

NR 3 2012

ÅRG. 19

Medlemstidning från Barndiabetesfonden  
och Barndiabetesfondens riksförening



Beskyddare:  
HKH Kronprinsessan Victoria



# Sticket

## Barndiabetesfonden



# Stöd kampen mot barndiabetes!

Plusgiro 900059-7 | Bankgiro 900-0597  
[www.barndiabetesfonden.se](http://www.barndiabetesfonden.se) | [kansli@barndiabetesfonden.se](mailto:kansli@barndiabetesfonden.se)

**90** SVENSK  
KONTO INSAMLINGS  
KONTROLL

## NEO-ängeln ger pengar till Barndiabetesfonden

Maria Henell är en smyckesdesigner som har tagit fram ett särskilt smycke att sälja till förmån för Barndiabetesfonden.

På sin hemsida <http://www.maria-henelldesign.se/> förklarar Maria:

”Min ängel heter NEO efter mina barn (Noah, Emelie och Olivia) som alla påverkas av diabetesens inverkan på vår familj. NEO-ängeln går att

hänga i ett halsband, armband eller på en väska eller vad man vill.”

Barndiabetesfonden tackar Maria för hennes fina initiativ!

*Redaktionen*



## NT-golfare slog slag för forskningen



NT-Golfen - en golftävling i Söderköping med över 1.000 deltagare - fyllde 25 år i år, och det firades bland annat med ett samarbete med Barndiabetesfonden.

Med tävlingsrundan färdigspelad kunde deltagarna även spela det så kallade ”19:e hålet”. För en mindre slant fick de pröva att slå en boll i en mindre plastpool, med chans att vinna

ett pris samtidigt som de bidrog till barndiabetesforskningen. Avgiften för ”19:e hålet” gick oavkortat till Barndiabetesfonden.

Efter avslutade tävlingar kunde Klubbchefen Lars Sandberg vid Söderköpings Golfklubb överlämna 11.000 kronor till Barndiabetesfonden!

*Redaktionen*

Sticket är en medlemstidning som ges ut av Barndiabetesfonden och Barndiabetesfondens Riksförening.

Tidningen utkommer 4 ggr/år

Redaktör: Ulf Holmertz

I kommittén: Bertil M. Perttu, Ulf Holmertz, Anna Järpe

Ungdomsredaktör: Sandra Åstrand

Ansvarig utgivare: Johnny Ludvigsson

Grafisk form: Johnny Dahlgren

Tryck: Larsson Offsettryck, Linköping

Eftertryck får gärna ske med angivande av källa.

Material till Sticket sändes till:

Barndiabetesfonden, Gränsliden 10, 582 74 Linköping

[kansli@barndiabetesfonden.se](mailto:kansli@barndiabetesfonden.se)

Tel: 013-10 56 90

ISSN 1400-8505

Manusstopp och utgivningsdatum för 2012:

| Nr | Manusstopp | Utgivningsdag |
|----|------------|---------------|
| 4  | 5 november | Nov/Dec       |



# Det är Du och jag som ska göra det!

På väg till Seattle. Diabetesmöte. Forskningen är internationell. Grannen i stolen bredvid på flyget är intresserad och positiv. Ser att jag skriver Ledare. För vad? Barndiabetesfonden!? Vad är det? Det är den normala reaktionen. Vem känner till Barndiabetesfonden? Och vem bryr sig om diabetes hos barn? Syns inte. Alla verkar må bra, säger sig må bra. Finns så mycket som är värre. Säkert! Och vi som har diabetes vill väl vara som alla andra. Inget vi talar högt om, eller hur? Inte vill man väl direkt skylta med att man har diabetes, eller att ens barn har diabetes. Kan väl ändå ha något med livsstil att göra? Man har gjort fel, ätit fel, rört sig för lite. Trots allt en välvärdssjukdom. Man får skylla sig själv. Så inte vill man väl skramla bössa vid konserten? Och inte direkt stå i något stånd och dela ut broschyrer? Absolut inte "tigga" hos arbetsgivare, eller personer som har pengar.

En del som har mycket pengar tänker inte så mycket på välgörenhet. Men det finns faktiskt en del väldigt stora bidragsgivare, även svenska donatorer. Men ingen såvitt jag känner till som donerar just till diabetes hos barn. Jag mailade igår kväll till en riktigt rik svensk. Skulle han inte vilja bidra lite grann. Han är ju generös, det vet jag, och donerar massor av miljoner. Han svarade direkt ( vilket inte alla gör!). Mycket vänligt! Nej, han stöder annan verksamhet, och har full koll på sin välgörenhet. Behöver inga nya ändamål. Jag mailade tillbaka: Full respekt för hans behjärtansvärda insatser, men visst hade det varit bra med en liten skärv. Trots allt: Det gäller inte bara åtskilliga tusen svenska barn som aldrig blir friska, som varenda dag måste ta insulininjektioner, blodprover, följa viss kost och ändå drabbas av svåra komplikationer, utan det gäller också

tusentals barn i u-länder med mindre än ett års överlevnad. Forskning är det enda som radikalt kan ändra detta.

Så tidigt i morse öppnar jag mailen på flygplatsen, Nytt mail från den rike välgöraren. Nu skriver han om sin egen diabetes. Visste jag inte! Tar insulin 4-5 ggr om dagen, diverse problem... Märkligt! Inte att jag inte visst om det, men att detta förhållandet inte bidrar till att någon enda liten miljon kunde gå till Barndiabetesfonden när massor av miljoner går till annan välgörenhet? *Vad är det egentligen för psykologisk reaktion som gör att många av Sveriges 400 000 individer med diabetes, varav*

dig många som har diabetes, och man kan ha ett härligt, långt, fantastiskt liv. Men för vissa är behandlingen och restriktionerna en plåga, som för barn och ungdomar ibland kan kännas outhärdlig. Och vissa, ganska många, klarar helt enkelt inte av behandlingen. De har inte bara dålig livskvalité, men de får svåra skador på sin kropp och dör alldeles för tidigt.

**Och du och jag kan också föregå med gott exempel och själva skänka pengar till Barndiabetesfonden!** Det är ju inte bara alla andra som bör ge något, eller hur? Det finns väl inget skäl varför man INTE skulle skänka



**Nog borde man kunna vänta sig att dessa skulle kunna skänka 10 kr i månaden till diabetesforskning. Det skulle bli 120 miljoner per år!**

*kanske 40-50 000 med Typ 1 diabetes, inte själva ger pengar till diabetesforskning?? Vill man inte tala i egen sak?? Skäms man till den grad för sin egen diabetes att man vill bortse ifrån den, glömma den, få sig själv och andra att tycka att det är inget att bry sig om...?? Jag fattar faktiskt inte!*

En miljon svenskar har diabetes själva eller har någon i den egna familjen med diabetes. Nog borde man kunna vänta sig att dessa skulle kunna skänka 10 kr i månaden till diabetesforskning, Det skulle bli 120 miljoner per år! Hälften kunde ju kanske tillfalla Barndiabetesfonden?? Och om övriga 8.5 miljoner svenskar skänkte en guld-peng, 10 kr, per år, så blev det 85 miljoner till!

Men det beror på oss hur det går.

**Du och jag kan sprida budskapet, ett ärligt budskap.** Det går bra för väl-

pengar till forskning om man har diabetes själv, eller i familjen, och inte heller om man själv jobbar med diabetes. Varför skulle inte diabetesläkare som jag skänka pengar till Barndiabetesfonden? Eller diabetessköterskor?

Nu gör vi en insats! Lions, detta beundransvärda släkte av människor som faktiskt GÖR något ideellt, driver Röda Fjädern till förmån för Barndiabetesfonden. Låt oss alla ställa upp med full kraft och stor generositet! Då blir det tiotals miljoner! Och **sen fortsätter vi av bara farten år efter år till dess diabetes hos barn är utrotat! Kan polio (barnförslamning) utrotas så kan väl Typ 1 diabetes (barndiabetes) utrotas!**

Johnny Ludvigsson

# Barndiabetesfondens Johnny Ludvigsson-pris 2011 utdelade



*Barndiabetesfondens ordf. Johnny Ludvigsson och Olle Korsgren, Uppsala.*



*Malin Flodström Tullberg*

I Maj 2012 samlades diabetesforskare från hela Norden i Helsingör, Danmark, för det 47:e årliga forskarmötet för Skandinaviska Sällskapet för Diabetesforskning (SSSD). I programmet ingick denna gång utdelning av Barndiabetesfondens två priser, dels till mest framstående Nordisk forskare inom området diabetes hos barn, och dels priset till mest framstående yngre (under 45 år) svensk diabetesforskare inom detta

område. Johnny Ludvigsson läste upp motiveringarna för prisen och delade ut dem. Därefter hölls prisföreläsningarna, en på fredagen den 11 maj och den andra på lördagen den 12 maj.

Professor Olle Korsgren, Uppsala, som fick det Nordiska priset, höll en utomordentligt spännande och provokativ föreläsning, där han ifrågasatte flera gällande "sanningar" när det gäller uppkomst av Typ 1 diabetes. Och Malin

Flodström Tullberg framförde viktiga och intressanta resultat som rör virus roll i uppkomsten av Typ 1 diabetes.

Auditoriet var begejstrat. Och styrelsen för SSSD framförde att man mycket gärna ser fram emot kommande prisutdelningar/prisföreläsningar vid dessa nordiska forskarmöten.

*Johnny Ludvigsson*

## Nedan följer prismotiveringarna

Olle Korsgren är professor i transplantations-immunologi sedan 2002, och sedan 2006 professor i cell-transplantation vid Uppsala Universitet. Som huvudman för det Nordiska Nätverket för klinisk ö-transplantation har han byggt upp en enastående organisation för att genomföra kontrollerade studier av ö-transplantation och för forskning på öar från människa. Hans bidrag är många – från de Langerhanska öarnas ontogeni hos fostret till metoder för ö-isolering samt de problem som omger allo- och xenotransplantation av Langerhans öar. Ett unikt bidrag

till ö-cellstransplantation har varit upptäckten att transplanterade Langerhanska öar genast efter transplantation drabbas och dödas av en omedelbar koagulation. Denna upptäckt har resulterat i nya angrepps vinklar och kliniska försök för att säkra transplanterade öars överlevnad.

Malin Flodström-Tullberg är docent vid Karolinska Institutet. Hon får Johnny Ludvigssons pris för yngre forskare för sina undersökningar av pankreasöarnas beta-celler i Typ 1 diabetes. Hon har speciellt bidragit till en ökad förståelse hur beta-cellerna själva medverkar till att bli målceller

i den autoimmuna process som leder till att beta-cellerna går förlorade. I eleganta experiment har Malin visat att beta-cellerna själva reglerar sin överlevnad genom att svara på olika på signaler från immunsystemet efter virusinfektion. Försvarsmekanismer mot virus såsom coxsackievirus kan antingen få beta-cellerna att överleva eller gå under. Hon har fört dessa experimentella studier vidare in i kliniken och visar att en gen, MDA5 eller IFIH1 som signalerar virusinfektion uppträder i olika genetiska varianter varav vissa ökar risken för Typ 1 diabetes.



**Visa att du stöder kampen mot barndiabetes!**

**Se sidan 23**

# En värld utan diabetes typ 1

Varje dag insjuknar två barn i diabetes typ 1. Det är två barn för mycket. När ett barn drabbas av denna obotliga sjukdom förändras livet avsevärt. Nya rutiner, ständiga kontroller, sjukhusbesök, kolhydraträkning, minimerat sockerintag, planering inför måltider och träning med mera. Ett tufft liv för alla de barn och familjer som drabbas. Det är för deras skull som Barndiabetesfonden finns och verkar.

Syftet med Barndiabetesfonden är tydligt "stödja forskning som syftar till att förebygga, bota eller lindra diabetes hos barn och ungdomar". Däremot har visionen varit lite mer otydlig. Därför genomförde Riksföreningen och lokal-föreningarna en gemensam workshop i augusti för att diskutera vår vision, vad vi ska göra för att ta oss dit och hur. Det blev en mycket inspirerande dag med spännande diskussioner och stort engagemang. Louise von Matern, organisationskonsult på Implement, vägledde oss genom processen. Varmt tack

för hennes ideella insats för att hjälpa Barndiabetesfonden framåt!

Jag tror och hoppas att denna workshop har stärkt oss inför höstens alla aktiviteter. Röda Fjädern-kampanjen är igång och det är med glädje jag får ta del av rapporter från Lions framgångsrika insatser, i allt från drakbåtstävling i Krylbo till kräftfest i Sundbyberg.

Som vanligt ser jag också fram emot Världsdiabetesdagen den 14 november – en viktig dag för att sprida kunskap om diabetes typ 1. Vi gör en repris på välgörenhetsauktionen tillsammans med Lilly Diabetes. Förra året gav det fantastiska 700 000 kronor till forskningen och vi hoppas att överträffa målet i år! I år kommer även fondens beskyddare Kronprinsessan Victoria att närvara under kvällen. Våra lokal-föreningar arrangerar också aktiviteter på flertalet platser runt om i Sverige.

Vill du också vara med och bidra till ökade forskningsresurser och skapa en värld utan diabetes typ 1? Bli autogiro-

givare och bidra med någon hundralapp i månaden, stöd oss genom ett medlemskap eller skicka ett sms med texten HOPP till 72929 så skänker du 50 kronor. Vi behöver ditt engagemang! Det finns fler sätt att bidra, besök vår hemsida för mer information.

Med förhoppning om en riktigt givmild höst!

*Lisa Hillerström*

*Ordförande Barndiabetesfonden  
Riksförening*



Foto: Lieselotte van der Meij

## *Nu kan du göra skillnad med din telefon.*

Samma nummer och samma nät men lite billigare,  
Vi delar vinsten med dem som behöver det bäst

Vi är en teleoperatör som har valt att dela vinsten med dem som behöver det bäst, tex Barndiabetesfonden.  
Vi använder oss av bästa mobilnät (Telia) och du ringer för fria minuter till 4,2 miljoner svenska mobiler.

För att stödja Barndiabetesfonden gå med på [www.telesport.se](http://www.telesport.se) och teckna abonnemang för hem- och mobiltelefoni.

Givetvis tar du med dig ditt befintliga nummer om du vill behålla det.

*Din telefon- ett viktigt bidrag.*





## Fråga Johnny

### Hej Johnny!

Jag hatar diabetes! Mamma och pappa bara tjatar. Jag orkar faktiskt inte med att ta blodsocker och jag skriver aldrig upp i någon dagbok. Så har jag blivit så fet. Jag vill egentligen inte vara så här fet men jag vet inte hur jag ska göra för att få stopp på det. Förresten är mamma också fet. De säger att jag ska motionera mer, men det hjälper inte. Och när man kommer till barnmottagningen på återbesök så är det samma visa. Alla tjatar.

Jag skiter i allt! Eller vad tycker du jag ska göra?

*Urtrött 15-åring*

### Hej "Urtrött 15-åring" !

Om jag var dig skulle jag vara lika trött, eller ännu tröttare! Det är skandal att forskningen inte kommit längre. Du borde slippa din diabetes! Botas! Men som du vet, det går inte. Vi vet inte! Så vi, eller

snarare du, får göra det bästa av situationen! Så vad är det?

– så hygglig blodsockerbalans att kroppen inte skadas. För även om det verkar vara långt i framtiden, så är det inte jättelång tid förrän du är vuxen. Och då vill du ju kunna fungera som en vanlig vuxen, ha jobb, kanske skaffa familj, få barn osv. Då får du inte vara ett vrak! Du MÅSTE försöka ha hyggligt HbA1c (helst neråt 50-55, och i varje fall inte mycket högre).

– Inte för fet! För många är det jobbigt och tråkigt att vara för fet! Det finns många saker som bidrar till fetma (maten, motionen, ärftlig läggning, kanske bakterierna i tarmen, matsmältningen...) men sammantaget: Man blir bara fet om man stoppar i sig mer energi än man gör av med! Det finns inga människor som blir feta eller växer av solljus! Vi är inga växter! - Du MÅSTE helt enkelt äta mindre. Gärna motionera mer, men sannolikt räcker inte det. Ät mindre! Drink bara vatten! Ät mindre av sådant som innehåller kalorier, och

mer av sådant som inte innehåller så många kalorier (tomater, gurka, sallad, vitkål etc) Ta bara EN portion, ha inte skålar av mat på bordet!

– Slippa tjetet! Tjat är hopplöst! Man storknar! Står inte ut! Men dina föräldrar vill så väl. De måste tjata om du inte gör det du borde! Men gör det du borde då, så slipper du tjetet, eller?! Ta ditt insulin till måltiderna, ät mindre, och mät blodsocker då och då. Varför inte rentav skriva i dagbok ibland, Det kan faktiskt vara lite intressant. Då slipper du ju tjat och får beröm!! Förmodligen sjunker HbA1c, och vikten går ner, du blir smalare... och alla på barnmottagningen blir lyriska. Jättegoda! Ingen kritik, inget tjat...

Ja jag vet- Lättare sagt än gjort! Men ingen kan tvinga dig! Du MÅSTE komma på detta själv och tycka att det är OK. Jag vet att du kan! Du är fantastiskt!!! Vi är stolta över dig!!

*Johnny*



## Välkommen till oss!

Vi erbjuder professionell hjälp i ett av Sveriges modernaste fullservicetyckerier! Snabba och kostnadseffektiva lösningar på Era trycksaker då hela produktionskedjan finns under samma tak.



# 013-35 55 50

Larsson Offsettryck AB • Häradskärgatan 7 • Box 1529 • 581 15 Linköping





## Köp din nyckelbricka för introduktionspriset 20:- och visa ditt stöd för Barndiabetesfonden!!!

Efter aktiveringen som du gör enl. instruktionerna nedan skyddar nyckelbrickan dina nycklar i två månader utan kostnad, därefter kan du förlänga tjänsten i ett år för en årskostnad av 99:- och 44:- tillfaller då Barndiabetesfonden.

Nyckelbrickorna kan du köpa via

Barndiabetesfondens Lokalföreningar eller via butiken på vår hemsidan (20:- + porto) [www.barndiabetesfonden.se](http://www.barndiabetesfonden.se)

All övrig information finner du nedan.

*Redaktionen*

**Visa ditt stöd för  
Barndiabetesfonden**

Med nyckelbrickan visar du ditt stöd för Barndiabetesfonden. Den hjälper dig även att få tillbaka dina nycklar eller väska om du tappar dem.



**Viktigt!**  
**Nyckelbrickan måste aktiveras**  
Se mer information på baksidan



### Så aktiverar du din nyckelbricka

Din nyckelbricka har en unik kod på baksidan som gör det möjligt att returnera dina nycklar om du skulle tappa dem. Först måste du koppla nyckelbrickan till dina kontaktuppgifter genom att aktivera den. Det är lätt!

**Alternativ 1:** Gå in på [www.thisbelongs.to](http://www.thisbelongs.to) och följ instruktionerna

**Alternativ 2:** Skicka ett SMS: Aktivera KODEN till telefonnummer 72500 (inga extra avgifter).  
*Exempel: Aktivera ABC123*

Nyckelbrickan skyddar dina nycklar i två månader efter aktiveringen. Därefter får du frågan om du är nöjd och ett frivilligt erbjudande om att förlänga tjänsten och stödja Barndiabetesfondens arbete i ett år för 99 kronor.

**Du förbinder dig inte till något genom att aktivera nyckelbrickan idag!**

### Hit går pengarna

Hälften av intäkterna av årsavgiften är en gåva från dig till Barndiabetesfonden (44 kr). Pengarna kommer att användas till Barndiabetesfondens arbete med att bekämpa diabetes. Resterande belopp går till drift av retursystemet (44 kr + 11 kr moms).

### Om tjänsten

Barndiabetesfonden samarbetar med ThisBelongs.To som erbjuder en effektiv tjänst för att få tillbaka förlorade ägodelar. ThisBelongs.To samarbetar med ideella organisationer och fokuserar på att hjälpa till att skapa ett värde för medlemmarna och samtidigt generera intäkter till organisationerna. Mer information hittar du på [www.thisbelongs.to](http://www.thisbelongs.to)

### Har du frågor?

Ring gärna ThisBelongs.To's kundtjänst på 040 - 692 85 10







# Rekord i år igen!

Lördagen den 11 augusti hölls Barnfestival och Upplevelsekväll i Malfors gästhamn till förmån för Barndiabetesfonden. Ljungsbro Sportfiskeförening har arrangerat evenemanget sedan 2007, och vid avslutningen av årets upplaga kunde presentera ett rekordresultat för Barndiabetesfonden – igen.

Vädret i Malfors under lördagen kun-

bli att klappa på vår Jätte-Sticke...

Upplevelsekvällen inleddes klockan 18 med ett välkomsttal av Barndiabetesfondens Ambassadör och tillika borgmästare i Linköping, Ann-Cathrine Hjerdt, innan scenen intogs av suveräna Zillah och Totte – en buktalar-akt med klass! Sedan dugade framträdandena tätt med allsång, dansnummer med 2 in 1, fantastiska

Fantastic Four, välbekanta Eddie Oliva och skönsjungande Freddy Amigo. Dessutom bjöds det på spontanuppträdanden i form av publikorm och dansanta barn och ungdomar på utrymmet framför scenen!

I samband med lottdragningen hade också dagens intäkter räknats samman, och festivalgeneral Göran Ingvald från Ljungsbro Sportfiskeförening kunde strax trumfa över fjolårets fantastiska resultat: då gav kvällen 94.000:-. I år skrevs det 98.000:- på den check som Barndiabetesfondens Riksförenings ordförande Lisa Hillerström fick ta emot å Barndiabetesfondens vägnar!

Till sist var det bara avslutningen kvar – en färgsprakande final med fackeltåg och fyrverkerier.

Barndiabetesfonden tackar såväl Ljungsbro Sportfiskeförening som alla övriga medverkande föreningar och företag, de frivilliga som ställde upp och bemannade tältet och lottringarna, och naturligtvis alla generösa besökare! Nu laddar vi för ännu ett rekordarrangemang i augusti 2013...



Linköpings Borgmästare Ann-Cathrine Hjerdt.

de nog inte ha varit bättre. Regnfritt, stundom strålade sol men inte alltför kvävande varmt – perfekt anpassat väder för ett utomhusarrangemang som LSFFs Barnfestival och Upplevelsekväll!

Evenemanget blev välbesökt med tusentals besökare som passerade under dagen. Eftermiddagen dominerades av barnfamiljer som lockades av alla de aktiviteter som arrangerats främst för de mindre deltagarna: hoppborg, kräftfiske, ponnyridning, fiskdamm, klättervägg, och clownen på scenen. Andra aktiviteter som agility, hunddans, kattutställning, och jonglering uppskattades av både stora och små!

Under tiden såldes lotter och souvenirer i Barndiabetesfondens tält vid ingången till området, och barn (och vuxna!) hade som vanligt svårt att låta

Redaktionen



Göran Ingvald överlämnar checken på 98.000 kr till Barndiabetesfondens Riksförenings ordförande Lisa Hillerström.

# Animas® Vibe™ insulinpump med CGM\*

Smart, avancerad och  
ändå så enkel

– en ökad trygghet för dig

Animas® Vibe™ har precis som vår Animas® 2020 en mängd smarta funktioner, modern färgdisplay och utgör ett vattentätt system. Skillnaden är att nu kan du följa din glukosnivå i pumpens display\*\*. Alla smarta funktioner är framtagna för att göra din vardag enklare, färgen bestämmer du själv.



\*CGM – kontinuerlig glukosmätning.

\*\*Med Dexcom G4™-sensorn.

Rubin Medical AB • Krossverksgatan 5M  
Box 300 44 • 200 61 LIMHAMN • Tel 040-15 54 80  
Fax 040-15 58 25 • [www.rubinmedical.se](http://www.rubinmedical.se)

**Rubin**  
medical

NYHET!

## Gunilla samlar in pengar till forskning

Jag är pensionär, har arbetat på bank och driver en bondgård tillsammans med min man Jerker. Under åren har jag varit kassör i olika föreningar.

Diabetes har funnits i släkten sedan jag var liten. När jag var 6 år dog min mormor, 68 år gammal. Minnet jag har av henne är sprutor och bensår som inte läkte. Många på min mors sida har haft diabetes. Min mor dog 2002, då var hennes önskan att tänka på Diabetesföreningen Barn.

2006 drabbades mitt ett-åriga barnbarn Hilma av diabetes, vilket gjorde att jag ville göra allt för att hjälpa till.

En god vän sa att Barn-diabetesfonden satsade på forskning och då var det en självklar sak för mig att engagera mig för just detta. Jag har tidigare stått med sparbössa utanför en lokal affär till förmån för Röda Korset. Detta väckte tanken på att stå med Barndiabetesfondens bössa under Världsdiabetesdagen. Med hjälp av släkt och goda vänner har detta blivit en tradition som gett en bra slant och mycket fina kontakter med anhöriga till barn med diabetes.

Genom åren har jag hittat fler och fler möjligheter att samla in pengar för Barndiabetesfondens räkning.

Var jag än står med Barndiabetesfondens emblem får jag ett fantastiskt gensvar. Det finns så många givmilda människor som är villiga att bidra för att forskningen ska gå framåt!

Med hjälp av lokala förmågor har jag ordnat konserter i länets kyrkor till förmån för Barndiabetesfonden. Församlingarna är positiva till detta och det är roligt för de som medverkar. I Sölvesborg anordnas årligen en julmarknad i Slottslängarna. Min man bakar ett utsökt gott bröd i stenugn som jag säljer på denna marknad. Alla intäkter går raka vägen till Barndiabetesfonden. I centrala Karlshamn har vår son en fastighet som han upplåter till oss under Östersjöfestivalen för parkering, vilket årligen inbringar en bra slant. Ett av många exempel på fina människor jag möter är mannen som betalade 240 kr (istället för ordinarie 40 kr) för en parkeringsplats. Detta för att vi skulle nå vårt mål på 10,000 kr för parkeringsintäkter efter årets festival.

Jag vill tacka alla underbara medmänniskor, med Er hjälp går forskningen framåt för att målet att hitta ett botemedel ska komma närmare!



Gunilla Mörnhed-Olsson



## Lokalföreningssidan

### Barnens Gård-besök

Söndagen den 13 maj 2012 hade Barn-diabetesfondens lokalförening Blekinge ihop med Blekinge diabetesförening en aktivitet på Barnens gård i Karlskrona.

Till aktiviteten var barnfamiljer inbjudna som har barn med diabetes i åldern 0-7 år.

Vi som samlades utanför Barnens gård strax innan tio på förmiddagen, fick en helt underbar dag.

Föräldrarna fick utbyte av varandras erfarenheter och barnens fick leka och umgås med djur.

Detta var första helgen för året som gården var öppen, lite för tidigt för att deras badland skulle hålla öppet. Tur var väl det, kan jag tycka. Trots att det var fint väder så var det i kyligaste laget för att bada.

Vi var nitton personer som sammanstrålade denna dag.

Barndiabetesfondens lokalförening Blekinge stod för entrén, grillkorv och tändvätska, tack vare sponsring av ett medicinföretag. Sponsringen innebär att aktivitet kunde genomföras.



Foto: Daniel Persson

Vid lunch tid så startade vi grillen och det blev en gemensam samling runt grillen för korvgrillning och fika.

Dagen avslutades vid fjortontiden efter en intensiv dag för alla inblandade.

Vid tangenterna  
Petra Svensson

### Lokalföreningen i Värmland inbjuder

Välkomna att umgås och träffa andra diabetesfamiljer i Mariebergsskogen i Karlstad!

Vi träffas söndagen den 23/9 klockan 11:00

Enklare mat finns att köpa, eller varför inte ta med något att grilla!

Vi kommer att ha med hembakat fikabröd som man kan köpa till självkostnadspris där pengarna går till barndiabetesfonden!

Väl mött!

Lokalföreningen Värmland

### UNGA BEGÅVNINGAR

Föreningen Unga Begåvningar ger två konserter i Hedvigs kyrka i Norrköping den 27 oktober 2012. Konserterna hålls kl. 15.00 och kl. 18.00.

Evenemanget arrangeras av Barndiabetesfonden, Lions och Norrköpings Tidningar, och intäkterna fördelas mellan Barndiabetesfonden och avsättning till en stipendiefond för Unga Begåvningar inom Norrköpings Tidningars spridningsområde.

Tolv stycken Unga Begåvningar kommer att framträda vid evenemanget den 27 oktober.

Redaktionen

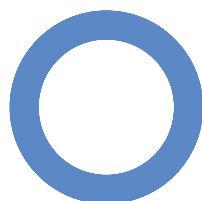
### Hamngillet i Simrishamn 5 – 7 juli

Med omväxlande väderlek, trevliga besökare, hjälpsamma grannar och föreningskompisar blev årets Hamngille en lyckad aktivitet för Barndiabetesfondens lokalförening Blekinge. Visst geografiskt sätt befinner sig Simrishamn i landskapet Skåne och inte i Blekinge men goda möjligheter att dra in pengar till Barndiabetesfonden ska inte föraktas. Alltså fanns representanter från Blekinge på plats tillsammans med representanter från Österlens diabetesförening. Under tre dagar informerade vi om diabetes hos barn och sålde Barndiabetesfondens produkter.

Ingrid Christensson



Foto: Ylva Christensson



## världsdiabetesdagen

14 November

# Kunglig glans på Världsdiabetesdagen den 14 november

Den 14 november uppmärksammas Världsdiabetesdagen med olika typer av evenemang. Även i Sverige kommer flertalet aktiviteter genomföras för att sprida kunskap om och sätta strålkastarljuset på sjukdomen diabetes. Seminarier, konferenser och insamlingsaktiviteter arrangeras över hela landet och vissa officiella byggnader kommer att belysas med kampanjfärgen blå.

På Världsdiabetesdagen förra året genomfördes en välgörenhetsauktion i samarbete med Lilly Diabetes och Stockholms Auktionsverk som inbringade närmare 700 000 kronor. Unika objekt och upplevelser auktionerades ut till förmån för barndiabetesforskning och alla intäkter gick oavkortat till Barndiabetesfonden. Intresset var stort och framgångarna med auktionen har resulterat i en ny satsning på liknande upplägg även i år. Lilly Diabetes som är en av samarbetspartnerna till Barndiabetesfonden berättar varför de är engagerade:

– Vi vill lyfta diabetesfrågan i samhället och bidra till fortsatt forskning och utveckling kring sjukdomen. Att stödja Barndiabetesfonden Världsdiabetesdagen med olika aktiviteter är ett bra sätt att sprida kunskap om diabetes. Förhoppningen är att barn och unga med diabetes i framtiden kan få bättre behandling och stöd, säger Carin Landsmer på Lilly.

### En dag – en miljon

Barndiabetesfonden tillsammans med samarbetspartner bjuder in ett antal celebra gäster, politiker och opinions-



*Christian Minnhagen, vice vd Stockholms Auktionsverk, Cecilia Björkman Lilly Diabetes, Tor Even Nergard, Lilly Diabetes, Carin Landsmer Lilly Diabetes, Johnny Ludvigsson ordf. Barndiabetesfonden, Cecilia Waller Lilly Diabetes och Niclas Forsman vd Stockholms Auktionsverk.*

bildare till insamlingskvällen. Syftet är att informera om diabetes, den senaste forskningen och behovet av forskningsstöd. Under kvällen kommer Barndiabetesfonden presentera verksamheten via en utställning och informationsmaterial samt uppmuntra till att bli månadsgivare. Målet för kvällen är tydligt ”En dag – en miljon”.

– Vi hoppas självklart på att överträffa föregående års insamlade medel på närmare 700 000 kronor. Målet är att vi på en dag ska samla in en miljon kronor till forskningen, säger Johnny

Ludvigsson, ordförande i Barndiabetesfonden.

Förutom kunskap om diabetes är syftet också att sätta Barndiabetesfonden på kartan hos givmilda personer i hela landet. Vi behöver synas och höras ännu mer för att få ut budskapet om diabetes hos barn.

– Glädjande är också att Kronprinsessan Victoria, som är Barndiabetesfondens beskyddare, kommer att hedra oss med sin närvaro och visa sitt stöd, säger Johnny Ludvigsson, ordförande i Barndiabetesfonden.



## Riksnytt

### Träff i stadsparken i Jönköping

Lördagen den 2 juni var det dax för årets träff i stadsparken i Jönköping. Det var ett litet gäng som lekte i den för dagen nyinvigda lekparken, och några spelade minigolf.

Vi hade fixat med grillar och efter en stunds aktiviteter smakade det gott med grillad korv! Sedan blev det mer lek igen, medan vi föräldrar fick tillfälle att byta erfarenheter.

Efter några timmar i parken bröt vi upp, nöjda med väder och lek med förhoppning om en ny träff nästa vår!

*Vid pennan Pia*



### Nellie försvarade sin titel

Nellie Ternblad försvarade sin titel som Svensk Ungdomsmästarinna på 200 m bröstsim på Sum Sim i Borås.

Barndiabetesfonden säger GRATIS och lycka till i fortsättningen.



### Marknad i Hestra

Den 11 augusti var vi i Jönköpings läns lokalförening med på marknaden i Hestra föra att visa oss, dela ut tidningar, ha ett lotteri och sälja kassar.

Dagen bjöd på sol och skönt väder - det bästa på länge!

Efteråt hoppas vi att vi lyckats väcka några att vara med och hjälpa oss hjälpa barn och ungdomar med diabetes.

Nu ser vi fram emot Världsdabetesdagen den 14 november; då återkommer Pia och Karin med sina insamlingsbössor!

*Vid pennan Pia i Jönköpings läns lokalförening.*





## Lions är fantastiska...

### Sanna Nielsen Röda Fjädersn Ambassadör Konsert gav 105 000 till Röda Fjädersn insamlingen

LC Åhus har arrangerat en konsert med den kända artisten Sanna Nielsen till förmån för Röda Fjädersn-insamlingen för barndiabetesforskningen. Under konsertkvällen utsågs Sanna Nielsen till ambassadör i Sverige för Lions Röda Fjädersnkampanj 2012.

– Det känns jättefint att få vara delaktig i Röda fjädersn kampanjen. Att läsa om att Sverige är det land, näst efter Finland som har flest diabetesfall i världen kändes i hjärtat. Barn är vår framtid och alla ska få chansen till ett långt och välmående liv, säger Sanna Nielsen.

” Det känns jättefint att  
få vara delaktig i Röda  
fjädersn kampanjen.

Musikkvällen med  
Sanna Nielsen och  
hennes band var en  
del av Lions Club  
Åhus 50-årsfirande

och lockade en rekordpublik på 3 000 människor på Torget i Åhus.

– Sanna Nielsen är otroligt populär här i Åhus, bara 3 mil från hennes hemort, säger Bertil Åkesson, medlem i LC Åhus och tillika ansvarig för Röda Fjädersn kampanjen i Åhus.

– Många Åhusbor har tackat Lions. Uttalanden från kända och okända som ”Tack Lions för en fantastisk kväll på torget” och ”Vad vore Åhus utan Lions” har framförts i mängder, säger Manne Modig, som var ansvarig för jubileumskonserten och dåvarande president för klubben.

Merparten av de 105 000 kronorna i intäkter kom från försäljning av jubileumsknappar som klubben tagit fram och resterande var bössinsamling. Alla kostnader för konserten täckte klubben upp tack vare generösa sponsorer.



Sanna Nielsen tillsammans med Bertil Åkesson (RF-ansvarig i LC Åhus) som överlämnat beviset på att hon blivit utsedd till Röda Fjädersn-ambassadör 2012/13. Foto: Christian Molin

### Allsångskvällar vid Brådtoms Sluss

40.000 blev resultatet till Röda Fjädersn insamlingen för kampen mot barndiabetes vid allsångskvällarna vid Brådtoms Sluss under ledning av Hasse Cratz, Skärblacka Lions Club

redaktionen

### Drakbåtspaddlare rodde in pengar

Lördagen den 18 augusti avgjordes Drakbåtspaddlingen på Dalälven i regi av Lions Club Krylbo.

Behållningen från årets Drakbåtspaddling uppgick till 30.000 kronor i runda tal, pengar som går till Lions Röda Fjädersn-kampanj i år!

Årets upplaga av Drakbåtspaddlingen var den femte ordningen, och Yngve Sundberg från LC Krylbo säger att det blir en fortsättning även nästa år.

Vid evenemanget närvarade även Sofie Mattsson till stöd för Barndiabetesfonden. Hon ställde på eget initiativ upp och informerade om Barndiabetesfonden och sålde souvenirer till förmån för forskningen. Ett varmt tack till Sofie från Barndiabetesfonden för detta!

DalaDemokraten/ Redaktionen



# Slå ett slag för Barndiabetesfonden

19 augusti hade Lions Enköping-Åsunda sin årliga golftävling på Orresta GK.

Det var 65st spelsugna golfare som fick spela på en fin bana. Vi hade tur med vädret, sol hela dagen.

Spelarna kom från bland annat Västerås, Stockholm, Sala, Fagersta, Wäsby och Enköping.

Hela startavgiften gick till BARNDIABETESFONDEN, På bilden får Inger Nejlestam, som vann B-klassen, priset av Christer Johansson från Lions.

*Hälsningar*

*Christer Johansson*

*Lions Enköping-Åsunda*

Foto: Gunilla Gabrielson



*"Toner ger miljoner!"*

**Torsdagen den 18 oktober 2012 kl. 19.00**

**ger**

**Lions Club Linköping/Valla**

**en**

**Röda Fjädernkonsert**

**i**

**Crusellhallen**

**Linköping Konsert & Kongress**

**Medverkande:**

**Eddie Oliva**

**Kören Da Capo**

**Sånggruppen Men**

**Linköpings Ungdomssymfoniker m.fl.**

**Hela behållningen tillfaller**

**Barndiabetesfonden!**

Mera information på [www.lionslinkoping.se](http://www.lionslinkoping.se) [www.lions.se/rodafjadern](http://www.lions.se/rodafjadern)

## Recept



### Tips från Kerstin Ramfelt

Passar på att slå ett slag för det nyttiga, omättade fett. Fet fisk, olja, nötter, fröer och avokado innehåller fett av bra sort. Det är viktigt för oss alla att välja rätt sorts fett om våra blodkärl ska må så bra som möjligt så länge som möjligt. Här är några recept som gör det lätt och gott att äta mer omättat och mindre mättat fett.

### *Lax lagad utan ugn 2 port<sup>1</sup>*

Här är ett recept som endast kräver varmt vatten och lite tid. Ingen disk och en underbart saftig lax!  
Använd inte tinad lax, utan ta den direkt från frysen.

#### Du behöver:

- 2 frysta portionsbitar lax i vacuumpack
- 1 kraftig keramikskål som rymmer 3 liter

Lägg den frysta laxen i sin förpackning i skålen och fyll med kallt vatten och låt den tina 20 minuter. Slå ut det kalla vattnet, låt laxen ligga kvar. Spola i kranen tills vattnet är hett, det ska hålla runt 60 grader.

Fyll bunken med hett vatten. Lägg på ett lock och låt laxen stå i ca 20 minuter. Fyll på med mer hett vatten efter drygt halva tiden om det svalnat.

Klipp upp laxpaketen, torka försiktigt bort vitt koagulerat protein och servera med god sås.

1 portion lax (125 g) innehåller inga kolhydrater, ca 20 g fett varav 4,3 g är mättat.

### *Ninonsås 6 port<sup>2</sup>:*

- 0,5 st gul lök
- 1,5 dl vatten
- 0,5 st grönsaksbuljongtärning
- 3 dl gröna ärter
- 1 dl majonnäs
- 1 dl gräddfil
- 2 tsk pepparrot
- 0,5 tsk salt

#### Gör så här:

1. Ninonsås: Skala och klyfta löken. Koka upp vatten och lägg ner buljongtärning, lök och ärter. Låt det koka ca 5 minuter utan lock.
2. Häll bort buljongen och kör ärter och lök i en matberedare eller mixer. Låt det kallna.
3. Blanda lök och ärtpurén med majonnäs och gräddfil. Smaka av med pepparrot och salt.

1 portion sås innehåller 3,5 g kolhydrater och endast 2,6 g mättat fett.

### *Fröknäcke*

1 plåt, ca 30 små rutor

- 1 dl solrosfrön
- 1 dl sesamfrö
- 1/2 dl linfrön
- 2 dl majs mjöl (dinkelmjöl funkar också)
- 1/2 tsk salt
- 1/2 dl olja rapsolja
- 2 dl vatten

#### Gör så här:

Sätt ugnen på 150 grader  
Blanda alla ingredienser.  
Smeta ut på en plåt med bakplåtspapper, se till att det blir lika tjockt över hela plåten så gräddas brödet jämnare.  
Grädda i ca 20-25 minuter  
Ta ut och skär eller sporra i lagom stora bitar. Här kan man gärna strö lite flingsalt över hela plåten eller några örter eller andra kryddor man gillar.  
Grädda ytterligare 20-25 min.

Om man skär knäckebrödet i 30 bitar innehåller 1 bit 3,5 g kolhydrater och 3,8 g fett varav 0,4 g är mättat.

Pimpa fredagstacosen med en enkel variant på hemgjord guacamole eller ät som dip – hur gott som helst!

### *Guacamole ca 4 port.*

- 1 liten vitlöksklyfta
- 0,5 lime
- 2 avokado
- 2 krm salt

#### Gör så här:

Pressa vitlöksklyftan och blanda med saften från en halv lime. Mosa eller mixa tillsammans med avokado och smaka av med salt.

1 portion innehåller 8 g fett varav endast 1 g mättat.

<sup>1</sup> Recept från boken "Mat och molekyler", Lisa Förare Winblad och Malin Sandström, ICA bokförlag

<sup>2</sup> Recept från Allt om Mat



Tape

Tape

PORTO

Barndiabetesfonden  
Gränsliden 10  
582 74 LINKÖPING

Vik



Barndiabetesfonden valde  
**Handelsbanken**

Tape

Tape



Barndiabetesfonden

HKH  
Kronprinsessan  
Victoria  
Barndiabetes-  
fondens  
beskyddare

*Hjälp oss att hjälpa*

**Bli månadsgivare  
via autogiro**



**90** SVENSK  
INSAMLINGS  
KONTROLL

[www.barndiabetesfonden.se](http://www.barndiabetesfonden.se)

# Medgivande till betalning via Autogiro

Undertecknad ("betalaren"), medger att betalning får göras genom uttag från angivet konto eller av betalaren senare angivet konto eller från det konto som är anslutet till angivet bankgironummer, på begäran av angiven betalningsmottagare för betalning till denne på viss dag ("förfallodagen") via Autogiro. Betalaren samtycker till att behandling av personuppgifter som lämnats i detta medgivande behandlas av betalarens betaltjänstleverantör, betalningsmottagaren, betalningsmottagarens betaltjänstleverantör och Bankgironcentralen BGC AB för administration av tjänsten. Personuppgiftsansvariga för denna personuppgiftsbehandling är betalarens betaltjänstleverantör, betalningsmottagaren samt betalningsmottagarens betaltjänstleverantör. Betalaren kan när som helst begära att få tillgång till eller rättelse av personuppgifterna genom att kontakta betalarens betaltjänstleverantör. Ytterligare information om behandling av personuppgifter i samband med betalningar kan finnas i villkoren för kontot och avtalet med betalningsmottagaren. Betalaren kan när som helst återkalla sitt samtycke, vilket medför att tjänsten i sin helhet avslutas."

Av medgivandet ska dessutom följande framgå ordagrant:

### Beskrivning

#### Allmänt

Autogiro är en betaltjänst som innebär att betalningar utförs från betalarens konto på initiativ av betalningsmottagaren. För att betalaren ska kunna betala via Autogiro, ska betalaren lämna sitt medgivande till betalningsmottagaren om att denne får initiera betalningar från betalarens konto. Dessutom ska betalarens betaltjänstleverantör ( t.ex. bank eller betalningsinstitut) godkänna att kontot kan användas för Autogiro och betalningsmottagaren ska godkänna betalaren som användare av Autogiro.

Betalarens betaltjänstleverantör är inte skyldig att pröva behörigheten av eller meddela betalaren i förväg om begärda uttag. Uttag belastas betalarens konto enligt de regler som gäller hos betalarens betaltjänstleverantör. Meddelande om uttag får betalaren från sin betaltjänstleverantör. Medgivandet kan på betalarens begäran överflyttas till annat konto hos betaltjänstleverantören eller till konto hos annan betaltjänstleverantör.

#### Definition av bankdag

Med bankdag avses alla dagar utom lördag, söndag, midsommarafton, julafton eller nyårsafton eller annan allmän helgdag

#### Information om betalning

Betalaren kommer av betalningsmottagaren att meddelas belopp, förfallodag och betalningssätt senast åtta bankdagar före förfallodagen. Detta kan meddelas inför varje enskild förfallodag eller vid ett tillfälle avseende flera framtida förfallodagar. Om meddelandet avser flera framtida förfallodagar ska meddelandet lämnas senast åtta bankdagar före den första förfallodagen. Detta gäller dock inte fall då betalaren godkänt uttaget i samband med köp eller beställning av vara eller tjänst. I sådant fall får betalaren meddelande av betalningsmottagaren om belopp, förfallodag och betalningssätt i samband med köpet och/eller beställningen. Genom undertecknandet av detta medgivande lämnar betalaren sitt samtycket till att betalningar som omfattas av betalningsmottagarens meddelande enligt denna punkt genomförs.

#### Täckning måste finnas på kontot

Betalaren ska si till att täckning finns på kontot senast kl 00.01 på förfallodagen. Har betalaren inte täckning på kontot på förfallodagen kan det innebära att betalningar inte blir utförda. Om täckning saknas för betalning på förfallodagen får betalningsmottagaren göra ytterligare uttagsförsök under de kommande bankdagarna. Betalaren kan på begäran få information från betalningsmottagaren om antalet uttagsförsök.

#### Stoppa betalning (återkallelse av betalningsorder)

Betalaren får stoppa en betalning genom att kontakta antingen betalningsmottagaren senast två bankdagar före förfallodagen eller sin betaltjänstleverantör senast bankdagen före förfallodagen vid den tidpunkt som anges av betaltjänstleverantören.

Om betalaren stoppar en betalning enligt ovan innebär det att den aktuella betalningen stoppas vid ett enskilt tillfälle. Om betalaren vill att samtliga framtida betalningar som initieras av betalningsmottagaren ska stoppas måste betalaren återkalla medgivandet.

#### Medgivandets giltighetstid, återkallelse

Medgivandet gäller tills vidare. Betalaren har rätt att när som helst återkalla medgivandet genom att kontakta betalningsmottagaren eller sin betaltjänstleverantör. Meddelandet om återkallelse av medgivandet skal för att stoppa ännu inte genomförda betalningar vara betalningsmottagaren tillhanda senast fem bankdagar före förfallodagen alternativt vara betalarens betaltjänstleverantör tillhanda senast bankdagen före förfallodagen vid den tidpunkt som anges av betaltjänstleverantören.

#### Rätten för betalningsmottagaren och betalarens betaltjänstleverantör att avsluta anslutningen till Autogiro.

Betalningsmottagaren har rätt att avsluta betalarens anslutning till Autogiro trettio dagar efter det att betalningsmottagaren under rättat betalaren här om. Betalningsmottagaren har dock rätt att omedelbart avsluta betalarens anslutning till Autogiro om betalaren vid upprepade tillfällen inte har haft tillräcklig kontobehållning på förfallodagen eller om det konto som medgivandet avser avslutas eller om betalningsmottagaren bedömer att betalaren av annan anledning inte bör delta i Autogiro. Betalarens betaltjänstleverantör har rätt att avsluta betalarens anslutning till Autogiro i enlighet med de villkor som gäller mellan betalarens betaltjänstleverantör och betalaren.

# Autogiroanmälan, medgivande

Betalare

|                             |  |
|-----------------------------|--|
| Namn och fullständig adress |  |
|                             |  |
|                             |  |

Jag vill bidra med

75:-/månad  
150:-/månad  
300:-/månad

Annat belopp

Jag vill ha medlemsbilden "Sticket"

Jag har tagit del av och godkänner villkoren för Autogiro som står på bifogat infoblad. Anmälan måste skrivas under av kontoinnehavaren.

Ort datum

Underskrift /Firmatecknare (obligatorisk uppgift)

\*Clearingnumret är det fyrsiffriga nummer som tilldelas varje bankkontor, se kontoutdraget. FöreningsSparbanken har ibland fem siffror, ex 8327-9XXXXX. Utelämna då femte siffran, i detta fall 9. Handelsbankens clearingnr ska alltid börja med 6 (hittar du inte det ange 6000). Har du personkonto i Nordea använd 3300 som clearingnummer.



Betalningsmottagare

|             |                 |
|-------------|-----------------|
| Bankgiro nr | Organisationsnr |
|             |                 |

Kundnummer = Personnummer/Organisationsnummer

Kontoinnehavarens bank

\*Bankkonto som pengar ska dras ifrån (Clearingsnummer 4 siffror + kontonummer)

Bankgiro

Kontoinnehavarens personnummer/organisationsnummer



## Hej igen!

Jag heter Sandra Åstrand och jag är 15 år. Jag gillar att segla, åka skidor, shoppa och spela instrument. I detta nummer ska jag berätta om när jag var i Göteborg och när jag var med mina kompisar på en av deras sommarställe.



I sommar har jag gjort massor av saker. Jag har tagit körkort, seglat, träffat kompisar och lite andra roliga saker. Som till exempel var jag i Göteborg med min mamma och min syster. Vi åkte tåget till Göteborg där vi möttes av min mormors syster och bror som bor där. Vi skulle stanna där i 4 dagar. Eftersom vi kom dit på eftermiddagen så åkte vi direkt hem till min mormors syster (där vi skulle sova) och åt. Efter middagen så tog vi fyra en liten promenad i området. Det var mysigt att gå runt på kvällen och kolla på alla fina hus som låg i närheten.

Dagen därpå så gick jag, min syster och min mamma till stan för att shoppa (vilket jag älskar hehe). Vi gick runt och glodde hela dagen så självklart fick jag många känningar eftersom jag inte tänkte på att jag rörde mig så mycket. Mamma och jag var båda mycket förvånade över alla känningar, jag brukar inte ha så många som jag hade (typ 4 känningar den dagen!). Ingen av oss förstod vad det berodde på.

**”självklart fick jag många känningar eftersom jag inte tänkte på att jag rörde mig så mycket.**

Nästa dag så skulle jag och min syster gå på Liseberg tillsammans med en kompis som också var i Göteborg. Vi träffades mitt på dagen och åt lunch innan vi gick in på nöjesparken. Som nästan förväntat så fick jag en känning nästan direkt efter maten. Jag kom på att jag tog nog lite för mycket insulin för just den maten. Men som alltid har jag

ett paket druvsocker i väskan. Även fast det var mycket folk och långa köer på Liseberg så var det en jättekul dag :D!

Nu var det den sista dagen och tåget skulle gå på eftermiddagen. Vi gick till stan idag igen för att vi skulle köpa några saker som vi hade sett några dagar innan. Jag fick ju förstås 2 känningar på 4 timmar! Helt chockerande tyckte mamma! På tåget satt jag och funderade på varför jag hade fått så många känningar just de här dagarna och då kom jag på det! Det var ju självklart att jag inte hade tänkt på att jag hade rört på mig! Jag hade inte ens kommit på tanken x). Så nu vet jag hur mycket lite motion påverkar mitt blodsockret.

Några veckor innan jag åkte till Göteborg åkte jag till en av mina kompisars sommarställe. Det var mina två bästa killkompisar jag åkte med. Jag har känt dem i halva mitt liv! Det har blivit som en liten tradition att åka till en av deras sommarhus där man kan bada. Jag tänker berätta en rolig grej som hände.

Efter att vi hade sovit över en natt så skulle vi gå och bada innan vi åkte hem. Vi badade en lång stund tills jag sa att jag inte hade lust att bada mer. Jag gick upp ur vattnet för att hämta min handduk och torka mig. Min ena kompis höll med mig och gick också upp för att torka sig. Men min andra kompis sa ”Sandra! Du ska bada mer!”

Jag vände mig om och sa: ”Haha orkar inte.”

”Jo! Kom igen! Ska jag bära i dig?” ropade han.

”Haha kom då! Du kommer aldrig orka bära mig!” sa jag med ett skratt. Som en chock kom han springande



mot mig, tog armarna runt mig, så bar han mig på väg ner mot vattnet och när han kom till slutet av bryggan så slängde han i mig i vattnet! Jag var fortfarande förvånad över att han hade slängt i mig i vattnet när jag kom upp på bryggan. Men jag tänkte inte ge mig utan hämd :D! Min plan var att putta i honom i vattnet när han minst anade det. Men gick det som jag hade tänkt mig? NEJ! Jag smög fram till honom och när jag tog sats för att putta så halkade jag! Jag var jättenära på att ramla ner i vattnet! Jag satt där på bryggan och skrattade medans mina kompisar såg så chockade ut över att jag bara helt plötsligt ramlade. Haha det är ett minne jag aldrig kommer att glömma!

*Hoppas det var kul att läsa om vad jag har gjort i sommar.*

*Hejdå!*

*Ses i nästa nummer!*



# Toner ger miljoner!

**RUM (Riksförbundet Unga Musikanter) och Sveriges lions föreslår en gemensam Röda Fjädernaktivitet till förmån för forskning gällande barndiabetes**

Över 500 orkestrar, ensembler, körer, teater- och dansgrupper och 40.000 medlemmar är anslutna till RUM. I Sverige finns 483 lionsklubbar med närmare 13.000 medlemmar.

Röda Fjädernkommittén och ledningen för RUM föreslår ett samarbete mellan landets lionsklubbar och grupper anslutna till RUM.

Tanken är att lionsklubben på lokalplan söker kontakt med orkestern/kören för att tillsammans genomföra ett arrangemang till förmån för Röda Fjäderninsamlingen. För att få så stort uppmärksamhet i media som möjligt kan mars 2013 kan vara lämplig månad, men RUM-medlemmen och lions beslutar givetvis själva om lämplig tidpunkt.

Lions kan hitta orkestrar/grupper i klubbens närhet på [www.rum.se/viewNavMenu.do?menuID=13](http://www.rum.se/viewNavMenu.do?menuID=13)

När det gäller utformningen av konserterna är det bara arrangörernas fantasi som sätter gränserna.

Visste du att

- Sverige efter Finland har världens högsta frekvens av diabetes hos barn
- Diabetes är den vanligaste allvarliga, obotliga sjukdomen som drabbar barn och ungdomar och den blir allt vanligare
- Vilket barn som helst, när som helst, kan utveckla diabetes- även om diabetes inte finns i släkten.

**Låt Rum och Lions Club samarbeta så att "Toner ger miljoner!"**

Mats Mårell  
Generalsekreterare Rum

Jan Granlund  
Lions Röda Fjädernkommitté





# Kassören rapporterar

**Denna period omfattar tiden  
2012-05-01 till 2012-07-31**

|                                     |          |
|-------------------------------------|----------|
| Högtidsdagar, födelsedag, bröllop   | 3600:-   |
| Insamlingar, bössor mm              | 8227:-   |
| Autogiro                            | 55390:-  |
| Proxytel                            | 295:-    |
| Bidrag från privatpersoner          | 28696:-  |
| Till minne av                       | 105745:- |
| Kyrkliga aktiviteter                | 28852:-  |
| Testamenten                         | 30100:-  |
| Bidrag från skolor                  | 1965:-   |
| Bidrag från LION-klubbar            | 269623:- |
| Bidrag från föreningar              | 3000:-   |
| Samarbetsavtal företag              | 6785:-   |
| Bidrag från företag                 | 13326:-  |
| Team tappa barn                     | 4363:-   |
| Lokalföreningar barndiabetes        | 10068:-  |
| SMS gåva                            | 4828:-   |
| Röda Fjädern                        | 53533:-  |
| Mange Johanssons dag för tappa barn | 5000:-   |
| Thisbelongto, nyckelbrickor         | 446:-    |

**Totalt under perioden** 633842:-  
**Totalt under året**  
**2012-01-01-07-31** **1 666 364:-**

## Ett utdrag av ovanstående:

|                                 |          |
|---------------------------------|----------|
| Företag o föreningar            |          |
| Ladies Circle 4 Uddevalla       | 929:-    |
| Vist Lilla Syförening           | 3 000:-  |
| Diaboom                         | 500:-    |
| Kjellquist Development AB       | 10 000:- |
| Fränsta Rotaryklubb             | 5 500:-  |
| Källstads syförening            | 1 600:-  |
| Färgelanda Kyrkliga Syförening  | 20 000:- |
| Väversunda Kyrkliga Syförening  | 1 500:-  |
| Göthes Järn AB                  | 2 600:-  |
| Höks Kyrkliga Samfällighet      | 312:-    |
| Ödeshögs församling             | 540:-    |
| Välgörenhetskonsert             |          |
| Örnsköldsvik                    | 2 826:-  |
| Lirarna UF                      | 3 000:-  |
| Gunnarskogs Kyrkliga Syförening | 5 000:-  |
| Blodgivare                      |          |
| Landstinget i Östergötland      | 5 930:-  |
| KSS Skövde                      | 2 475:-  |
| Landstinget Dalarna             | 160:-    |

|                              |          |
|------------------------------|----------|
| Lokalföreningar              |          |
| BDF:s lokalförening Blekinge | 10 068:- |

## Utdrag av bidrag från Lionsklubbar

|                         |          |
|-------------------------|----------|
| LC Hedemora Idun        | 4 000:-  |
| LC Orsa                 | 5 000:-  |
| Hagfors Lions Club      | 10 000:- |
| LC Blåklinten/Motala    | 16 100:- |
| LC Ystad                | 2 070:-  |
| LC Boden                | 5 000:-  |
| LC Sundborn             | 4 000:-  |
| Lions Club Distrikt 101 | 30 000:- |
| Lions Club Orust        | 11 500:- |



# Stöd Barndiabetesfonden – **köp julkort**



1 förpackning = 8 motiv enligt ovan. Pris 40 kronor + porto.

Än har inte julkortet spelat ut sin roll även om många vill påstå detta. Att få en personlig hälsning med en personlig signatur är fortfarande det största beviset på att man tänker på den man skickar

hälsningen till. Därför tror vi på Barndiabetesfonden att våra julkort kommer väl till pass i en alltmer datoriserad värld. Vackra bilder med varma hälsningar ger julen och hälsningen extra värme. Att

det också ger ett välkommet bidrag till fondens arbete för forskningen ger det hela ytterligare en dimension. Julkorten beställer du genom vårt kansli.

**God jul från oss på kansliet.**

Beställes från Barndiabetesfondens Kansli, [kansli@barndiabetesfonden.se](mailto:kansli@barndiabetesfonden.se) telefon 013-10 56 90 eller via vår hemsida [www.barndiabetesfonden.se](http://www.barndiabetesfonden.se)



## Barndiabetesfonden

utlyser minst 6 miljoner kr till forskning, vars mål är att förebygga, bota eller lindra diabetes hos barn och ungdomar. Ansökan kan rekvideras från Barndiabetesfondens kansli eller från hemsidan [www.barndiabetesfonden.se](http://www.barndiabetesfonden.se)

Elektronisk ansökan ska ha inkommit senast den 15 oktober 2012 till Barndiabetesfonden. Inkomna ansökningar remitteras till Barndiabetesfondens vetenskapliga råd för bedömning. Beslut om utdelning sker i december år 2012.

Barndiabetesfondens Kansli  
Gränsliden 10, Tallboda  
582 74 Linköping  
Tel. 013-105690  
[kansli@barndiabetesfonden.se](mailto:kansli@barndiabetesfonden.se)

*Barndiabetesfondens styrelse*

Plusgiro 900059-7 | Bankgiro 900-0597 | [www.barndiabetesfonden.se](http://www.barndiabetesfonden.se)



# Igelkottar söker nya hem!



Hjälp Sticke  
- Barndiabetesfondens  
kramgoa maskot -  
och hjälp samtidigt barn  
och ungdomar med diabetes  
till en bättre framtid!

Fyll i, klipp ut, och skicka in  
talongen till oss:

**Barndiabetesfonden**  
**Gränsliden 10**  
**582 74 Linköping**

Du kan naturligtvis också beställa  
via telefon **013-10 56 90**,  
e-post [kansli@barndiabetesfonden.se](mailto:kansli@barndiabetesfonden.se)  
eller i vår butik på [www.barndiabetesfonden.se](http://www.barndiabetesfonden.se)

**Tack för din beställning!**

**Ja, jag vill hjälpa! Jag beställer:**

..... st Lill-Sticke (15 cm) à 75 kr  
..... st Mellan-Sticke (30 cm) à 160 kr  
..... st Jätte-Sticke (101 cm) à 3.000 kr  
..... st kart. (om 50 st) Lill-Sticke à 3.000 kr  
..... st kart (om 30 st) Mellan-Sticke à 3.870 kr

*Frakt och faktureringsavgift tillkommer.*

Namn:.....

Adress:.....

Postadr:.....

Telefon:.....

E-post:.....

Barndiabetesfondens Riksförenings plusgiro: 34 55 54-0



**Visa att Du stöder  
kampen mot barndiabetes!**

**Köp Barndiabetesfondens pin:**

**1 st 25:-**

**5 st 100:-**

Handlar gör Du enklast via Barndiabetesfondens hemsida:  
[www.barndiabetesfonden.se/Butik/](http://www.barndiabetesfonden.se/Butik/)

eller genom att ringa eller maila vårt kansli:  
**013-10 56 90 • [kansli@barndiabetesfonden.se](mailto:kansli@barndiabetesfonden.se)**

## Barndiabetesfondens samarbetspartners

|                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                 |                                                                                                                     |                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <br><b>EKOXEN, LINKÖPING</b><br><small>BY CHOICE HOTELS</small><br>Samarbetspartner sedan 2008 | <br>Lions har varit fondens samarbetspartner sedan 1989 och är en av fondens större bidragsgivare. Innehar en ordinarie styrelseplats i fonden | <br>Samarbetspartner sedan 2006                                | <b>Handelsbanken</b><br>Samarbetspartner sedan 2007. Förvaltar och hanterar fondens kapital                         | <br>Samarbetspartner sedan 2007. Ställer upp för fonden i många publika sammanhang |
| <br>Samarbetspartner från 2009                                                                 | <br>Robur<br>Samarbetspartner från 2010                                                                                                        | <br>Ljungsbro Sportfiskeförening<br>Samarbetspartner från 2010 | <br>Samarbetspartner från 2009    | <br>Samarbetspartner från 2010                                                     |
| <br>Samarbetspartner från 2010                                                                | <br>Samarbetspartner från 2010                                                                                                               | <br>Samarbetspartner från 2011                               | <br>Samarbetspartner från 2011 | <br>Samarbetspartner från 2011                                                   |



# Stöd kampen mot barndiabetes!

## Pg 90 00 59-7





## Jag vill bli medlem i Barndiabetesfondens riksförening

|                                               |            |               |                                           |
|-----------------------------------------------|------------|---------------|-------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Enskild person       | 200 kr/år  | Namn (vuxen): | <input type="text"/>                      |
| <input type="checkbox"/> Familj               | 350 kr/år  | Adress:       | <input type="text"/>                      |
| <input type="checkbox"/> Organisation/företag | 1000 kr/år | Postnr:       | <input type="text"/> <input type="text"/> |
|                                               |            | Telefon:      | <input type="text"/>                      |
|                                               |            | Mobil:        | <input type="text"/>                      |
|                                               |            | E-post:       | <input type="text"/>                      |

Födelsedata

Som ny medlem blir jag automatiskt också medlem i närmaste lokalförening

Konto för medlemsavgifter PG 34 55 54-0

Skicka talongen till Barndiabetesfonden, Gränsliden 10, 582 74 LINKÖPING  
Plusgiro: 90 00 59-7 | [www.barndiabetesfonden.se](http://www.barndiabetesfonden.se) | Bankgiro: 900-0597