****

**TROLLHÄTTAN INNER WHEEL CLUB**

**Distrikt 236**

**Sverige**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Månadsbrev 5 2107-2018  President Kajsa Öberg  Sekreterare Kerstin Hägerström |

Årets motto: Leave a lasting Legacy

Världspresident: Kapila Gupta

NOVEMBER 

Inbjudan till månadsmöte onsdag 8 november 2017kl 18.45 på Scandic Swania.

----Program: Barnmorskor i Västsverige på 1700-talet. Gudrun Nyberg,

professor emeritus i internmedicin som efter pensioneringen blivit

medicinhistoriker.

---Måltid 149 + dryck (öl eller vin 65 kr). Klubbavgift 40 kr. Anmälan senast

4 november till klubbmästare eller vice klubbmästare.

Klubbmästare Jana Kodesch 0708123116 [jana@cabeco.se](mailto:jana@cabeco.se)

Vice klubbmästare Marianne Mowitz 0705214131 [roland.mowitz@gmail.com](mailto:roland.mowitz@gmail.com)

Årets sista möte onsdag 13 december 2017: Lucia

VI ÖNSKAR ALLA VARMT VÄLKOMNA TILL VÅRA MÖTEN!

Ta gärna med en gäst som du tror är intresserad att vara med.

ÅRSAVGIFT 500 kr inbetalas till plusgiro 57 04 63-0 om ni inte redan gjort det!

Kajsa Öberg Kerstin Hägerström

President Sekreterare

1(3)

Månadsmöte 171011

Vi hade 3 gäster: Boel Nordenfors, Karin Ekelund och föredragshållare Joanna Björkqvist.

Vice president Eva Bråthén Persson hälsade alla välkomna och tände det blå ljuset för vänskap, hjälpsamhet och internationell förståelse.

Vi hälsade vår nya medlem Eva Nordström välkommen med att ställa oss i en vänskapsring. Hon fick en IW-brosch och berättade lite om sig själv. Hon arbetade tidigare som biomedicinsk analytiker inom klinisk fysiologi, bl a på NÄL, hon är pensionär sedan 8 år . Hon har ingen hörsel på vänster öra, bra att veta så att vi pratar med henne från höger sida! Hon har 2 söner och 5 barnbarn, varav 2 har typ1-diabetes. Hon spelar nyckelharpa och bridge, hennes mamma är 101 år.

Christina Palm uppvaktade vår trogna medlem Ulla Björkman med en hjärt-Inner Wheel-brosch.

Christina Palm informerade om distriktsårsmötet 21 oktober på Swania. Klubbens medlemmar får delta för 200 kr istället för 480 kr.

Vår gäst, tillika svärdotter till vår medlem Kristina Björkqvist, Joanna Björkqvist berättade sedan om psykisk ohälsa och självmord/suicid. Självmord var kriminellt fram till 1864, man försöker byta namn till suicid för att komma från den stämpeln. Det är viktigt att våga fråga och våga berätta, det kan hjälpa den som har det jobbigt att prata om det. Hon har skrivit två böcker: ”Våra älskade orkade inte leva” och ”När mörkret viker undan för livet”. Hon beskrev känslor som man kan drabbas av som anhörig – sorg, smärta, saknad, men också svårare känslor som skuld, skam, vrede och hjälplöshet, t o m lättnad. Ibland kan de upplevas som förbjudna.

Det finns hjälp-organisationer som kan stötta de anhöriga, t ex SPES (Suicid PreventionEfterlevandeStöd) som bl a finns i Göteborg. Där finns också Ångestsyndromsällskapet, en ideell förening för människor med ångestproblematik. I Göteborg finns också Fontänhusen, en världsvid organisation, som erbjuder sysselsättning/arbetsuppgifter som alla kan klara.

Suicid är ett stort problem, under 2016 tog 1478 människor livet av sig i Sverige, 30% lämnade ett brev efter sig. Man tror att ca 10% av alla trafikolyckor kan vara suicid. Bland personer 15-44 år där suicid den vanligaste dödsorsaken, det är fler män än kvinnor som tar livet av sig, de använder också mer definitiva metoder.

2(3)

Antalet suicid har gått ner i antal de senaste 30-40 åren, bl a beroende på moderna antidepressiva. Det finns olika varningstecken, det viktiga är att våga vara närvarande, våga fråga och lyssna på svaren.

Hon hade mycket att berätta och slutade med att ge tips om vart man kan vända sig: Till vårdcentral, till Sjukvårdsupplysningen 1177 eller 1177.se, Självmordslinjen 90101 eller Larmcentralen 112.

Vice president Eva Bråthén Persson tackade föredragshållaren och avslutade mötet med att blåsa ut det blå ljuset.

Vid pennan

Kerstin Hägerström sekr

3(3)