



Januar 2023

NYHEDSBREV 1. KVARTAL 2023

Velkommen til et nyt og spændende år med PFFL.

I december afholdt vi **Generalforsamling** over zoom.

2022 har været et godt år for foreningen, hvilket fremgik af formandens og kassererens beretning. Referatet er vedhæftet dette nyhedsbrev.

I sidste kvartal afholdt vi **Foredraget for Pårørende i Holstebro**, med stor deltagelse & succes.

Formanden og næstformand var på **Instagram-kursus** – vi minder i den forbindelse om at I medlemmer kan hjælpe med at holde vores **instagram-side** levende: læg opslag op med **#MitlivMedFL** og **#MinPFFL**.

Instagram-kontoen hedder “ p_f_f_l ”.

I forbindelse med opstarten af Patientskole på Sygehus Sønderborg var PFFLs formand Lone i **Radio P4**. I kan læse meget mere om det nye tilbud på følgende link:

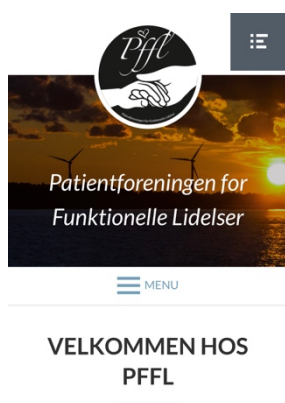
<https://www.sundhed.dk/borger/guides/sundhedstilbud/region-syddanmark/hospitaler/patientskoler/shs-patientskole-for-funktionelle-lidelser/>

Vi er i gang med en **evaluering af PFFL Cafe' Møder**, den pågår stadig, som I medlemmer vil opleve. Når alle svarene er indkommet, vil vi bruge det til at gøre møderne bedre, og måske ændre mindre ting i konceptet. Følg med på Facebook-siden, vi er glade for alle jeres svar. Nogle grupper ”går i dvale” og kan genopstå ved nyt behov, andre vokser, og atter andre oprettes i nye byer.

Der er kommet nye psykomotorisketerapeuter/traumeterapeuter til **behandlerlisten**, så hele landet er bedre dækket ind med denne vigtige behandlergruppe (se Facebook-opslag 11/11-22 og 3/1-23), dog er Fyn og Lolland-Falster stadig hvide pletter på landkortet.

Hvad er der så på vej?

Vi forsøger at skaffe fondsmidler til aktiviteter for **unge med FL**, lykkes det vil vi opstarte det fra 3. kvartal 2023. Vi krydser fingre for at vi er interessante nok for fondene, da unge med FL er en voksende gruppe.



Vores **hjemmeside** PFFL.dk får snart en make-over, så den bliver up-to-date og nemmere at finde rundt i. Det er et stort og nødvendigt arbejde, som Formand og It-ansvarlig vil lægge sig i selen for at få afsluttet i 1. kvartal.

Vi håber at mange allerede nu vil gå på opdagelse på hjemmesiden, som er en guldgrube af ressourcer, vi vil nævne nogle stykker hér som teaser:

På hjemmesiden er der under fanen

"Patienter og Pårørende" links til hjemmesiderne for behandlingscentre i alle regioner. **Centrene på Aalborg, Aarhus og Frederiksberg** har under fanerne

"Patienter og pårørende", "Hjælp til Selvhjælp" og "Til patienter" masser af gode øvelser i form af videoer og lydfiler med alt fra accept og kropsscanning til stræk- og vejrtrækning.

På medlemsportalen (log-in-kodeord P2F0F2L2) er der små faglige artikler, boganmeldelser, patienthistorier og ikke mindst hvordan du indløser rabatterne hos behandlerne og PFFL's helt egen selvhjælpspakke med videoer og øvelser.

Til slut vil vi endnu engang minde om **den nye mailadresse** kontakt.pffl@gmail.com Den gamle adresse lukker vi snart. Skal du have formanden i tale, herunder alt om cafemøder er det info.pffl@gmail.com , alt andet er på kontaktemailen.

Rådgivning og telefontider

Husk vores telefontider! Vi sidder klar både tirsdag og torsdag for at lytte, yde rådgivning og snakke om muligheder for din fremtid. Vi har altid tid til dig.

Tirsdag fra kl.9.30-10.30 der får du Lone i røret

Vi glæder os til 2023

Med venlig hilsen
Bestyrelsen bag PFFL
Formand, **Lone M. Jensen**
Patientforeningen For Funktionelle Lidelser

