



SIMRISHAMN IWC
Distrikt 239

President
Karin Ursberg
Finalgatan 13 C
222 74 Lund
Tel
072- 502 44 49

ursbergkarin@hotmail.com

Sekreterare
Gunilla Claeson
Kongslandsvägen 4
273 50 Brösarp
Tel 0414- 73733
0708-73 64 14

gunilla.claeson@vavatten.se

Klubbmästare
Gunilla Torkelsson
Kyhlsvägen 17
276 60 Skillinge
Tel 0733-96 54 66

g.torkelsson@gmail.com

2017 - 2018

IW månadsbrev nr 9

Världspresident Kapila Gupta
motto: Leave a lasting Legacy

Kallelse och program

Välkomna till april månadsmöte **onsdagen den 25/4 kl. 18.30** på hotell Svea i Simrishamn.

Kvällens föredragshållare är Maria Thorsson som berättar om hur det är att arbeta på Mali.

Påanmälan

Bindande anmälan senast **söndagen den 22 april** till Gunilla Torkelsson, 0733-96 54 66, g.torkelsson@gmail.com
Måltid inkl. kaffe och kaka är 165 kr. De som har behov av specialkost meddelar detta vid anmälan. Meddela också om ni vill ha skjuts till månadsmötet.

Föregående möte
klubbärenden och ett kort referat av kvällens föredrag

Karin Ursberg tände vänskapens ljus och hälsade alla välkomna till kvällens möte. Karin riktade ett särskilt välkommen till Marina Björkman som kommer in som ny medlem i vår förening. På distriktsmötet i Helsingborg var Karin enda medlemmen från vår klubb, eftersom det var full snöstorm och mycket svårt att ta sig fram på vägarna. Från distriktsmötet berättade Karin att **Gunilla Thorkelsson** beviljades dispens för ett år till som klubbmästare. **Projektet Garissa** tar slut i år och beslut om nytt hjälpprojekt kommer efter Convention i Melbourne, som är den 11- 14 april i år.

Mer information från vår president Karin Ursberg och datum att lägga på minnet.

Hattparaden i Malmö, ett Rotary-Inner Wheel evenemang, den 26 maj. Inbjudan skickas ut med detta månadsbrev i bifogad fil.

Distriktets presidentskifte blir det den 3 juli i Skanör. Då tar Gertie Stenkula över presidentskapet efter Monique Mellin.

Distriktets höstutflykt till Gunnarshög är bestämt till den 30 september.

Nästa distriktsmöte blir den 6 oktober i Landskrona.

Karin berättade också att månadsmötet den 16 maj, **Ut i det blå**, går till Kulturen i Lund. Mer info om utflykten kommer i nästa månadsbrev. På styrelsens förslag kommer vår kassör Helena Meerits att teckna ett **Swishkonto** för klubbens räkning.

Elisabeth Sjöström informerade om vår **vänklubb i Kastrup**. De vill gärna att vi ansluter till deras "Sommer-tur", som är den 6 maj, då de kommer att besöka Nordisk Film.

Elisabeth Sjöström, som fyllt 70 år, gratulerades med en ros och sång.

Därefter var det **specialistläkare Anna Maria Ursbergs** tur att berätta om hudsjukdomar.

Inledningsvis fick vi frågan om solen är vår vän eller fiende?

Solen bidrar till vår hälsa och vårt välbefinnande. Solen ger vitamin D som är bra för skelett och immunförsvar. För att få den dos av vitamin D som vi behöver på sommaren räcker det att sola 20 min. 2-3 ggr /vecka och att exponera ansikte och armar.

Om du vistas mer i solen, vad är då bästa sättet att skydda sig?

Det är kläder som hatt med brätte, tunna kläder, att vistas i skugga och att använda solkräm. Solkrämen måste upprepas under dagen och är ett komplement. Använd solskydd med hög skyddsfaktor för UVB -strålning. På förpackningen ska också finnas märkning för UVA-strålning. Det är märkt med en liten ring runt bokstäverna UVA. På vintern kan du få ditt D-vitaminbehov tillgodosett med D-vitaminrik kost som t ex fet fisk och ägg.

Vi fick också veta mer om aktinisk keratos, en hudförändring som oftast drabbar äldre, de vanligaste hudcancerformerna skivepitelcancer, basalcellscancer och malignt melanom.

Avslutningsvis fick vi veta att det har klara fördelar att vistas i solen, men man måste vara försiktig och undvika att bränna sig. Vi svenskar är de som solar mest i Europa och malignt melanom är den snabbast växande canceren här i Sverige.

Efter en mycket intressant föreläsning tackade Karin Ursberg sin svärdotter Anna Maria Ursberg och avslutade kvällen med att släcka vänskapens ljus.

Gäster

Marina Björkman, Anna Brodelius, Kerstin Sjöstedt, Carmen Börjesson och vår föredragshållare Anna Maria Ursberg.

Nästa styrelsemöte

Nästa styrelsemöte är **torsdagen den 19 april kl. 13** på Hotell Svea.

Brösarp 2018-04-12

Gunilla Claeson Sekreterare