

Stricket

Barndiabetesfonden

NR 4 2015 ÅRG. 22

Medlemstidning från Barndiabetesfonden
och Barndiabetesfondens Riksförening



Beskyddare:
HKH Kronprinsessan Victoria

Aktiviteter på Världsdiabetesdagen

Se sidorna 10, 12 och 13

Aktuell forskning

Se sidorna 4 och 16

Vi har bara en uppgift!

Se sidan 7

Ny ambassadör

Se sidan 11





Barndiabetesfondens Lokalföreningars *Årsmöten 2016*

Alla medlemmar i Barndiabetesfondens Lokalföreningar kallas härmed till Årsmöte! Anmälan gör du direkt till respektive Lokalförening, för ytterligare information se respektive Lokalförenings webbsida.

Blekinge

Tid: Söndag 7 februari kl. 10.00
Plats: Församlingshemmet Bräkne Hoby

Dalarna

Tid: Söndag 7 februari kl. 15.00
Plats: Hotell Moskogen Leksand

Norrköping

Tid: Torsdag 11 februari kl. 18.00
Plats: Café Vetekornet Norrköping

Linköping

Tid: Måndag 15 februari kl. 18.30
Plats: Hotell Ekoxen Linköping

Skåne

Tid: Måndag 15 februari kl. 18.30
Plats: Medborgarhuset Eslöv

Gävleborg

Tid: Tisdag 16 februari kl. 18.30
Plats: Agavägen 15 A i Sandviken

Stockholm

Tid: Onsdag 17 februari kl. 18.00
Plats: Astrid Lindgrens Barnsjukhus Solna

Uppsala

Tid: Torsdag 18 februari kl. 18.00
Plats: LloydsApotek Samariten Uppsala

Värmland

Tid: Lördag 20 februari kl. 11.00
Plats: Sjukhusbiblioteket Centralsjukhuset Karlstad

Västerås

Tid: Söndag 21 februari kl. 12.00
Plats: Västra Skepparbacken 18 Västerås

Norrbotten

Tid: Söndag 21 februari kl. 15.00
Plats: Sockenstugan Kyrkbyn i Gammelstad

Skaraborg

Tid: Måndag 22 februari kl. 18.00
Plats: Skaraborgs sjukhus Skövde

Jönköpings län

Tid: Onsdag 24 februari kl. 18.30
Plats: Länssjukhuset Ryhov Jönköping

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

Tidningen utkommer 4 ggr/år

I redaktionskommittén: Bertil M. Perttu, Anna Järpe

Ungdomsredaktör: Sandra Åstrand

Ansvarig utgivare: Johnny Ludvigsson

Grafisk form: John Svedlin

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

Tel: 013-10 56 90

ISSN 1400-8505

Manusstopp och utgivningsdatum för 2016:

Nr	Manusstopp	Utgivningsdag
1	25 januari	Februari
2	18 april	Maj
3	22 augusti	September
4	15 november	November/December

Samarbete kan göra Barndiabetesfonden starkare!

Sen starten Januari 1989 har Barndiabetesfonden samarbetat mycket nära med Lions! Vice ordförande i Barndiabetesfondens styrelse har hela tiden utsetts av Lions liksom ytterligare en suppleant i styrelsen, och Lions har år efter år generöst bidragit. "Lions är fantastiska" var under många år stående slogan i tidningen Sticket, med rätta. Och Röda Fjädern med dess insamling på nästan 10 miljoner har haft enorm betydelse, inte minst genom spridning av kunskap om diabetes hos barn och om Barndiabetesfonden. Samarbetet med Lions fortsätter.

Visst är det tacksamt när insatser kan leda till ett tydliga resultat, att polio utrotas, eller blindhet nästan utrotas, eller u-landsbarn får rent vatten eller en skola att gå till. Tyvärr har inte Barndiabetesfonden kunnat ge den tydliga återkopplingen! Vi kan inte peka på att tack vara just den klubbens bidrag har den upptäckten gjorts som medfört att inga barn längre blir akut medvetslösa, eller att inga barn längre behöver tänka på vad man äter, eller att nu vet vi varför vissa barn får diabetes. Man kan förstå att det ofta känns meningsfullt att skänka pengar till forskning om cancer, dels därför att cancer verkar så farligt, så dödligt, dels därför att forskningen där gett så tydliga resultat när många cancersjukdomar nu kan botas. Inga barn alls med typ 1 diabetes kan ju botas, vi vet fortfarande inte vad sjukdomen beror på, vi kan fortfarande inte förhindra komplikationer, och typ 1 diabetes hos barn hotar att på sikt döda nästa lika många som cancer hos barn, trots denna intensiva behandling år ut och år in. Men vi VET att forskningen är meningsfull! Vi VET att många bäckar små gör en stor å. Det gäller forskningsresultat så väl som bidrag! En gång, kanske snart,



Foto: Anna Järpe/Barndiabetesfonden

kanske längre fram, kommer belöningen! Det vet Lions och därför fortsätter de att stödja Barndiabetesfonden!

Och det finns fler vi kan samarbeta med! Ladies Circle genomför flera arrangemang runtom i landet till för-

net runt, vecka efter vecka, år efter år... Eller om de såg dödsannonsen i tidningen för en kort tid sedan: 28 år gammal. "Övntad död i hemmet. Tänk på Barndiabetesfonden". Då ställer de nog upp.

Kyrkorna hjälper, pensionärsföreningar och idrottsföreningar, och glädjande nog har samarbete börjat bli accepterat även med Diabetesföreningar! Både i ex Skåne och Linköping genomförs arrangemang för att uppmärksamma Världsdiabetesdagen i samverkan med Diabetesföreningar, och det känns tydligt att allt fler inom olika diabetesorganisationer ser att man vinner på samarbete. Diabetesföreningar hjälper Barndiabetesfondens Lokalföreningar med läger, utflykter, aktiviteter för barnen, medan pengar gemensamt samlas in till Barndiabetesfonden för att stödja forskningen; det enda som radikalt kan



Kan vi öka forskningen ska vi äntligen lösa gåtor. Då ser ni att pengarna gjorde nytta!

mån för Barndiabetesfonden. I Rotary, Odd Fellow, PRO, idrottsföreningar osv finns människor som är beredda att hjälpa. Och givetvis privatpersoner och företag. Och äldre människor som är villiga att testamentera.

Men lättast är om VI berättar om vad diabetes hos barn innebär. Vi måste inte svartmåla. Det räcker med att vara ärliga. Får människor klart för sig hur det känns när ens barn blir akut medvetslöst, krampar på natten, bleknar, verkar sluta andas...om de kan sätta sig in i paniken vid en svår insulinchock som händer trots att man gjort allt, gett ideliga insulininjektioner, trots pump, trots glukossensor, trots insatser dyg-

förbättra barnens situation. Härligt!

Kraften i Barndiabetesfonden ökar, och vi når nog 10 miljoner även i år. Men låt oss sikta på 100 miljoner per år, ganska snart! Diabetes är den vanligaste, livshotande, obotliga sjukdomen bland barn i Sverige. Och svenska barn är också en del av Världens barn. Kan vi öka forskningen ska vi äntligen lösa gåtor. Då ser ni att pengarna gjorde nytta! Tack Lions, tack alla ni som stöder Barndiabetesfonden, privatpersoner, företag, föreningar! Vi SKA vinna kampen!

Johnny Ludvigsson



Kamp på molekylär nivå

Diabetes är ju inte bara en allvarlig sjukdom i sig; den kan också medföra ökad risk för komplikationer som en följd av det slitaget kroppen utsätts för. En av de allvarligare typerna av komplikationer som kan drabba en diabetiker är njurkomplikationer. Jaakko Patrakka forskar med hjälp av medel från Barndiabetesfonden på hur diabetes kan påverka uppkomsten av njurkomplikationer, och hur man skall kunna bemöta det.

Ungefär 30-40% av diabetiker drabbas av njurkomplikationer av sjukdomen, så kallad diabetesnefropati. Patienter med typ 1 diabetes utvecklar oftast nefropati 10-20 år efter att de har fått sin diabetes-diagnos. Inte sällan är sjukdomen av progredierande slag och leder till terminal njursvikt, ett tillstånd som kan behandlas endast genom kronisk dialys eller njurtransplantation. Bra kontroll av glukosvärdena i blodet minskar risken för nefropati. Trots detta kan även diabetiker med utmärkt glukoskontroll utveckla njurkomplikationer. Idag förstår vi inte varför vissa individer löper större risk att utveckla denna sjukdom.

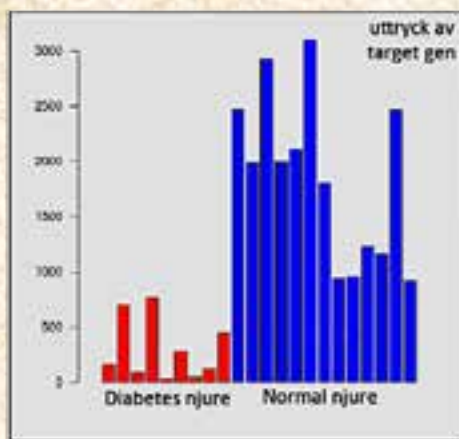
En grundläggande orsak till diabetesnefropati är att höga halter glukos i blodet skadar njurvävnad. Mekanismerna för hur celler i njuren skadas är mestadels okända. På grund av denna bristfälliga kunskap har man inte kunnat utveckla nya läkemedel för sjukdomen.

En viktig anledning till varför vi förstår sjukdomsmekanismerna för nefropati så dåligt, är att njuren är ett väldigt heterogent organ. Det finns ca 30 olika celltyper i en vuxen njure och nästa alla dessa påverkas vid diabetes. För att förstå hur individuella celltyper skadas, behöver man renodla olika celler från resten av njurvävnaden.

Njurens podocyterceller är viktiga för njurens filtrationsbarriär. Podocytskador leder till läckage av äggvita till urinen, s k albuminuria, som är det viktigaste tecknet på diabetesnefropati. Podocyterceller påminner om neuronala celler i hjärna: de är väldigt specialiserade, och de kan inte dela sig. När en podocytt är skadad och dör, kan den alltså inte ersättas. Man tror att ett minskat antal podocyter är orsaken till progredieringen av nefropati vid diabetes och många andra njursjukdomar. Det är därför en stor utmaning att hitta

cellodlings-modeller. Vi framkallar diabetisk skada i modellerna och undersöker om utvecklingen av diabetisk skada påverkas av att de molekylära förändringarna manipuleras.

Idag finns det en stor klyfta mellan upptäckter i grundforskning och utveckling av nya läkemedelsmolekyler. För att minska denna klyfta har AstraZeneca påbörjat nyligen ett samarbete med Karolinska Institutet och öppnat ett nytt forskningscenter, KI/



I patienter med DN ser vi att uttrycket av en gen går ner i njure (vänster). När vi knocker ut (inaktiverar) genen i ett djurmodell, utvecklar djuren liknande förändringar i njure som vi ser i patienter med DN (höger). Dessa resultat antyder att genen har en roll i utveckling av sjukdomen.]

vägar att skydda podocyter från skador vid olika sjukdomar.

Därför analyserar vi vilka förändringar som sker i podocytercellernas molekyler vid diabetes. Det gör vi genom att på olika sätt studera den molekylära profilen för renodlade podocyter från såväl patienter som från djurmodeller med diabetes. För dessa studier får vi vävnadsprover från njurbiopsier från patienter på Karolinska Universitetssjukhuset.

För att bekräfta att de molekylära förändringar vi kan identifiera i podocyterna har en roll i sjukdomsprocessen, analyserar vi dessa i olika djur- och

AZ Integrated Cardio Metabolic Center (ICMC). Vi har tagit vårt project till ICMC och hoppas att genom det nya samarbetet kan snabba på processen att ta våra upptäckter vidare från labbet till läkemedelsutveckling.



Jaakko Patrakka är ST-läkare i patologi vid Karolinska Universitetssjukhuset och enhetschef vid institutionen för medicinsk biokemi och biofysik, Karolinska Institutet.

Ordföranden har ordet...

Tänk vad tiden går, ännu en höst och ännu en Världsdiabetesdag är förbi. Jag vill passa på att tacka alla lokalföreningar runtom i landet för ert mycket fina arbete - inte bara 14 november utan under hela 2015!

Tack alla ni som på något sätt bidragit till Barndiabetesfonden under året och på så sätt vill hjälpa forskningen att lösa gåtan typ 1 diabetes! Tack också till vårt kansli för allt ni gör, ni är fantastiska.

Snart är 2015 slut och ett nytt år och nya utmaningar ligger framför oss. Vi

blir fler och fler medlemmar vilket vi är tacksamma över! Det är skönt att veta att många vill hjälpa till i kampen mot typ 1 diabetes. Ett tips är att ge bort ett medlemskap till någon i jul, eller varför inte ge en jul/nyårsgåva på Charity Storm där vi ha vår gemensamma insamling, Diabeteskampen?

Jag vill passa på att önska alla en riktigt God Jul och ett Gott Nytt År!

Jag vill passa på att önska alla en riktigt God Jul och ett Gott Nytt År!



Foto: Anna Järpe/Barndiabetesfonden

Pia Gustafsson, ordförande
Barndiabetesfondens Riksförening

12 403 kr till Barndiabetesfonden på årets Diabeteskalas

Lördagen den 14 november kom 150 gäster, barn med diabetes och deras familjer, till Diabeteskalaset på Scandic Alvik i Stockholm. Karin Mannerstål kom och gjorde medaljer med barnen, för visst förtjänar barn med diabetes och deras syskon en medalj? På kalaset diskuterade föräldrar med varandra om upplevelsen av barnets debut, det var godistillverkning av specialtillverkad mandelmassa, live-musik och fiskdamm.

Kalaset arrangerades av Diabetic Designed, som skänkte 10 % av kalasetts intäkter och resultatet av sin insamling till Barndiabetesfonden.

Överläkare Eva Örtqvist från Barndiabetesmottagningen på Astrid Lindgrens barnsjukhus i Solna representerade Barndiabetesfonden och tog emot en check 12 403 kr. Barndiabetesfonden hade även ett lotteri och vinnaren fick en gigantisk Jätte-Sticke. Lycklig vinnare blev Theo Haak, 9 år.

Marie Fahlin



Foto: Isak Fahlin



Foto: Isak Fahlin

Fråga Johnny

Vill du också
fråga Johnny?

Skriv ett mail till
Johnny.Ludvigsson@liu.se
så får du hjälp!

Hej!

Varför är vissa barn mer benägna
att få ketonförgiftning än andra?

Marie Pålsson
diabetesmamma, Husqvarna

Hej Marie

Tack för din fråga! Du har rätt i att vissa barn är mer benägna att få "ketonförgiftning" (= keto-acidos), som i svår form kan leda till diabeteskoma, livshotande som i värsta fall leder till döden. Det kan finnas flera förklaringar:

1. Så länge man har kvar viss egen förmåga att bilda insulin så minskar risken för keto-acidos väsentligt. Då uppstår nämligen inte den totala insulinbrist, som ju annars snabbt kan orsaka keto-acidos. Detta är ett av skälen till att det görs studier för att försöka rädda kvarvarande insulinsekretion.

2. Barn som använder insulinpump råkar enligt flera studier oftare ut för keto-acidos, därför att de inte har något långverkande insulin i kroppen

som skyddar dem om insulintillförseln avbryts. Det tar ju inte mer än 4-6 timmar förrän en avbruten pumpbehandling leder till total brist på insulin (om vederbörande inte har egen produktion) förrän ketonkropps bildningen blir uttalad.

3. För att bränna syror behövs kolhydrater. Äter barnet väldigt lite kolhydrater (vilket används som behandling vid vissa svåra former av epilepsi), som numera har blivit på modet vid sträng så kallad LCHF-kost, så ökar bildningen av ketonkroppar, och tendensen till keto-acidos ökar.

4. Missar man insulindoser så säger det sig självt att insulinbrist uppstår och det finns en risk att keto-acidos utvecklas. Detta kan ske snabbare vid samtidigt uttalad fysisk aktivitet då energi krävs och kroppen i brist på utnyttjbar glukos bryter ner fett ofullständigt vilket ger ketonkroppar. Missa insulindoser kan man ex göra med pump om man antingen glömmer, eller är alltför snabb när man ska ge dosen så att den aldrig går in, eller om det blir läckage, men man kan förstås lätt missa doser av helt andra skäl, ex

om man som tonåring inte tar sig tid, inte vill, eller glömmer, ex i anslutning till alkoholintag, etc. Under puberteten går det dessutom ibland åt väldigt mycket insulin, och ibland är insulindoserna i minsta laget redan när de tas korrekt – på gränsen till vad som krävs för att förhindra ketonkropps bildning. 5. Det finns en normalvariation, en läggning, som gör att övrig hormonbalans, inklusive feed-backsystem, varierar mellan individer. Således kan läggning (genetisk disposition) säkert också bidra till att vissa har lättare för att få keto-acidos än andra.

Oavsett orsak så är det oerhört viktigt att förhindra ketoacidos. Vid oklara symtom (ex vid infektion, maginfluensa, och givetvis vid symtom som illamående, ont i magen, kräkningar, djupandning... så bör man alltid kontrollera ketonemi och reagera. Hur man sen behandlar vid ketonemi är svaret på en annan fråga.

Vänliga hälsningar,
Johnny



SKICKA VALFRITT
BELOPP PÅ
SWISH NR
9000597



SKICKA EN GÅVA
VIA SMS PÅ
SMS NR
729 29

SMS:a HOPP
för att skicka 50 kr
SMS:a MOTA
för att skicka 100 kr
SMS:a BOTA
för att skicka 200 kr
SMS:a HJÄLTE
för att skicka 250 kr



Vi har bara en uppgift!

Det händer lite då och då att Barndiabetesfondens kansli får frågor om varför vi – dvs Barndiabetesfonden – inte gör olika saker. Varför arrangerar vi inte en TV-gala? Varför sysslar vi inte med lägerverksamhet? Varför går vi inte ut med större informationskampanjer? Och svaret, det enkla svaret, är egentligen bara detta: det är inte det vi är till för.

Barndiabetesfonden – stiftelsen Barndiabetesfonden – är en forskningsstiftelse, vars ändamål är att stödja forskning som syftar till att förebygga, lindra och bota diabetes hos barn och ungdomar. Det, och nödvändig administration för det, är det *enda* stiftelsens pengar får användas till.

står ovan. Att stiftelsens uppdrag är att stödja forskningen och inget annat.

Och det gör Barndiabetesfonden med den äran! Hittills har stiftelsen gått från forskningsanslag på totalt 250 000 kr vid första utlysningen 1990, till 7,3 miljoner i anslag och prispengar förra året – och årets anslag kommer att slå alla tidigare rekord! Totalt har Barndiabetesfonden bidragit med över 70 miljoner kronor till forskningen sedan starten 1989. *Vi har gjort skillnad!*

Med hjälp av stöd från Barndiabetesfonden har forskare kunnat arbeta på flera olika transplantationstekniker för att man ska kunna hitta sätt att ersätta förlorade betaceller så att insulinproduktionen ska kunna återställas. Barndiabetesfonden delfinansierar också flera forskningsprojekt som syf-

samt...”. Vetenskapen har inte nått hela vägen fram. Den är på god väg, men ju mer resurser forskningen kan få, desto snabbare kan man göra nya framsteg!

Så, varför arrangerar vi då inte en TV-gala, eller går ut med informationskampanjer åtminstone, så att vi kan dra in ännu mera pengar till forskningen? Ja, då är vi tillbaka där vi började; att arrangera och informera kostar pengar, och det kan Barndiabetesfonden inte använda sina pengar till.

Men. Samtidigt är det självklart så att stiftelsen behöver synas! Behovet av hjälp behöver göras tydligt för alla. Fler människor måste få upp ögonen för hur allvarlig denna sjukdom är, hur viktigt det är att forskningen får större resurser – och det är det Barndiabetesfondens Riksförening och Lokalföreningar finns till för! De som drivs av engagerade människor, eldsjälur med personlig erfarenhet; de som arbetar ideellt till förmån för Barndiabetesfonden för att samla in de medel som stiftelsen sedan kan dela ut till forskningen. De som tillsammans informerar, engagerar, entusiasmerar och initierar runt om i hela vårt land.

För i slutändan är det vad det kommer an på – den enskilda individens erfarenhet och insats. Din hjälp!

Vad Barndiabetesfonden kan göra för dig, är att ge så mycket pengar som möjligt till forskningen för att bekämpa diabetes hos barn och ungdomar.

Kan du göra något för Barndiabetesfonden?

Årets anslag kommer att slå alla tidigare rekord!

När stiftelsen bildades för nu snart 27 år sedan var det med ett uttryckligt fokus på diabetes hos barn och ungdomar. Det var där man upplevde att forskningen saknade mest resurser. Man ville skapa en fond som inte skulle riskera att försvagas av splittrade fokus över tid, som skulle kunna arbeta mot ett enda mål, att utrota diabetes hos barn och ungdomar, till dess att det målet är uppfyllt. Därför hårddrog man formuleringen i stadgarna, och ändamålet – det ändamål som sedan aldrig kan ändras för den här typen av stiftelse – formulerades som det

tar till att förstå såväl medicinska som sociala faktorer som kan påverka utvecklandet av typ 1 diabetes, i hopp om att bättre kunna förutse, diagnostisera och behandla – och i framtiden även förebygga – sjukdomen. Medel från Barndiabetesfonden har över tid anslagits för olika projekt som syftat till att förfina och förbättra behandlingsmetoderna för drabbade barn och ungdomar.

Men ”Det går så långsamt”, som Helena Bergström citerar sin sons läkare i filmen hon medverkar i till förmån för Barndiabetesfonden, ”det går så lång-



Foto: Anna Järpe/Barndiabetesfonden

Maria Faresjö tar emot Barndiabetesfondens Johnny Ludvigsson-pris till yngre barndiabetesforskare i Sverige vid Barndiabetesfondens 25-årsjubileum 2014.



Diabeteskampen

Insamlingsverksamheten till förmån för Barndiabetesfonden bedrivs inte minst genom Barndiabetesfondens Riksförening och dess Lokalföreningar, som arbetar för att sprida kunskap om sjukdomen och samla in pengar till forskningen.

Det finns idag många lovande projekt inom diabetesforskningen, men tillräckliga resurser saknas. Forskningen behöver hjälp för att nå ända fram!

Nu går Barndiabetesfondens Lokalföreningar ihop i en gemensam satsning – Diabeteskampen – med hjälp

av nätbaserade insamlingsverktyget Charity Storm. Här hittar ni Barndiabetesfondens Lokalföreningars egna insamlingar, som dock alla syftar till samma sak; att samla in pengar till forskningen.

Målet är att kampanjen totalt ska dra in åtminstone 500.000 kr till forskningen – ett mål som vi behöver din hjälp att uppnå! Gå in på <http://charitystorm.org/diabeteskampen-2015>, hitta din närmaste Lokalförening i listan till höger, och lämna ett bidrag. Det finns flera olika sätt att bidra, som

passar alla förutsättningar!

Sedan kan du hjälpa Diabeteskampen igen om du delar länken till kampanjen i dina sociala nätverk, så att fler kan hitta dit! Varje litet bidrag hjälper – varje litet bidrag för oss närmare gåtans lösning.

Hjälp Lokalföreningarna att sätta nya insamlingsrekord - då hjälper du också forskningen hitta svar på gåtan typ 1 diabetes!

Redaktionen



Foto: Anna Järpe/Barndiabetesfonden

Många bäckar små...

Johnny Ludvigsson-pristagare 2015

Varje år delar Barndiabetesfonden ut Johnny Ludvigssons Pris till en mycket framstående forskare i Norden, vars arbete har haft stor betydelse för forskningen kring diabetes hos barn och ungdomar. Den 16 oktober kungjordes att den danske läkaren och professorn Flemming Pociot har utsetts till mottagare av årets pris.

- Jag är mycket stolt över att få ta emot detta pris, det är en verkligt stor ära, säger professor Pociot till danska Diabetesforeningen och fortsätter med att glädjas åt pengarna som skall komma barn och unga med diabetes till nytta genom hans forskning framöver.

Pristagaren utses av Barndiabetesfondens Vetenskapliga råd tillsammans med tidigare års pristagare, och summan som delas ut är 250.000 svenska kronor. Pengarna är inte personliga, utan öronmärkta för framtida forskning.

Priskommitténs motivering understryker professor Pociots betydelse för vetenskapens förståelse för sjukdomen idag, och hans ledande arbete med såväl matematik, datautvinning och avancerad datorteknik, som med biobankar med vävnadsprover som kan användas till den framtida diabetesforskningens fördel.

”Genom sin forskning och akademiska karriär” avslutar priskommittén sin motivering, ”har professor Pociot etablerat sig som en central figur i flertalet internationella forskarnätverk kring diabetes, och som ett av de största namnen inom aktuell typ 1 diabetesforskning världen över.”

Barndiabetesfonden gratulerar professor Pociot varmt, och tackar Vetenskapliga rådet varmt för deras tid och insats!

Redaktionen



Foto: Anna Järpe/Barndiabetesfonden

Professor Flemming Pociot föreläser vid Barndiabetesfondens 25-årsjubileum i Linköping 2014.

Från ord till handling

Det är med stor glädje vi ser att allt fler bidrar till Barndiabetesfonden på olika sätt – genom försäljning av armband, smycken, fågelholkar, stickade mössor och hemmagjorda regnmätare där överskottet går till Barndiabetesfonden, såväl som genom privata insamlingar på jobbet, i skolan, bland grannarna och via nätet – allt ökar stort! Aldrig tidigare har Barndiabetesfonden fått säga TACK! till så många som har varit med och bidragit – och ja, vi vågar nog säga redan nu att 2015 blir ännu ett rekordår, trots att hela December återstår i skrivande stund.

Vetskapen om att ni finns där ute i landet, och att ni verkligen vill göra skillnad, skänker mig en sådan skön värme inombords! Låt oss nu med alla till buds stående medel hjälpas åt att sätta Barndiabetesfonden på Sverigekartan! Jag tar upp kampen mot diabetes hos barn och ungdom – gör du också det?

Jag och mina medarbetare på kansliet vill nu passa på att säga tack till er alla för vad ni bidragit med under året, och önskar er alla riktigt

*God Jul
och
Gott Nytt
År*

*Bertil M. Perttu
Kanslichef, medmänniska och kämpe*

Världsdiabetesdagen uppmärksammad i Linköping

Barndiabetesfondens Lokalförening Linköping genomförde ett välbesökt arrangemang på Huvudbiblioteket mitt i Linköping på Världsdiabetesdagen den 14 november i år.

Diabetesföreningen i Linköping var inbjuden att ha ett stånd, liksom FN-föreningen. Härtill fanns ett flertal företag på plats för att demonstrera sina produkter. Det var trängsel och fullt av folk som lärde sig om blodsockerbestämningsapparater, utbildningsprogram, insulinpumpar och sensorer. Det gavs möjlighet att få information om både typ 1 och om typ 2 diabetes vid stånden som Barndiabetesfondens lokalförening och Diabetesföreningen hade. Det fanns också lotterier, försäljning av Sticke, Barndiabetesfondens pins, julkort, brevmärken, och kaffe, thé eller saft med nybakade bullar eller

färskt hembakat bröd med ost.

Göran Gustavssons utställning med allt som har med insulininjektioner och blodsockerbestämning att göra, från ett halvt sekel bakåt till nutid, visar hur mycket som har gått framåt med att göra behandlingen smidigare, men tyvärr vet vi fortfarande inte vad typ 1 diabetes beror på, och kan varken förebygga eller bota sjukdomen. Om detta och mycket mer fick man höra i intilliggande föreläsningssal där föredrag hölls av seniorprofessorerna Hans Arnqvist och Johnny Ludvigsson, och dietist Magnus Edgren. Ett hundratal personer lyssnade intresserat och ställde många frågor.

Höjdpunkten var nog ändå avbrottet kl 15.00 då supertalangen, den 11-åriga sångerskan Juni Rugland, Kalmar, framförde sånger till gitarr

som hon spelade själv. Vilken röst! Fyllig, kraftfull, samtidigt så melodisk, så ung. Någon bredvid viskade i pausen mellan sångerna att håret reser sig på armarna! Man ryser av välbehag. Vad månne bliva av denna artist? Det var med viss tvekan efter denna fantastiska sång, som undertecknad ändå tog fram knappdragspelet och spelade några låtar – ”Idas sommarvisa”, ”Jag hade en gång en båt”... Alla deltog i allsång! Stämningen var hög!

Därefter fortsatte föredrag och utställningar fram till 17-tiden då var dagen slut och folk tågade hem. Evenemanget gav mersmak, ökad kunskap om diabetes – och stöd till Barndiabetesfonden!

Johnny Ludvigsson



Foto: Gudrun Hallerfelt

Senior professor Johnny Ludvigsson föreläste för intresserade deltagare



Foto: Gudrun Hallerfelt

11-åriga Juni Rugland stod för högt uppskattad underhållning.

Smakfullt stöd från ny ambassadör

Söder om Stockholm bor en man med sin sambo och två döttrar. För nästan två år sedan drabbades de – deras yngsta dotter diagnosticerades med typ 1 diabetes. Men denne man är inte bara pappa, han är en av världens främsta kockar också... Nu har han valt att ta officiell ställning i kampen mot diabetes. Björn Frantzén är ny ambassadör för Barndiabetesfonden.

Björn Frantzén är kock och driver flera restauranger i Stockholm – Restaurant Frantzén och The Flying Elk i gamla stan; Bobergs Matsal, Botanique, Gaston och Nordiska Kantinen på plan 4 på NK. Han är internationellt erkänd som en av världens bästa kockar; hans Restaurant Frantzén har två stjärnor i Guide Michelin och rankas som en av de 50 bästa restaurangerna i världen.

Men barndiabetes slår till utan särskiljning, och för knappt två år sedan drabbades Björns yngsta dotter.

– Under dessa två år har jag och min familj fått ta del av det fantastiska arbete som organisationen gör med ganska små medel, säger Björn om Barndiabetesfonden.

– Vad jag vet får organisationen inga statliga medel, därför vill jag göra vad jag kan för att bidra.

Så Björn valde att ställa upp som Ambassadör för Barndiabetesfonden, och inledde med att anordna en välgörenhetsmiddag på Restaurant Frantzén. Han bjöd in några av världens mest namnkunniga kockar, och ett begränsat antal särskilt utvalda gäster erbjöds att köpa kuvert till en middag som lovade att bli ett minne för livet.

– Inför den här kvällen var det mitt mål att samla några av den kulinariska världens absolut främsta auktoriteter och entreprenörer. Jag är hedrad att samtliga utvalda kockar har accepterat min inbjudan, sade Björn i samband med en pressrelease.

Middagen hölls i början av oktober, och blev en mycket uppskattad och lyckad tillställning. Priset per stol och kuvert var 10.000 kr, och varje stol blev såld.

– Det känns fantastiskt, säger Björn till Barndiabetesfonden.

– Förhoppningsvis har vi möjlighet att göra en tradition av detta.

Hur ser du på ambassadörskapet och den roll en välgörenhetsambassadör kan spela?

– Jag vill påstå att min och andra ambassadörers största uppgift är att synliggöra organisationen och berätta vad det faktiskt innebär att leva med sjukdomen. Det handlar om så mycket



Foto: vdKG design

Välgörande kockar, fr v: Thomas Bühner från Restaurant La Vie, Andreas Caminada från Schloss Schauenstein, Gert De Mangeleer från Restaurant Hertog Jan, Tom Aikens från Tom's Kitchen, Mikael Jönsson från Hedone, Björn Frantzén från Restaurant Frantzén, och Sang Hoon Degeimbre från Lair du Temps.

mer än insulinsprutor, inte bara för barnet, utan hela familjen.

– Jag ställer mig ödmjuk inför uppgiften, den är stor.

Barndiabetesfonden å sin sida står alltid ödmjuk inför det osjälviska engagemang som Björn och så många andra bidragsgivare och frivilliga ställer upp med dagligen – allt för barnens bästa!

Redaktionen

Foto: Tobias Björkgren



Björn Frantzén – restaurangägare, Ambassadör för Barndiabetesfonden, och pappa.

Vad händer om man kombinerar marknadens mest användarvänliga insulinpump¹ med det bästa CGM*-systemet?^{2,3}

**Animas® Vibe™
med Dexcom
G4® Platinum**

**Du får trygghet och en
diabetesbehandling
i världsklass^{2,3}**



rubinmedical.se

* Kontinuerlig glukosmätning
1. Barnard et al. J Diabetes Sci Technol March 2015 9: 231-236.
2. Matuleviciene et al. Diabetes Technology & Therapeutics 16(11): 759-767, 2014.
3. Damiano et al. Journal of Diabetes Science and Technology, OnlineFirst published April 21, 2014.

Rubin
medical

Glädje i Jönköping!

I Jönköping uppmärksammades Världsdabetesdagen genom en stor informationssatsning på A6 köpcen-ter, som pågick hela helgen.

Vi hade ett stort bord full med vinster till tre olika lotterier, samt ett smyckesträd fullt med armband som såldes till förmån för Barndiabetes-fonden. Detta drog till sig stor upp-märksamhet och unga som gamla kom och köpte både lotter och arm-band. Flera familjer kom långväga ifrån bara för att få träffa oss och prata av sig lite samt för att skänka pengar. Ville man så kunde man även måla luggen blå för att visa sitt stöd. Det har blivit vår grej här i Jönköping och det är roligt att det är så många som vill måla sina luggar!

Flera av våra barn och ungdomar stod också med insamlingsbössor, och det kom fram flera ungdomar som har typ 1 diabetes, och som vi hoppas och tror att vi lyckades fånga upp som nya medlemmar i föreningen. Roligt med så blandade åldrar bland oss aktiva!

Vi vill också passa på att rikta ett stort tack till alla företag som skänkt fina priser till lotteriet. Det var fina högvinster men gladast blev nog pappan till den här tjejen som vann en ishockeytröja från HV71.

Marie Pålsson



Foto: Marie Pålsson

*Så här glad blir man om man vinner
högsta vinsten i lotteriet.*

Full fart på Stellas lekland i Skövde

Barndiabetesfondens Lokalförening Skaraborg inledde hösten med en familjeträff på Stellas lekland i Skövde i september – en aktivitet för att svetsa samman gruppen för nya stordåd och massor av insamlade pengar!

Familjeträffen möjliggjordes av sponsring av Stellas lekland. Bland barnen var det enbart glada miner och tempot var högt i klätterställningar, rutschkanor och bollhav! Så högt att ingen behövde oroa sig för höga blodsockervärden, utan tvärtom behövdes



En glad skara samlades på Stellas lekland i Skövde!

Foto: Thomas Andersson

det fyllas på med alla möjliga sötsaker för att hålla känningarna borta.

För föräldrarna gav det möjlighet att sitta ned och umgås, samt prata om vad vi kan göra framöver i föreningen.

Styrelsen i Barndiabetesfondens Lokalförening Skaraborg sänder ett varmt tack till Stellas lekland i Skövde för att de möjliggjorde familjeträffen!

*Thomas Andersson, Ordförande
Barndiabetesfondens Lokalförening
Skaraborg*

Världsdiabetesdagen i Skåne – vår hälsa, vår framtid!

Barndiabetesfondens Lokalförening Skåne anordnade tillsammans med Mellanskånes Diabetesförening ett event på Medborgarhuset i Eslöv för att uppmärksamma Världsdiabetesdagen. Mer än 800 besökare i alla åldrar fick ta del av en fullspäckad dag med föreläsningar, underhållning, utställare och inte minst möjlighet att träffa andra i liknande situation.

Eslövs kommunalråd Johan Andersson invigde dagen tillsammans med Barndiabetesfondens Lokalförening Skånes ordförande Sara Malmström och Mellanskånes diabetesförenings ordförande Stig-Åke Grönvall, dansare från Attitude 69 bjöd även på ett fartfyllt inledningsnummer. Dagens konferansier var Lars Linder som presenterade följande föreläsningar/föreläsare:

Från Valp till Diabeteshund

/Malin Nyman

Det som utlöser typ 1 diabetes kan vara nyckeln till framtida bot

/Åke Lernmark, professor, Lunds Universitet, Skånes Universitetssjukhus, Malmö

Träning och diabetes typ 1 - att bryta mentala och fysiska gränser

/Josefin Palmén

DIS - Diabetes i skolan, ett lotteri/ Annelie Carlsson, överläkare, docent, Skånes Universitetssjukhus, Lund, Stig Mattsson, dietist, Örebro universitet, Malin Nyman

Modern diabetesbehandling - ny teknik, nya läkemedel och gamla sanningar/ Magnus Löndahl, överläkare, VE Endokrinologi, Skånes Universitetssjukhus.

Vi i Lokalföreningen valde att dela ut en Jätte-Sticke under dagen till två vardagshjältar. Med fina ord lämnade vår kassör Ellen Skoog över den till Tim och Emy Malmström. När Tim fick en svår hypoglykemi med kramper ringde lillasyster 112.

I Medborgarhusets anrika lokaler fanns det inte mindre än 32 utställare/företag på plats som visade det senaste inom diabetes, diabeteshjälpmiddel, diabetesvård och annat som har anknytning till diabetes. Barn och ungdomsrum med olika aktiviteter och pyssel samt ett uppskattat inslag med trollerikul och ballongtrix med Mr Flux.

Med ett stort lotteri, försäljning på vårt bord i Barndiabetesfondens

Lokalförening Skåne, armbands- och ljusförsäljning samt frivillig entré av besökarna och avgift från utställarna så hoppas vi på en rejäl slant till Barndiabetesfonden.

Med andra ord en mycket lyckad och givande dag som genomsyrades av en fantastiskt positiv anda!

*Barndiabetesfondens
Lokalförening Skåne*



Foto: Magnus Malmström

Unga begåvningar gav välgörande konsert

Lördagen den 17 oktober hölls Unga Begåvningars årliga konsert i Hedvigs kyrka i Norrköping. Det är en konsert som arrangeras av föreningen Unga Begåvningar, vilken i sin tur utgörs av Norrköpings Tidningar, Lions och Barndiabetesfonden. Intäkterna från konserten fördelas mellan Barndiabetesfonden och en stipendiefond för unga musiker inom Norrköpings Tidningars spridningsområde.

Under konserten varvades framträdanden med korta intervjuer, något som skapade en nära och trevlig atmosfär i kyrkan, där elva stycken redan rutinerade unga artister framträdde för en fullsatt lokal. Publiken fick också ta del

av en film om hur det är att drabbas av typ 1 diabetes, barndiabetes, och Barndiabetesfonden vill som förmånstagare tacka för all den hjälp som arrangörer och sponsorer åstadkommer i och med detta välklingande arrangemang!

Fyra unga begåvningar fick också ta emot blommor, diplom och stipendium som delades ut av föreningens ordförande, Ulf Svensson. Tre av dessa hade deltagit i konserten – Albin Fellebro, gitarr; Victoria Lindström, violin; och Victoria Sandström, piano – medan den fjärde – Linnéa Källström, sång – inte uppträdde denna kväll.

Redaktionen



Foto: Leif Hallberg

*En av årets stipendiater,
Victoria Lindström, violin.*





Ge 8000 barn en julklapp!

Varje dag får två barn i Sverige
en livstidsdom.

Hjälp oss att ge dem hopp!

Stöd kampen mot typ 1 diabetes:

Pg 90 00 59-7

Ge din julgåva på

www.barndiabetesfonden.se



Stress i barndomen och risken för typ 1 diabetes

Varför barn utvecklar typ 1 diabetes är fortfarande okänt, men både gener och miljö verkar spela roll. En av flera olika miljöfaktorer som skulle kunna ha betydelse är stress, eftersom stresshormoner kan påverka både känsligheten för, och behovet av, insulin. Maria Nygren är en forskare som med hjälp av medel från Barndiabetesfonden har studerat kopplingar mellan stress och hälsa hos barn.

Tidigare har sambandet mellan stress och typ 1 diabetes bara studerats i retrospektiva studier, där man efter att barnen insjuknat i diabetes frågat om deras stress-upplevelser innan diagnosen. Alla Barn i sydöstra Sverige (ABIS) är den första studien som undersöker sambandet i en prospektiv studie, d.v.s. att vi har frågat om stress hos barnen och inom familjen innan några av barnen har fått sin diabetesdiagnos.

ABIS följer barn födda i sydöstra Sverige från 1 okt 1997 till 31 sep 1999. Information om familjernas levnadsförhållanden, upplevd stress, matvanor med mera, har samlats in genom frågeformulär vid flera tillfällen. Totalt har föräldrar till drygt 16000 barn svarat på minst ett frågeformulär. Eftersom barnen är små och inte själva kan svara på frågeformulär så frågar vi om upplevd stress hos föräldrarna, samt att föräldrarna får rapportera vilka svåra livshändelser som barnet varit med om.

Resultaten visar att vissa aspekter

av stress hos föräldrarna som upplevts mellan barnet var 1 och 12 år är kopplade till barnens psykiska hälsa i 12-14 års ålder. De aspekter vi hittar samband för är stress i föräldrarollen, nivån av oro för barnet, hur stort socialt stöd föräldrarna har och hur nöjda de känner sig med det. Vi ser dessa samband som ett argument för att stress hos föräldrarna påverkar barnens upplevelser av stress. Vi hittar däremot inget samband mellan stress hos föräldrarna och högre risk för typ 1 diabetes, men vi kan inte heller utesluta att ett litet samband skulle kunna existera.

Vi undersökte också sambanden mellan exponeringen av svåra livshändelser och risken för att insjukna i typ 1 diabetes innan 14 års ålder. Resultaten visar att de barn som upplevt en svår livshändelse under barndomen har en större risk för att sedan insjukna i diabetes jämfört med de som inte upplevt en sådan händelse. Svåra livshändelser är händelser som t.ex. dödsfall och allvarlig sjukdom i familjen, skilsmässa/separation, konflikter mellan vuxna i hemmet, nya barn eller vuxna i familjen. Ca 30 % av barnen i vår analys hade upplevt någon sådan typ av svår livshändelse, men vi vet att det är en underskattning och egentligen tror vi att det är runt 56 % i ABIS som upplevt en sådan svår livshändelse innan 14 års ålder.

De här resultaten ger oss anledning att tro att stress, till följd av en svår livshändelse, på något sätt påverkar

den autoimmuna processen i kroppen som så småningom leder fram till en typ 1 diabetes-diagnos. Med vetskap om detta hoppas vi att såväl föräldrar som vårdinstanser skall kunna vara bättre rustade för att bemöta stressfyllda situationer och hantera dem på ett konstruktivt sätt. Det ska inte ses som en anledning för föräldrar att oroa sig ännu mer efter en skilsmässa, allvarlig sjukdom eller annan svår livshändelse. Stressande händelser är en del av livet och barn behöver lära sig att hantera även dem, så det bästa en förälder kan göra är istället att finnas där som stöd och trygghet.

I tolkning av resultaten är det också viktigt att komma ihåg att risken för att få typ 1 diabetes fortfarande är mycket liten (bara 5 av 1000 barn i ABIS har typ 1 diabetes vid 14 års ålder) och de allra flesta av oss upplever svåra livshändelser under barndomen utan att senare få diabetes.



Dr. Maria Nygren disputerade i somras med denna forskning vid institutionen för klinisk och experimentell medicin, avdelningen för kliniska vetenskaper, Linköpings universitet.

Östgötamaran, en blivande klassiker!

Det finns många olika maratonlopp, men maran mellan Linköping och Norrköping är unik. Att få springa mellan två av Sveriges större städer, genom vackert böljande landskap, över Göta Kanal, för att slutligen gå i mål på Nya Parkens stadion i Norrköping – arenan för årets allsvenska guldlag i fotboll – är stort!

Premiärloppet september 2015 hade inte vädrets makter på sin sida, men stämningen var ändå hög. Män och kvinnor dansade och värmdes upp. Nina Svenman vid Linköpings universitet var eldsjelen, initiativtagare, motor, drivande, med Barndiabetesfondens Lokalförening Linköping medverkande på ett hörn. Jag fick tala om diabetes både vid tidigt sponsormöte och sen

vid start och mål, och Barndiabetesfonden syntes på hemsida och i reklam; en viktig del vid sidan av ren inkomst.

Nina Svenman är värd ett stort TACK och vi ser fram emot kommande års samarbete. Det finns bara en tänkbar utveckling: Östgötamaran kommer att växa och efterhand bli en svensk klassiker! Och så länge inte diabetes hos barn är utraderat så behövs Barndiabetesfonden! Låt oss kämpa lika tappert som maratonlöparna för att stärka forskningen, då blir det resultat – och vi går också i Mål!

*Johnny Ludvigsson,
Ordförande Barndiabetesfondens
Lokalförening Linköping*



Foto: Mikael Grip/Magasin Spring



Har du koll på alla vägval kring molntjänster och Windows 10?

Allt fler företag nyttjar molntjänster och vill använda Windows 10. Coligo är med sin erfarenhet den bästa strategiska rådgivaren när det gäller vägval inom Office 365, Azure och Windows 10. Coligo är ett bolag som står för erfarenhet, trygghet och framtid.

–Flertalet av svenska små och medelstora företag har redan flyttat sina mailtjänster till molnet. Nu är de på väg att ta nästa steg, vilket kommer att ge konkurrensfördelar. Men det gäller att få rätt råd på vägen och i rätt tid. Vi har en stark plattform med kompetens och erfarenhet. Vi vill hjälpa kunder som vill vara i nuet att bli redo för framtiden. Förändringstakten kommer aldrig att vara så här långsam igen och den kommer att fortsätta att öka hela tiden. Om du inte har startat din resa mot molntjänster som Office365, så gör det nu, säger Johan Dygve, vd i Coligo AB.

COLIGO

Coligo utvecklar och optimerar Microsoft infrastruktur utifrån verksamheternas behov och förutsättningar. Företaget anpassar sig efter trender och efterfrågan från kunderna för att effektivisera och utveckla deras IT-miljö och verksamhet. Säkerhet, långsiktighet och användarperspektivet är en naturlig del i varje tjänsteområde.

Branschfokus: Bank, finans, myndigheter.

Antal kunder: 45 (år 2015).

Kundernas storlek: Allt från 200 till 110.000

- Framtidssäkra ditt bolag med Coligo - www.coligo.se

Hej igen!

Jag heter Sandra Åstrand och jag är 18 år. Jag gillar att segla, åka skidor, shoppa och spela instrument. Den här gången ska jag berätta om stress, hur det påverkar och hur man kan hantera det.



Stress är något som alla har känt, vissa blir stressade ofta och andra mer sällan. Alla blir lika påverkade men alla har olika "biverkningar" och olika sätt att hantera stressen. Själv blir jag lätt stressad och då är det väldigt viktigt att man vet hur man ska hantera det. Jag menar, att vara stressad är ju inte ett dugg kul, humörsvängningarna som uppstår, koncentrationsförmågan försämras, det blir väldigt svårt att ta rätt beslut och som diabetiker påverkar stress även blodsockret.

Humörsvängningar är inte kul för någon, inte för personen själv och definitivt inte för andra. Visst får man vara ledsen och sur men när humöret verkligen hoppar upp och ner blir det jobbigt för en själv, man blir trött och tillslut bara besviken på sig själv. Som jag nämnde tidigare påverkar det såklart andra människor i ens närhet och det är ju just dessa personer man vill ska må som bäst. Hur ska man hantera detta? Mina förslag är att man försöker ta det lugnt, andas och ibland gå ifrån för att vara ensam någon minut. Detta brukar i alla fall fungera för mig.

När man är stressad brukar ens tankar bara snurra i huvudet och försämma koncentrationsförmågan. Som alla förstår kan detta påverka ens prestation på jobb som i skolan. Självklart leder det till att slutresultatet på ens arbete inte blir lika bra som det kunde ha varit och även här blir man besviken. Tips för att förhindra eller bara göra situationen bättre är att slappna av och försöka fokusera på det viktigaste. Stänga ute alla "onödiga" tankar är det bästa man kan göra i det här läget. Detta gäller även för att försöka ta rätt beslut, rensa tankarna för att se klart.

En biverkning av detta är att blodsockret påverkas. Det är ju väldigt individuellt, hos en del påverkas blodsockret väldigt mycket av humöret

» En biverkning av detta är att blodsockret påverkas

och hos andra rör det sig varken upp eller ner. Det är därför det är viktigt att veta vilken typ av människa man är så man är beredd på att blodsockret kan bete sig annorlunda. Visst kan tanken på blodsockret också bidra till att man stressar ännu mer, men det är mer värt att må bra än att få alla rätt på ett prov. Dessutom när man väl vet hur man ska hantera stressen behöver man inte lägga lika mycket tanke på pressen att ha ett perfekt blodsocker, eftersom man inte kommer känna sig lika pressad.

Ett annat sätt att bli av med stress är att försöka lista ut källan till att man faktiskt känner sig pressad. På detta sätt är det enklare att hitta ett bra och effektivt sätt att lösa problemet. Oftast uppstår stress att man övertänker på uppgifter/ händelser eller krav från andra människor, men den största faktorn är kraven man har på sig själv. Man kan inte vara bäst på allt hela tiden, det kan ingen och det är ingen som kommer

klaga om man missar eller glömmer något någon gång i livet. Klart man vill göra så gott ifrån sig som möjligt men man måste även lära sig att prioritera för att man själv ska må bra.

Mina tips på hur man ska göra för att hantera sin stress så bra som möjligt (som i alla fall fungerar för mig) är att ta det lugnt, andas, gå iväg och va för dig själv om det behövs. Kolla även blodsockret så det ligger bra till eller så du hinner fixa till det i tid innan det händer något. Sätt perspektiv på saker och ting, prioritera vad du tycker är viktigast och försök tänka klart. Det kommer få dig att må mycket bättre, både kort- och långsiktigt. Att må bra är nyckeln till allt.

Det var allt för den här gången.

Hej då!

Vi ses i nästa nummer!



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
eller i vår butik på 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



Var ute i god tid!

Barndiabetesfondens julkort kommer i förpackningar om 8 st kort med olika motiv och kostar 40 kr/förp.

Nu ska vi tömma lagret och ger mängdrabatt!

Vid köp av 3 förpackningar betalar du endast 100 kr för alla tre.

Vid köp av 6 förpackningar betalar du bara 150 kr för alla sex!

Porto tillkommer.

Beställ julkorten från kansliet på telefon 013-10 56 90, per e-post till kansli@barndiabetesfonden.se eller via vår hemsida www.barndiabetesfonden.se/Butik

																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				</
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----

Lösning korsordet Sticket nr 3, 2015

Rätt tävlingsord från korsordet i förra numret av Sticket var IGLKOTTEN STICKE och GOSEDJUR SOM VILL BLI KRAMAD

Vinnarna blev:

Mellansticke: Margareta Rostedt i Jönköping

Barndiabetesfondens pin: Christina Widepalm, Sjötorp; Ingvar Elfving, Brunflo; Ingalill Örnevik, Tibro; Fanny Andersson, Piteå; Elisabet Mörnhed, Gualöv.

Ett varmt grattis till alla vinnarna – och ett stort tack till alla som deltog och skickade in svar!

Kassören rapporterar

Denna period omfattar tiden
2015-09-01 till 2015-10-31

Högtidsdagar, födelsedagar och bröllop	56 501:-
Insamlingar, bössor mm	175 127:-
Autogiro	154 380:-
Bidrag från privatpersoner	93 752:-
Till minne av	102 670:-
Kyrkliga aktiviteter	1 523:-
Testamenten	1 165 132:-
Bidrag från LION-klubbar	79 000:-
Bidrag från föreningar	73 100:-
Bidrag från företag	162 405:-
Team tappra barn	3 205:-
Lokalföreningar	76 850:-
Swish	35 855:-
SMS gåva	19 300:-
Röda Fjädern	2 615 466:-

Magnus Johanssons Dag
för Tappra Barn
God Handling
Charity Storm/Inspons
Hjälte
Ladies Circle

Totalt 2015-09-01 - 10-31
4 929 509:-



Bidrag från Barndiabetes-
fondens Lokalföreningar

BDFs Lokalförening Dalarna	28 053:-
BDFs Lokalförening Linköping	20 000:-
BDFs Lokalförening Skåne	16 317:-
BDFs Lokalförening Uppsala	9 550:-
BDFs Lokalförening Norrköping	2 900:-

Välkommen till oss!

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



013-35 55 50

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

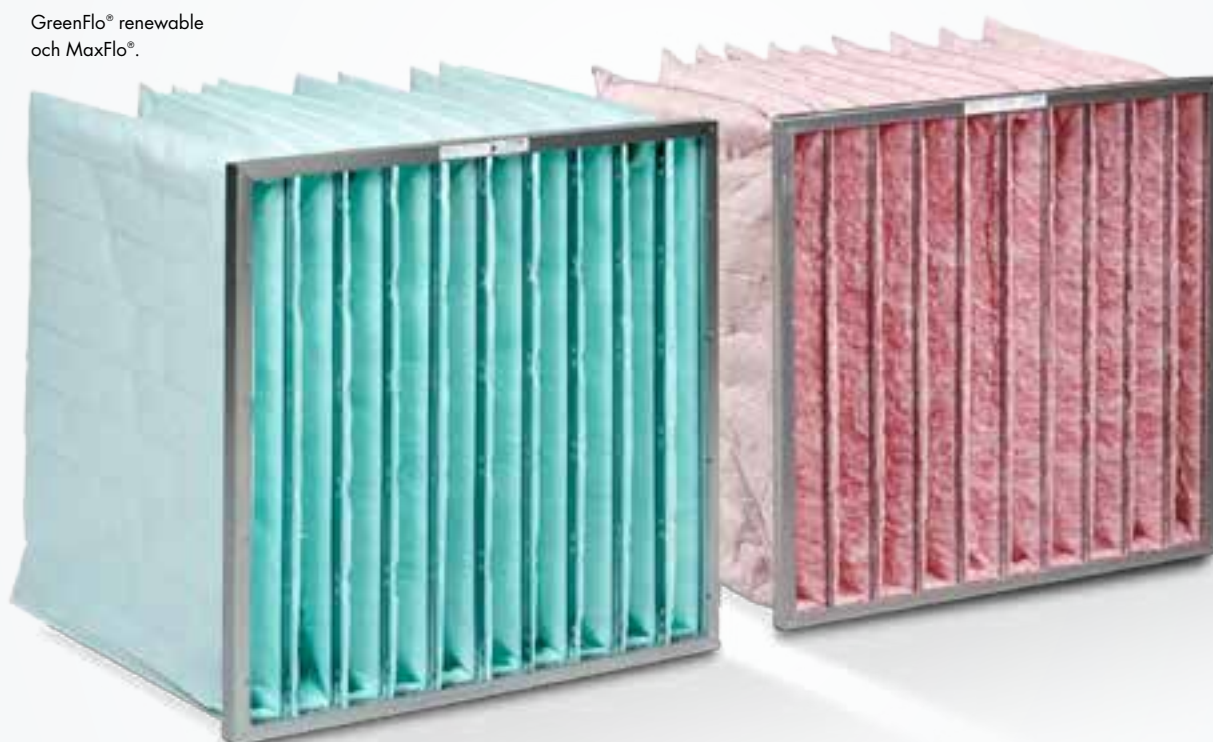


FÖR EN BÄTTRE FRAMTID!

Som utvecklare och tillverkare av filter i miljövänliga och förnyelsebara plastfibrer, utvunna ur stärkelse från växtriket, är vår målsättning att skapa en bättre miljö.

Som bidragsgivare till **BARNDIABETESFONDEN** vill vi bidra med medel till forskningen kring barndiabetes med målsättning att ge de barn och ungdomar som drabbas en bättre framtid.

GreenFlo® renewable
och MaxFlo®.



Tel: 0143-125 80. www.dinair.se

Recept

Müsli med kanel

1 sats

Att hitta en färdig müsli som är både god och nyttig är inte det lättaste. Ett tips är att köpa en så bra blandning som möjligt och sedan rosta den i ugnen med lite kryddor. En sats räcker till cirka 10 portioner.

1 påse färdigblandad müsli,
t ex Ica:s ekologiska 750 g
200 g valnötter eller andra nötter
½ msk malen kardemumma
1 msk malen kanel
1 dl vatten
½ dl rapsolja
3 msk flytande honung
2 dl russin

Gör såhär:

1. Sätt ugnen på 200 °C.
2. Häll müslin i en långpanna. Hacka valnötterna grovt. Blanda ner valnötter och kryddor.
3. Tillsätt vatten och olja och rör om. Sprid ut blandningen jämnt över plåten och ringla lite honung över.
4. Rosta müslin i ugnen i cirka 25 minuter. Rör om flera gånger så att det inte bränns.
5. Låt kallna och tillsätt russinen.
6. Förvara müslin i en glasburk med tätslutande lock.



Laxgryta med sockerärter

4 portioner

Lättlagad rätt som är klar på 10 minuter.

Ingredienser

600 g laxfilé
salt och svartpeppar
1 msk smör
1 msk rapsolja
2 dl grädde
1 dl vatten
1 fiskbuljongtärning
½ grön squash
150 g sockerärter
1 msk klippt gräslök

Gör såhär:

1. Skär laxen i stora kuber. Strö på salt och peppar.
2. Hetta upp en stekpanna med smör och olja och stek laxbitarna runt om i cirka 5 minuter.
3. Tillsätt grädde, vatten och buljongtärningen.
4. Skiva squashen och lägg ner i stekpannan. Låt koka ihop i 5 minuter.
5. Tillsätt sockerärter och gräslök.

Smaka av med salt och peppar.



Kostrådgivare Ulrika Davidsson

Barndiabetesfondens samarbetspartners



Ekoxen, LINKÖPING
BY CHOICE HOTELS

Samarbetspartner
sedan 2008



Lions har varit fondens
samarbetspartner sedan
1989 och är en av fondens
större bidrags-givare. Innehär
en ordinarie styrelseplats
i fonden



Samarbetspartner
sedan 2006

Handelsbanken

Samarbetspartner
sedan 2007.
Förvaltar och hanterar
fondens kapital



Samarbetspartner
sedan 2007.
Ställer upp för fonden
i många publika
sammanhang



Samarbetspartner
från 2009



Robur

Samarbetspartner
från 2010



Tel: 0143-125 80. www.dinair.se

Samarbetspartner
från 2011



Samarbetspartner
från 2009



Samarbetspartner
från 2010



Samarbetspartner
från 2009



Samarbetspartner
från 2010



Samarbetspartner
från 2011



Samarbetspartner
från 2015



Stöd kampen mot barndiabetes!
Pg 90 00 59-7



Jag vill bli medlem i Barndiabetesfondens Riksförening

☐ Enskild person	200 kr/år	Namn (vuxen):	
☐ Familj	350 kr/år	Adress:	
☐ Organisation/företag	1000 kr/år	Postnr:	
OBS! att medlemskap måste stå i myndig persons namn!		Telefon:	
Födelsedata		Mobil:	
		E-post:	

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 | kansli@barndiabetesfonden.se | Bankgiro: 900-0597