

# SPF Seniorerna Frösön

Medlemsträffen 5 oktober hölls i Hornsbergskyrkan och hade samlat ett 50-tal personer. Mötet inleddes med en kort information av Göran Kullberg om en planerad nybörjarkurs i Bridge med start i slutet av oktober och i Studieförbundet Vuxenskolas lokal på Litsvägen.

Studieförbundet vuxenskolan (SV) representerad av Annika Noaksson, verksamhetsutvecklare informerade om SV:s verksamhet.



SV fokuserar just nu på personlig utveckling, skapande och unga. SV hjälper till om det gäller att dra igång en cirkel, arrangera ett kulturarrangemang eller hitta en spännande cirkel att gå.

Det var många kurser att välja på.



SV:s insats varierar från aktiviteter i egen regi till att vara stödjande med ex vis att tillhandahålla lokaler, studiematerial mm. Föreningar som anordnar studie-/kamratcirkel, kurs och kulturevenemang kan av SV få pedagogiskt, administrativt och finansiellt stöd.

Informationen om SV visade på en mångfacetterad och intressant verksamhet.



Bo Friberg, överläkare i internmedicin på Östersunds sjukhus berättade om "Hjärtsjukdomar hos äldre", vad som kännetecknar sjukdomarna och hur dom behandlas.

Vanligt förekommande hjärtsjukdomar hos äldre är; hjärtflimmer, -svikt, -infarkt, klaffsjukdomar.

Hjärt- och kärlsjukdomar är den vanligaste dödsorsaken i Sverige idag.

Tack vare forskningen har den som drabbas av hjärtsjukdom idag dock möjligheter att leva i medeltal 12-15 år längre än för 30 år sedan.

Behandling av hjärtflimmer har ex vis visat sig minska förekomsten av stroke.

Vid Östersunds sjukhus kan man numera förbättra prognosen för patienter med förträngning i blodkärl genom behandling med sk PCI ("ballongsprängning").

Ärftlighet finns för vissa hjärtsjukdomar men åldern är för många den bidragande orsaken till insjuknande.

Livsstilen har stor betydelse för förekomsten och debuten av hjärtsjukdomar. Att träna och avstå från rökning kan minska risken för kranskärlsjukdom även hos personer med hög genetisk risk.



Ämnet för dagens träff visade sig vara efterfrågat vilket bla framgick av mångfalden av frågor som Bo F fick besvara

Ordförande tackade för en trevlig och intressant eftermiddag och hälsade alla välkomna till nästa medlemsmöte 15/11 då det ges en teaterföreställning "Håriga och snåriga" av Estrad Norr.