



Distriktsguvernörens brev 6/2018-2019

Jag har levt med mig själv ett ganska stort antal år. Beaktande kvinnans förväntade livslängd är antalet år framöver ganska få. Av någon anledning lever jag mitt livs mest hektiska år nu. Vill jag leva tills jag blir hundra år? Verkligen inte! Mera liv till åren än år till livet, är mitt motto. Full fart framåt och med stövlarna på i graven, om man får välja. Speciellt då man i media har fått följa den skamliga situationen inom åldringsvården. Finland har aldrig varit så här rikt men ändå tycks vi inte ha råd att ansvara för de generationer som med hårt arbete och erfarenheter har skapat grunden för vår välfärd. I vilket skede har vår inställning blivit sådan att vi betraktar den åldrande befolkningen som en börda, nästan som "problemavfall"!



Influensan band mig vid sängen. I en människa finns förvånansvärt många ställen som kan värka och slita på kroppen. De enda ställena utan smärta var håret och naglarna. Febern förorsakade frossa och hostan rev i bröstet. I nästa år skall jag vaccinera mig, det beslöt jag.

Det fanns tid och orkeslöshet att tänka. Det förflöt över två veckor. En full almanacka tömdes på en gång.

Jag kom över ledaren i tidningen Reuma 1/2019, den var skriven av Satu Gustafsson. Den tilltalade mig.

"Ett välmående sinne stärker livsglädjen och främjar kontrollen över vardagen. Det hjälper en att möta även svåra saker och att komma loss från negativa tankemönster. Vårt förhållande till våra känslor, tankar och vår kropps reaktioner inverkar på hur väl känner oss till mods.

Långtidssjukdom och smärta utgör en del av många liv. Det lönar sig emellertid inte att låta sjukdomen helt förhindra deltagande i en verksamhet som är meningsfull för en själv. Det stöder sinnets välmående att man gör saker som man själv njuter av. Det kan vara utevistelse, utveckling av sig själv, att träffa vänner eller frivilligarbete.... Även de svåra stunderna är viktiga för man kan inte notera de goda stunderna om det inte någon gång går sämre.

Man kan öka välmåendet i det egna sinnet genom att bidra till ett gott sinne hos en annan. Genom att göra gott piggar man upp sinnet på många sätt: det ger en själv en betydelsefull känsls och lär en ofta något nytt. Man får ett gott sinne även av att man ser att den andra blir på gott humör.

En positiv och nyfiken inställning till livet hjälper framåt även vid svårigheter, bara man orkar komma ihåg att livet inte alltid är lika arbetsamt. Det bär från en dag till en annan och ger tro och styrka inför morgondagen."

Frivilligarbete kan minska stress och avvärja utbrändhet, berättar även en undersökning utförd vid universitetet i Zurich. Fastän frivilligarbete tar tid och energi förbättrar det människornas erfarenhet av balansen mellan arbets- och privatliv och inverkar positivt på hälsan. Människans erfarenhet av lycka i livet är enligt forskningen hoppfullhet, entusiasm, tacksamhet, nyfikenhet och förmågan att älska

Jag sitter och skriver det här, varför den värsta tiden börjar vara förbi. Men en överväldigande hjälplöshet gjorde att jag kom ihåg mitt eget förflutna och levnadsbana. Det har funnits glada och klara ränder i mattan men även mörka remsor av sorg och smärta. Då orden har trutit och bekymren, smärtan och hopplösheten har slagit undan fötterna, har handen stilla sökt en annan trygg hand. Skrattet är medicin och humorn håller en på vägen. "Nog är det här så emot mannens natur, då man måste klä på en kvinna" var Lauris standardfras då han inte själv klarade av att klä på sig sina kläder.

Det återstår bara tre månader av min guvernörstid. I tiden har rymts glädje, möten och lärande. Jag kommer att tänka på mitt yttrande av katten Garfield som ingår i mitt årets motto "Det är förvånande hur mycket man klarar av då man inte känner sina gränser."

Klubbarna förbereder sig för en ny period. Klubbarnas valmöten hålls i april. Det är skäl för klubbsekreteraren att omedelbart efter valet överföra uppgifterna till MyLCI. Medlemsanmälningarna skall fortfarande göras till samma ställe månatligen. Aktiviteter från denna period kan tilläggas och kompletteras ända fram till 30.6. Följande dag börjar en ny period!

Nu ett sammandrag av händelserna under slutet av perioden:

✘ **Distriktets medlemsantal** var 28.2.2019 totalt 1 613, dvs. -13 jämfört med situationen i periodens början.

✘ **KALLELSE: Distriktets årsmöte hålls lö 13.4.2019 i Närpes, YA, Ängskullsvägen 1, 64230 Närpes st.**

Program: 9.00 - 12.00 Anmäling, granskning av fullmakter, morgonkaffe
9.30 - 11.30 Distriktsstyrelsens 4 möte
10.00 – 12.00 Partnerprogram
10.30 – 11.50 Skolningar (president, sekreterare, kassör; även på svenska)
12.00 – 12.50 Lunch i YA:s utrymmen
13.00 – Årsfest och årsmöte genast efter festen

- De av klubbarna uppställda kandidaterna till distriktets ledning är: DG: Thorolf Westerlund LC Närpes, 1VDG: Raimo Sillanpää LC Vaasa/Meri och 2VDG: Tapio Seppä-Lassila LC Lapua
- Klubbens funktionärer: president, sekreterare, kassör skolas i Närpes i samband med distriktsmötet. Obs. även svenskspråkig skolning åt klubbarnas funktionärer kl. 10.30-11.50.
- Skolningen för nästa periodens zonordföranden hålls lö 11.5.2019 i Seinäjoki.

Anmälningar

Till årsmötet anmäler man sig genom att betala deltagaravgift för representanten och partnern 35.-€/person. Betalningen innehåller deltagande, morgonkaffe och måltid.

Anmälan bör göras senast **31.3.2019**. Efter den utsatta tiden är betalningen 45,- €. Även betalningen erläggs senast **31.3.2019** på LC Närpes konto **FI70 4963 1040 0082 99** och i referensfältet nämns betalande klubb och deltagarnas namn.

Distriktet betalar för distriktsstyrelsens medlemmars och deras partners deltagande. Om de är deras klubbars officiella representanter betalar deras klubb för utgifterna.

Anmälan om deltagarna bör göras **även per e-post** till adress kjell.svedman@narpesor.fi.

I anmälan bör även finnas uppgift om klubben och deltagarna. Även behovet av specialdiet bör fogas till anmälan.

Röstberättigade representanter och fullmakter

Till distriktsmötet har varje gottstående klubb rätt att befullmäktiga röstberättigade representanter i sådant antal som baserar sig på situationen 1 mars under årsmötesåret. Av de medlemmar som finns i förbundets medlemsregister, som har varit i en klubb ett år och en dag, ett sådant antal att det för varje fullt tiotal medlemmar kommer en och om medlemsantalet överstiger följande tiotal med minst fem, för dessa en representant men i vilket fall som helst har klubben rätt att befullmäktiga åtminstone en (1) representant.

Deltagarna bör förete en av presidenten och sekreteraren underskriven fullmakt. Deltagande PDG:r noteras i klubbens fullmakt men de räknas inte som representanter för dem som klubbens medlemsantal berättigar till. Tag även med klubbens flagga. Liput ovat kunniarivistössä kokouksen ajan. Gratis parkering på mötesplatsen.

VÄLKOMMEN TILL NÄRPES!

✘ **Distriktets hemsidor** finns på adress <https://e-district.org/sites/107f>. Där hittar du distriktets tidning, distriktsstyrelsernas protokoll, DG-meddelanden mm.

Vårperiodens sista distriktstidning utkommer i tryckt skick och utdelas vid årsmötet. Vi hoppas få in historier från olika tillställningar i klubbarna. Sista dag för inlämnandet av materialet är 31.3.2019 under adress raimo.sillanpää@lions.fi

✘ **I syfte att underlätta handhavandet av ärenden kan klubben nu välja en egen MyLCI användare för en längre tid** för att sköta anmälninerna till MyLCI. Övriga användare är presidenten, sekreteraren och kassören som byts årligen.

✘ **Finlands Lionsförbunds årsmöte hålls i Kalajoki 7.-9-6.2019. Uppgifterna finns på adress www.lionskalajoki2019.com.**

Telefonnummern till LC 2019 årsmöte är 046 9211 080 och e-postadressen info@lionskalajoki2019.com. Inkvartering kan beställas på förhand från adress www.kalajokikeskusvaraamo.fi. Alla klubbar med flaggor med för att besluta om gemensamma saker och för att nätverka. På förslag till förbundets ordförande är VCC Aarne Kivioja och till viceordförande PDG Matti Reijonen.

✘ **Upplev världskongressen nära dig – i Milano!**

Kom med till den internationella årskongressen som detta år ordnas i Europa.

Anmälingen till årskongressen i Milano 5.-9.7.2019 pågår som bäst.

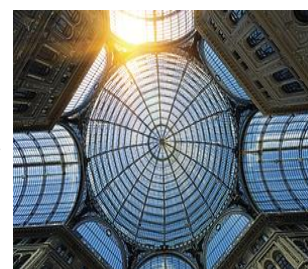
Vid mötet arrangeras tolkning till finska under alla plenarmöten.

Milano är en av den Italienska historiens och arkitekturens pärlor och modets mötesplats. Under de sex följande åren arrangeras årskongressen inte i Europa.

Läs mera på internationella organisationens sidor. Anmälningsblanketterna finns där.

Åtminstone K-distriktet ordnar en resa till Milano 4.-12.7.2019. Priset är ca 1000 euro och

innefattar flyg, flygfältstransporter, hotell och frukost. Mot tilläggsbetalning erbjuds även ståtligt



utflyktsprogram till områdena runt Milano. Ta kontakt med **Järvi Pirjo**, K-distriktet Lions, Suntionkatu 18, 74100 Iisalmi, tfn. 044 5641211, mejl pippi.jarvi@gmail.com.

✘ **Följande Europa-forum hålls i Tallinn 3.-6.10.2019 under temat IDÉMARKNAD – MARKET OF IDEAS.** Om tillställningen har informerats i tidningen LION 6/2018. Tilläggsuppgifter finns och registreringen kan skötas via den finskspråkiga länken <http://www.europaforum2019.ee/fi/>. Obs. förhandsanmälan till Tallinn är förmånligare fram till slutet av mars. Presentation av ärendet på sidan https://www.lions.fi/ajankohtaista/ilmoittaudu_europa_forumiin_tallinnaan/



✘ **VÄRDFAMILJER BEHÖVS!** I distriktet och i varje klubb bör man aktivt börja söka fadderfamiljer för sommaren 2020, för då arrangeras ett ungdomsläger i Kuortane i vårt distrikt. Det kan bli aktuellt med behov av värdfamiljer redan inkommande sommar eftersom F-distriktet bör stöda de ungdomsläger som arrangeras i Karleby och Parkano.

✘ **IhaNaiset-tillställningen igen i maj!** Kom med och upplev en glad IhaNaiset-weekend 4.-5.5.2019 i Helsingfors under temat *Havet och kulturen*. **Tillställningen är öppen för alla lions och partners.** **Tillställningens deltagaravgift och anmälningar senast 6.4: På N-distriktets sidor.** Deltagaravgift 95 €, Lions N-distrikt, FI39 1347 3500 0669 50, referens 5555.



Inkvarteringen och öppningstillfället är på Finlandia Hotel Park, och söndagens rundtur startar från Park Hotell. Inkvarteringen kan var och den sköta själv till förmånspris med Finlandia Park Hotell.

Priser 95€ / 1 persons rum/ natt, 105€ / 2 personers rum/ natt. Det finns även att tillgå 3 och 4 personers rum. Priserbudandet är i kraft endast om man bokar rummen direkt från hotellet. Bokningar görs direkt till receptionen parkhotel@park.fi eller 09 799 755. Man kan fråga efter kvoter under koden LIONS och med tidpunkten.

✘ **Inkomstregistret inverkar även på klubbarna och distriktet**

Inkomstregistret är en ny, många myndigheters databas, som samlar in uppgifter om förtjänst, pension och förmåner. Inkomstregistret underlättar anmälan om löner till olika myndigheter. Arbetsgivaren behöver inte längre samma löneuppgifter skilt åt var och en. Fr.o.m. 1.1.2019 meddelar arbetsgivarna om utbetalda löner elektroniskt till ett ställe: till inkomstregistret.



Även klubbar och distrikt är skyldiga att göra anmälningar till inkomstregistret då de t.ex. arrangerar en tillställning, där man åt en uppträdande konstnär betalar ersättning och konstnären inte finns i förskotts innehållsregistret.

Mera anvisningar hittas på www.tulorekisteri.fi, från samma adress www.tulorekisteri.fi > företag och organisationer hittas en länk till inkomstregistrets detaljerade anvisningar. Genom att klicka på den hittas en lista med direktiv. Det viktigaste i ändringen är att komma ihåg att göra registeranmälningarna i tid. Om detta är direktivet följande:

”Arbetsgivarens separata anmälan ges **månatligen, senast dag 5 under den kalendermånad som följer på lönebetalningsmånaden**. Om anmälningsdagen är en helgfri lördag eller söndag kan uppgifterna anmälas under följande vardag. Om den separata anmälan undantagsvis görs på en pappersblankett bör anmälan göras senast dag 8 under den kalendermånad som följer på lönebetalningsmånaden.”

✘ **LC Lapuas motion om ett stamcellsregister godkändes vid årsmötet i Uleåborg. Motionen fick ändå inte synlighet på förbunds nivå.** Jag har berättat om saken för förbundets nuvarande och kommande ordförande.

Många sätt att hjälpa (Blodtjänstens motto) – Många sätt att göra gott (Lions motto)

Kom med i hjälpannets kedja och uppmuntra människor att ansluta sig till stamcellsregistret. Man skapar möjligheter som ett sista hopp att rädda livet efter att alla andra vårdåtgärder har använts.

I denna aktivitet samlar vi inte någonting av allmänheten och vi använder inte just pengar utan vi drar nytta av vår stora medlemskår till förmån för de hjälpbehövande. Vi får synlighet i samband med kampanjen. Det här kan också få nya medlemmar att bli intresserade av Lions-arbete. Speciellt de som är i Leo-ålder är potentiella donatorer med hänsyn till åldern. Så låt oss samarbeta med dem.

Användningen av stamceller som vårdmetod är för tillfället en av de snabbast växande och utvecklade medicinska forskningens sektorer. Det av FRK:s blodtjänst upprätthållna stamcellsregistret utgör den del av ett världsomfattande register. Till det av FRK upprätthållna stamcellsregistret kan en 18-40-åring (snart är övre gränsen 35år) kärnfrisk person anmäla sig. De unga männen är de bästa donatorerna. Ca 50 000 finländare har anslutit sig till stamcellsregistret. En transplantation är väsentlig t.ex. vid vården av leukemi, sådana transplantationer görs 150-170 i året. ¼ får det transplanterat

som de behöver av nära släktingar, syster eller bror. Men om en sådan inte kan hittas, söks donatorn från det internationella registret. På årsnivå donerar 20-40 personer stamceller åt dem som behöver dem, som kan finnas var som helst i världen.

Över hälften av dem som har fått ett transplantat tillfrisknar tack vare stamcellsdonationen. En transplantation görs då en aggressiv och svårartad sjukdom inte kan åtgärdas med läkemedelsbehandling och livstidsprognosen är kort.

Tidigare togs stamcellerna från benmärgen i bäckenet, något som jagade bort donatorer. Numera får en person som har konstaterats vara lämplig och kallad till inledande tester en injektion fem efter varandra följande dagar, varefter stamcellerna förflyttar sig till blodomloppet. Efter det här tar man vara på stamcellerna direkt från blodomloppet. Se www.sovinkoluovuttajaksi.fi . Processen sker vid HUCS. Donatorn får ingen ersättning men resor och hotellövernattning ersätts. En veckas sjukledighet beviljas.

Stamcellsregistrets överläkare Matti Korhonen säger: "För mig är det personligen gripande att det finns en så stor mängd människor som är färdiga att underkasta sig så stort besvär för att hjälpa svårt sjuka människor."

- 1. Anslut dig till registret.** Stamcellsregistret behöver årligen minst 4000 nya medlemmar för att kunna hjälpa patienter i behov av en stamcellstransplantation. Testa din lämplighet www.sovinkoluovuttajaksi.fi .
- 2. Ge blod.** Många patienter i behov av stamcellstransplantat behöver även många andra blodprodukter för att förbättras. En donerad påse kan hjälpa t.om. tre patienter med röda blodkroppar, trombocyter och plasma.
- 3. Bli en Kantis.** Kantis främjar medlemsansaffningen till stamcellsregistret genom att dela ut uppgifter via affischer, broschyrer och videon i sociala media. Oheisesta linkistä löytyy lisää asiasta <https://www.veripalvelu.fi/kantasolurekisteri/yhteisot/kantikset> eller www.veripalvelu.fi – Många sätt att hjälpa – Läs mera – Bli en Kantisi
- 4. Arrangera en rekryteringskampanj.** Om du planerar en kampanj hjälper Stamcellsregistret, skickar material som hjälp vid kampanjen och hjälper med kommunikationen. De kommer även med tillställningar, vilkas målgrupp är unga vuxna (hos oss har Leos redan fått uppgifter om motionen).
- 5. Berätta din historia.** Har du donerat/fått stamceller. Registret söker frivilliga till olika kommunikationssyften.
- 6. Ladda/beställ material till olika tillställningar,** adress www.veripalvelu.emmi.fi . Från adressen hittas även en laddbar bildbank.

Från FRK:s blodtjänst hittas mera uppgifter www.veripalvelu.fi

✕ LCI Forwards tyngdpunktsområden är 1. hunger, 2. syn, 3. ympäristö, 4. cancer i barndomen, 5. diabetes.

Stödandet av cancerforskning och vård har påbörjats som en kampanj för hela F-distriktet. Distriktsstyrelsen har vid sitt möte i Seinäjoki 9.2.2019 beslutat föreslå att klubbarna i distriktet 107-F deltar i en gemensam barncanceraktivitet. Varje klubb väljer sitt objekt själv och beslutar om understödssummans storlek. Aktiviteten kan skötas som klubb/zon/eller regionbaserad redan under denna vår. T.ex. klubbarna i Seinäjokiregionen har gemensamt beslutat stöda cancerpatienterna på Seinäjoen keskussairaalan dagavdelning för barn. Barnavdelningen flyttar 1.9.2019 till nya tillfälliga utrymmen dit ingenting från den nuvarande avdelningen får föras.

Vid distriktsstyrelsens möte utnämndes en arbetsgrupp som förbereder aktiviteten:

Distriktets kontaktperson Tuulikki Martikkala LC Seinäjoki/Aalto, Aune Vanhanen LC Kauhajoki/Katrilli, Kirsti Ala-Kutsi LC Vaasa/Family, Heli Kivimäki LC Alavus/Kuulattaret, distriktets GST Timo Sysilampi LC Seinäjoki/Törnävä.

Vi stöder barnavdelningarna vid Södra och Mellersta Österbottens samt Vasa centralsjukhus och via cancerorganisationerna på området trivseln och välmågan bland cancerpatienterna och deras familjer.

Barnets insjuknande i cancer är vid sidan av den psykiska nöden även en väldig schock oberoende av samhällets stödåtgärder, om den ena av föräldrarna – eller i vissa fall bägge föräldrarna – måste ta en oavlönad ledighet.

I Finland insjuknar ca 160 barn (under 16 år) årligen i cancer i barndomen. Cancerformerna är annorlunda än hos vuxna och även deras ursprung är annorlunda än hos vuxna. De tillfrisknar även oftare. ¾ av de insjuknade tillfrisknar permanent.

De vanligaste typerna av barncancer är: 1) Leukemi, som är mest allmän. Barnens leukemier är i allmänhet akuta. Största delen tillfrisknar. (i värsta fall stamcellstransplantat från den egna benmärgen före den hårda cytotatvården) Vården räcker, beroende på arten av leukemi, ca 6 mån. – 2,5 år. 2) Akuta hjärntumörer (stamcellstransplantat från egna celler i svåra fall), 3) Neuroplastomi hos barn (stamcellstransplantat från egna celler i svåra fall) 4) Lymfom hos barn. dvs. lymfacancer (stamcellstransplantat från egna celler i svåra fall), 3) Neuroplastomi hos barn (stamcellstransplantat från egna celler i svåra fall)).

Ett stamcellstransplantat är barnets sista hopp av tillfriskna då alla andra metoder har använts till slut.

Den viktigaste samarbetskompanjonen i landet är www.syöpäjärjestöt.fi .

Den består av 1. Finlands cancerförbund och 2. Cancerstiftelsen.

1. Till Finlands Cancerförening hör 12 regionala (på landskapsnivå) cancerföreningar och 6 riksomfattande patientorganisationer.

2. Cancerstiftelsen är en allmännyttig stiftelse som finansierar cancerforskning och en betydande påverkare av cancerforskning och vid utvecklandet av avvärjandet av cancer i Finland.

Inom vårt distrikt fungerar

- **Pohjanmaan syöpäyhdistys ry/Österbottens Cancerförening ry**, verksamhetsområdet Södra och Mellersta-Österbotten och Vasa centralsjukhus områden. Adress Nedre Torget 3, 4.vån, 65100 Vasa, tfn. 010 84360009, Verksamhetsledare Markku Suoranta markku.suoranta@botniacancer.fi, tfn. 0500 560151, info@pohjanmaancancer.fi, www.pohjanmaansyöpäyhdistys.fi
Kontonummer **FI81 5670 0850 1752 07**,
- **Eppulit ry** fungerar underlydande Österbottens cancerförening och ger kamratstöd till cancerbarnens familjer. Ordförande Kari Alasaari, 0400 466269, www.eppulit.fi eppulit@gmail.com, kari@alasaari.net, Efter att canceren har observerats kan anhöriga ansöka om ett engångsbidrag om 700 euro av Cancerföreningen. Om canceren kommer igen får familjen 700 euro till. De cancersjukas klubb grundades 1982, den har fungerat oavbrutet i 37 år. Antalet medlemsfamiljer 150. Fungerar inom Södra och Mellersta Österbottens och Vasa centralsjukhus områden.
Varje år tillkommer 20 nya fall av barncancer
Konto **FI 65 5670 0820 1148 07**

Riksomfattande förening

- **Sylva ry**, verksamhetsledare Markku Aro, 050 325 2570 Jakobsgatan 3 B 3, 00100 Helsingfors, tfn. 09 1356866. www.sylva.fi. Stöder cancersjuka barn, ungdomar och deras anhöriga. Arrangerar kurser, kamratstör, rådgivning, konstterapi, stödda semestrar, kostnadsfria familjebostäder under barnets vårdnadstid, ger uppgifter om socialskyddet, sköter intressebevakning.
Kontonummer **FI58 5780 3820 0384 37 (OP) och FI11 1745 3000 0435 07 (Nordea)**

Uppgifter om aktiviteten och donationen kan ges även av:

- Seinäjoen keskussairaala, enheten för barn och unga, avdelningsskötare Sari Häyhä 06 415 4049
Barnenhetens donationskonto **FI 07 5419 0120 0366 64**
- Vasa centralsjukhus, barnhemssjukhusets ansvariga läkare, Johanna Uunila 06 213 1111
Kontonumret **är för tillfället inte känt. Kontakt lion Kirsti Ala-Kutsi tfn. 0400 121712.**

- Donationen kan enligt närhetsprincipen ges även till en hjälpbehövande på klubbens område.
- Om donationen är zonens gemensamma görs besluten om objektet tillsammans vid PNAT –mötet.
- Klubbarnas donationer koordineras av zonordföranden.
- Om en donation ges direkt till en barnfamilj ges även en uppgift om detta till zonordföranden.
- Donatorn preciserar till vilket ändamål donationen ges.
- Klubben donerar enligt eget val 100€ eller mera /klubb.
- Beslut, uppgifter och donationer under perioden 2018 – 2019.

Man kan även fortsätta aktiviteten:

- Eppuli-organisationen säljer Guldbandet (Kultanauha) för stöd av barnfamiljer. Vi har bett att deras representant kommer till årsmötet för att sälja Guldbandet och för att presentera Cancerföreningens verksamhet. Guldbandet kan även i fortsättningen vara ett sätt för klubben att hjälpa nödställda.
- Information om FRK:s stamcellsregister. Vi har bett FRK:s Blodtjänst till årsmötet för att presentera Blodtjänsten och Stamcellsregistret.

Jag tillönskar er alla en god och aktiv servicevår!

**Vi ses i Närpes
Distriktsguvernör**

Annikukka Laurila

