i Karlslund: Johanna Joneklav som föreläste om "Barn som närstående". Annika Rosdahl som informerade om Nyckelfonden. På årsmötet informerade Eivor Niva om den elektroniska vårdplanen för alla cancerpatienter.

I vår planering för hösten ingick en kurs i bildterapi, en grupp förmiddagsyoga och en samtalsgrupp för cancerbehandlade. Vi hade också bokat in ett studiebesök med deltagare från RCC syd. Dessa aktiviteter fick ställas i på grund av pandemin.

Antalet besökare har varit ca 10 personer på föreläsningarna. I kurserna har i snitt 8 personer deltagit förutom vattengympan i Örebro, vilken hade 17 deltagare.

Örebro 24 mars 2021

Lena Lundqvist

Johan Nyström

Gunila Norberg

Ingrid Alkebro

Sonia Ekman

Börje Jakobsson

P-A Forsbacka