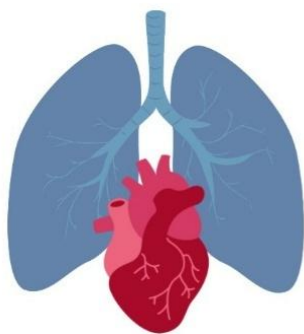




Hjemmeside:

lokal.hjertereforeningen.dk/transplantationsklubben

Facebook: Hjertereforeningen Hjerter- og
Lungetransplantationsklubben

[Se kalender for kommende aktiviteter](#)

NOVA VITA

Elektronisk Nyhedsbrev Nr. 3 oktober 2026

Indhold:

<u>Forord</u>	<u>Side 2</u>
<u>Årsmøde 2026</u>	<u>Side 4</u>
<u>Julearrangement i Nyvang</u>	<u>Side 10</u>
<u>Generalforsamling 2027</u>	<u>Side 12</u>
<u>Mindeord</u>	<u>Side 13</u>
<u>Nyt fra bestyrelsen</u>	<u>Side 14</u>

Forord

Kære medlemmer!

Det nyligt afholdte årsmøde er i mine øjne altid et af de store højdepunkter for klubben i løbet af året. At gense så mange af jer og at få lov at møde flere nye medlemmer, betyder virkelig meget for mig.

Det giver hver gang en ny chance for virkelig at opleve, hvem vi er som transplantationsklub og hvor meget, vi har glæde af at være i hinandens selskab.

I samtalerne under weekenden finder jeg fornyet motivation til arbejdet i bestyrelsen og inspiration til mulige kommende events og oplevelser.

Derfor vil jeg gerne sige tusind tak til alle jer, som har haft mulighed for at deltage i årsmøde i Glostrup og på den måde være med til at holde vores klub i gang!

Tusind tak vil jeg også gerne sige til hele bestyrelsen for deres indsats både før og under årsmødet!

Selvfølgelig sætter jeg lige så stor pris på den opbakning, I viser os i løbet af året, både ved at deltage i vores øvrige arrangementer og ved at tilkendegive jeres holdninger, ønsker og ideer på forskellig vis. Så hvis I ikke havde mulighed for at deltage i årsmødet i år, så kommer der også i fremtiden mange gode muligheder for at samles og genses ved forskellige arrangementer.

Det kommende julearrangement i november og næste års generalforsamling i starten af marts er de næste oplagte muligheder for at mødes. I kan læse mere om det i denne udgave af Nova Vita.

Jeg ser frem til at møde jer og til at se jer igen!

Mange hilsener
På vegne af bestyrelsen
Kathleen

[Tilbage til forsiden](#)

Skriv til nyhedsbrevet Nova Vita

Nyhedsbrevet Nova Vita udkommer 3-4 gange årligt. Bladet bygger på frivilligt arbejde og er derfor afhængig af, at medlemmerne bidrager med indlæg o.l.

Skriv til Nyhedsbrevet Nova Vita om f.eks.:

- Dit frivillige arbejde, og hvorfor du gør det.
- Den sport/motion du dyrker, og hvorfor du synes, at den er god og netop passer til dig.
- Din sygdoms-/helbredelseshistorie, specielt til gavn for nye transplanterede.
- Dine rejser og hvorfor du vil anbefale dem til andre.
- Hvordan det er at være ung og ny i klubben, og hvilke ideer du har, der kunne tænkes at trække flere til klubben.
- Den første gang du kom til årsmøde/generalforsamling i klubben, og hvordan det var/føltes.

Eller – hører du om et nyt projekt for hjerte- eller lungetransplanterede, som kunne have interesse for klubbens medlemmer, så send os en mail.

Har du været til et interessant foredrag, læst en relevant bog, artikel eller lignende, så skriv et indlæg. På den måde får alle klubbens medlemmer glæde af din oplevelse.

Du kan kontakte redaktionen på mail:

transplantation@hjerforening.dk

kathleenpade@gmail.com

Sender du os en artikel så vedhæft dokumentet i mailen, og skriv kort hvem du er og medsend gerne et foto af dig selv.

[Tilbage til forsiden](#)

Årsmøde 2026

Årsmøde 2026 Årsmøde 2026 Årsmøde 2026 Årsmøde2026

Hjerteforeningens Hjerter- og Lungetransplantationsklub holdt
Årsmøde på Glostrup Parkhotel i weekenden den 17- 18 september 2026.



35 medlemmer havde i år valgt at deltage i Årsmødet, hvoraf fire er nye medlemmer - hyggeligt at byde dem velkommen.

Årsmødet startede med et Hjerteredderkursus - 30 minutters introduktion til genoplivning. Meget informativt og relevant kursus hvor vi fik konkrete bud på hvad man skal gøre og i hvilken rækkefølge - når vi finder en person der er bevidstløs og uden normal vejrtrækning. Der ringes 1-1-2. Herefter skal området sikres ved den bevidstløse, så skal tøjet på overkroppen fjernes, derefter hjertemassage 30 tryk. Kunstigt åndedræt 2 pust. Fortsæt

genoplivning til
Hjertestarteren er
fremme.

Nogle prøvede at give
hjertemassage.

Instruktøren Robin var
meget dedikeret og
skabte derved stort
engagement hos os
deltagere.
Vi har efterfølgende
modtaget et bevis på at vi
har deltaget i kurset.



Efter første del af Årsmødet var der en dejlig frokost i Orangeriet.

Ulla Bahne præsenterede næste punkt på dagsorden:
Ultraforarbejdede fødevarer. Vi fik en meget fin intro af hvad ultraforarbejdet mad er for en størrelse.
Ultraforarbejdede fødevarer er sammensat så vi naturligt har lyst til at spise mere, da de ikke mætter over tid.



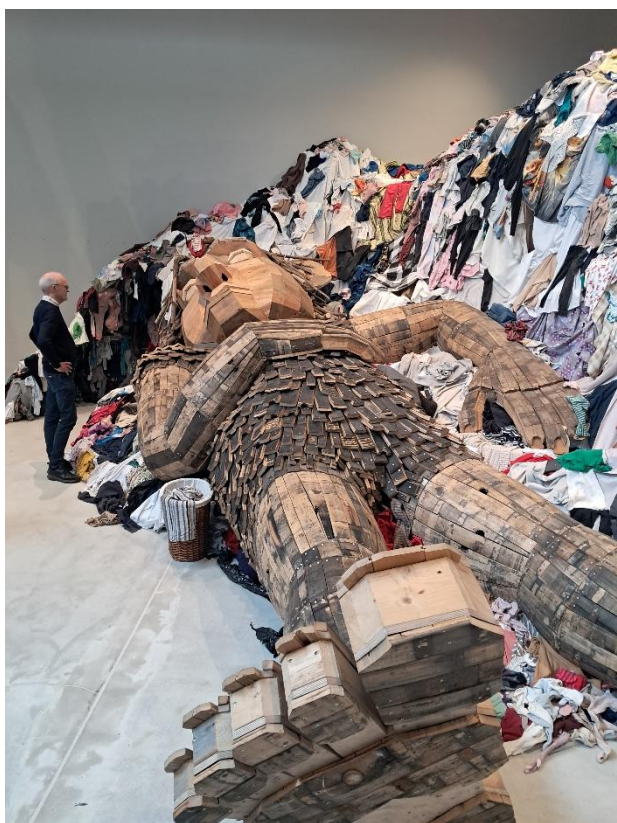
Vi blev gjort nysgerrige på hvad vi fremadrettet bør være opmærksomme på i forhold til at læse e numre.
Eksempelvis E249 og E250 er henholdsvis nitrit og nitrat og E407 fortykningsmiddel (cremefine).
Det er bedre at bruge piskefløde i mindre mængder end at bruge cremefine og stege i smør og eksempelvis koldpresset olivenolie.
Hjemmelavet mad med uforarbejdede råvarer er nok det sundeste på den lange bane.

Efter dette foredrag var der kaffepause, inden dagens sidste program løb af stablen.

Vi blev hentet og kørt til ARKEN - Museum for Samtidskunst. Her havde vi bestilt en guidet tur i udstillingen af Thomas Dambo - The Garbage Man.



"ARKEN har inviteret Dambo til at skabe en udstilling, hvor genbrug er guld, og som med et glimt i øjet giver os et nyt perspektiv på, hvad affald egentlig er, hvordan vi forbruger, og hvordan vi kan gentænke vores fælles ansvar."



At den store bunke tøj var blevet afleveret i en genbrugsbutik på en dag - gjorde virkelig indtryk... Vi forbruger enorme mængder ressourcer. Denne udstilling burde være en øjenåbner for alle der oplever den. Thomas Dambo viser med sin skabelse af trolde at genbrugsmaterialer kan bruges konstruktivt.

Læren må være at vi bør gentænke vores forbrug og reflektere over hvordan vi efterfølgende genbruger det...

Mange indtryk og input senere blev det sengetid for deltagerne efter dag 1.

Sidste foredrag på Årsmødet var med Chris McDonald.



Chris holdt et foredrag om mental sundhed og trivsel. - kendetegnende ved eksempelvis SAMARBEJDE, OMSORG OG GENERØSITET.



Han fokuserer på menneskets fundamentale biologiske og sociale behov samt modstandsdygtighed i en moderne hverdag.

Han oversætter kompleks viden om fysiologi, søvn, vaner og relationer til let forståelige råd.

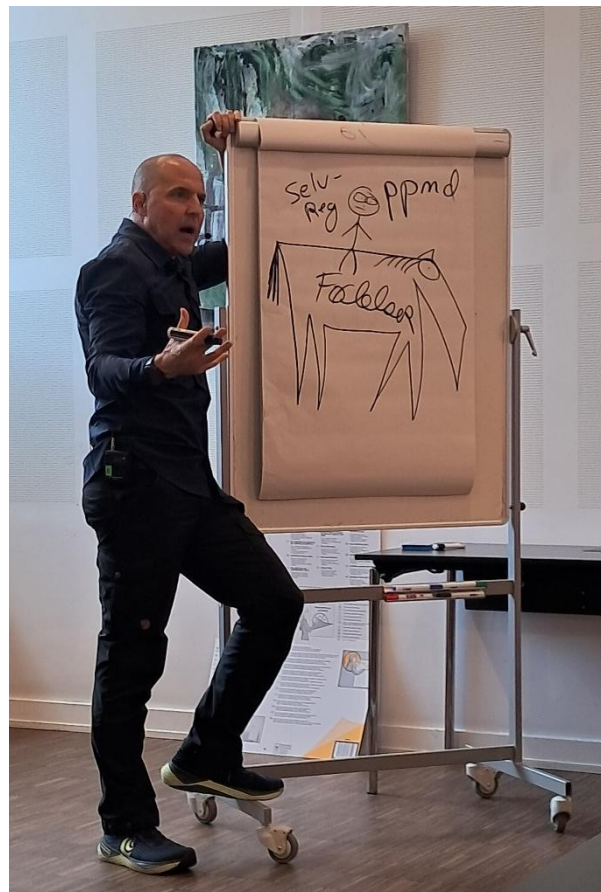
Han fortæller om et eksperiment med to unge mennesker der bliver flyttet fra deres vante rammer (forstås som forurenet vand) til nye rammer i et stammesamfund (forstås som rent vand).

Det "forurenede" vand skal forstås som vand indeholdende sociale medier, de konstante krav man ligger under for og alle de forventninger der er til et ungt menneske - både udefra og fra en selv eksempelvis til hele tiden at være på.

Da de unge mennesker flyttede ind i det lille stammesamfund, fandt de en anden ro, hvor de kunne være sig selv uden forventninger og krav mm.

Den verden vi lever i kører som et højhastighedstog, hvis vi som mennesker skal "overleve" mentalt må vi finde "rum" hvor vi kan trække os fra det forhold hele tiden at være på.

Chris leverer et meget indlevende foredrag hvor jeg bagefter sad med en rigtig god AHA fornemmelse, men også med en ny bevidsthed om hvad jeg skal være opmærksom på i forhold til at være "moderat mentalt rask!" PPMD pøj pøj med det derude.



[Tilbage til forsiden](#)

Hjerteforeningens Hjerte- og Lungetransplantationsklub arrangerer et

Julearrangement til Oplevelsescenteret Nyvang

Oplevelsescenter Nyvang er et sted, hvor man kan opleve livet i

en landsby og en lille stationsby midt i 1900-tallet. Her står over 60

frivillige dagligt klar til at formidle tiden 1930 - 1959.



Dato: Lørdag den 28. november 2026.

Starttidspunkt, ankomst : Kl. 10.30. Slut ca. kl. 15.30.

Mødested: Oplevelsescenteret Nyvang, Nyvangs Allé 4, 4300 Holbæk.

Vi mødes ved Velkomstcenteret / Museumsbutikken.

Derfra kan vi gå på opdagelse i denne hyggelig landsby, hvor juletræer og julepynt skaber en eventyrlig stemning.

Rundt omkring på området kan vi gå på jagt boderne efter de sidste julegaver, møde de frivillige og prøve aktiviteter for hele familien.

Kl. 12.00 – kl.13.00: Mødes vi til **Frokost** på traktørstedet **Madam Blå**.

Kl. 14.00 - kl. 14.30: Besøg på **Badehotellet**.



En af nyhederne er en fysisk opførelse af Badehotellet fra den kendte tv- serie.

Det kan kun besøges i det bestilte tidsrum.

Der skal beregnes 20-25 minutters gåtur (godt 1 km) ud til huset, som ligger "godt gemt" mellem husmandsstedet og Halfdan Rasmussens hus.

Alternativt er der mulighed for at køre med Nyvangs rutebil ud til Badehotellet.

Vi kan gå på opdagelse i dens store bygning, hvor vi bl.a. kan se dagligstuen, den fine spisestue, det velkendte køkken og de mange værelser på 1. salen.

Efter besøget på badehotellet kan vi fortsat opleve mange hyggelige ting i Nyvang. Vi kan gøre en god handel i Brugsen. Få lidt til den søde tand hos Bageren. Tale med sygeplejerskerne, postbuddet eller landbetjenten. Besøg Husmandsstedet, Zoneredningsstationen eller et af de mange andre huse og butikker.



Kort sagt: der er mange at opleve på Oplevelsescenter Nyvang som har åbent indtil kl. 16.00.

Pris for deltagelse i hele arrangementet: Voksne kr. 250,00. Børn kr. 150,00.

Tilmelding og betaling til kasserer Benny Sørensen. Tlf. 2093 7203.

Mail: transplantation@hjertereforening.dk

Tilmelding og Indbetaling **senest 15. november** på kontonummer 9570 13358435

[Tilbage til forsiden](#)

Generalforsamling 2027

Første indkaldelse til Generalforsamling 2027

Sæt et stort kryds i kalenderen **lørdag, den 6. marts 2027.**

Transplantationsklubbens afholder årets generalforsamling i Tavlhøj Center, Højdedraget 1, Taulov, 7000 Fredericia.

Det er samme sted hvor vi har afholdt generalforsamlingen i år.

Bestyrelsen arbejder på at sammensætte programmet for dagen.

Den endelige indkaldelse og programmet udkommer i næste udgave af Nova Vita i december. Men sæt gerne allerede et kryds i kalenderen.

Vi håber at kunne se så mange af jer som muligt i marts i Taulov.

[Tilbage til forsiden](#)

Mindeord

Mindeord om Hans Borregaard

Jeg mødte Hans Borregaard på Skejby Sygehus
for 19 år siden. Vi var indlagt sammen.

På trods af situationens alvor husker jeg tilbage på
Hans' varme og humor under indlæggelsen.

Jeg husker Hans' store arrangement i klubben. Han
var altid klar til en snak også om de tunge emner
bl.a. transplantation.

For mig blev det starten på et venskab for livet som
jeg altid vil tænke tilbage på med dyb
taknemmelighed. Hans vil blive savnet i klubben.

Hans fik 17½ år med sit nye hjerte.



Ære være hans minde

På vegne af bestyrelsen

Benny

Nyt fra bestyrelsen

Referat af (kort) Online bestyrelsesmøde Mandag den 24. August, kl. 8.00 - 9.00

Deltagere: Kathleen Pade, Carsten Scott Simonsen, Benny Sørensen, Jan Bruun Rasmussen, Per Garsdal, Peter Schøning.

Referent: Peter

1. **Årsmøde**

- Der er tilmeldt 31.
- På mandag sendes navnene på deltagerne til Hotel Glostrup.
- Der er styr på alle foredragsholder, giv- liv kursus, bus og Arken.
- Der er uændret 2 guider til rundvisning på Arken.
- Opgavefordelingen til arrangementet blev gennemgået.
- Der er bestilt bord på Flammen fredag aften.

2. **Organdonationsdag**

- Bestyrelsen vælger ikke at afholde noget fysisk i år.
- På årsmødet får vi taget et fælles billede af alle med et + års skilt. Skiltene laves af den enkelte forinden.

3. **Hjemmeside**

- Bestyrelsen har kigget på klubbens hjemmeside og talt om kommende rettelser på siden.

4. **Nova Vita**

- Næste udgivelse i starten af oktober.

5. **Dato for Generalforsamling 2027**

- Lørdag den 6. marts 2027 i Tavlhøjcenteret, Højdedraget 1, 7000 Fredericia

6. **Eventuelt**

- Der efterlyses emner til foredragsholdere til generalforsamling
- Hjerteforeningen afholder regionsmøder i løbet af efteråret. Nord 20/10 i Aalborg, Midt 21/10 i Silkeborg, Syd 22/10 i Vejen, Sjælland 3/11 i Ringsted, 4/11 Hovedstaden i Sydhavnen.
- "Danmark går i rødt", World Heart Dag tirsdag 29/9.

[Tilbage til forsiden](#)

Bestyrelsen 2026

**Formand:**

Kathleen Pade
HTX
Region Sjælland
Tlf. 26154385
kathleenpade@gmail.com

**Næstformand:**

Carsten Scott Simonsen
DLTX
Region Syddanmark

Tlf. 30140437
e2017mil@gmail.com

**Sekretær:**

Peter Schøning
HTX
Region Midtjylland

Tlf. 20405357
peter@rgf.dk

**Kasserer:**

Benny Sørensen
HTX
Region Midtjylland

Tlf. 20937203
bamse-s1@live.dk

**Bestyrelsesmedlem:**

Jan Bruun Rasmussen
HTX

Region Syddanmark

TLF.: 21798124
rasmussenjanbruun@gmail.com

**Bestyrelsesmedlem:**

Per Garsdal

HTX

Region Hovedstaden

**Suppleanter:**

Trine Larsen

Annelise Staunstrup



[Tilbage til forsiden](#)

Kalender

28. november Julearrangement til Oplevelsescenteret Nyvang

6. marts 2027 Generalforsamling i Taulov, Fredericia

18. – 19. september 2027 Årsmøde i Vingsted Konferencecenter

Tjek løbende jeres mails, vores hjemmeside og sociale medier, og Nova Vita for invitationer til arrangementerne.

Spændende læsning

Hvis du undrer dig over hvor alle billeder, som bestyrelsen tager under et årsmøde eller andre arrangementer, ender, så klik ind på klubbens [galleri](#) på hjemmesiden, og se de gode, sjove, kiksede..... m.m. billeder. ([klik på den blå tekst](#))

[Tilbage til forsiden](#)

Impressum

Nova Vita 2026 - 3

ISSN: 2246-4832

Redaktion: Kathleen Pade, Carsten Simonsen og Benny Sørensen

Ansvarshavende redaktør: Kathleen Pade

Klubbens websted: <https://lokal.hjerteforeningen.dk/transplantationsklubben/>

Hjerteforeningens websted: www.hjerteforeningen.dk

Danmarks Lungeforenings websted: www.lunge.dk

Læserindlæg: Indholdet er ikke nødvendigvis et udtryk for redaktionens holdning.