



# PRO – Bulletinen



## *Nytta, Nöje och Hälsa*

Medlemsinformation för PRO Sundbyberg  
Nr 3/2023

Gökotta 18 maj



Foto: Inger Lindén



Foto: Inger Lindén

---

**Utgiven av PRO Sundbyberg 2023-07-31**  
**Nästa utgivning: vecka 42, 2023**  
**Expedition: Lötgatan 6, 172 74 Sundbyberg**  
**Telefon: 076 - 889 00 51**  
**Hemsida: [www.pro.se/Sundbyberg](http://www.pro.se/Sundbyberg)**  
**E-post: [sundbyberg@pro.se](mailto:sundbyberg@pro.se)**  
**Nästa sista dag för inlägg 2023-10-04**

**Org.nr: 815201-2202**  
**Swish nummer: 123 237 5525**  
**Bankgiro: 227 - 8026**  
**Redaktör: Kicki Lehnberg**  
**Ansvarig utgivare: Lena Svahn**



## Hej kära medlemmar!

Nu har vi sommar igen. Vädret började ju fantastiskt med värme hela juni. Jag var och badade med mitt barnbarn 14 juni. Så tidigt var det länge sedan jag badat. Kanske inte så bra för naturen. Vi behöver ju regn också. Det blev mycket torrt i alla gräsmattor och eldningsförbud. Sen kom juli och då ändrade sig vädret. Jag var i Danmark de första dagarna i juli och det var 13 grader och hållregn! Svårt det där med balans i vädret. Jag ska åka till min favoritplats i Danmark igen v 29 med stora delar av min familj. Vi blir 16 st och vi har hyrt ett stort hus. Hoppas vädret blir lite bättre då. Vi får nog trevligt i alla fall.

Jag var och hälsade på en dag på seniorkollet. Vilket fint ställe och så trevligt de hade det. Alla verkade trivas jättebra. Jag fick några trevliga timmar där. Roligt att vi kan ha en så fin verksamhet i Sundbyberg. Det

finns inte många kommuner som har det.

I det här numret av Bulletinen informerar vi om det program vi ska ha framöver i PRO. Kolla i kalendariet och häng med på aktiviteterna!

Den 21 augusti har vi öppet hus i lokalen och jag hoppas att många kommer och fikar och träffas efter sommaren.

Hoppas att ni alla har fått vara ute när det var fint väder och kanske gjort några trevliga utflykter. Det finns ju många fina platser häromkring som man kan nå med buss och tunnelbana.

Vi ses igen i augusti!

Lena Svahn

<b>PRO Styrelse och funktionärer</b>			
Ordförande	Lena Svahn	070 - 825 32 05	lenasvahn53@gmail.com
Sekreterare	Inger Lindén	076 - 238 18 87	ingerlinden2@gmail.com
Kassör	Göran Brännbo	070 - 281 24 12	goran@brannbo.net
Ledamot	Solveig Larsson	073 - 693 01 01	solveig@hem1.com
Ledamot	Kicki Fjellström	070 - 713 08 80	kicki.fjellstrom@hotmail.com
Ledamot	Inger Idman Nilsson	076 - 800 16 17	pling45@hotmail.com
Ledamot	Leif Elofsson	072 - 975 58 54	leif.elifsson@gmail.com
Suppleant	Ingallil Thornestedt	073 - 335 54 48	ingallil.thornestedt@gmail.com
Suppleant	Per Völker	073 - 050 01 94	per.volker@telia.com
Suppleant	Ulla Sällström	070 - 351 37 56	ulla.sallstrom@telia.com
Suppleant	Hans Johansson	076 - 188 62 24	hassenika@hotmail.com
Suppleant	Kenneth Almgren	070 - 602 68 68	kennethalmgren1945@gmail.com
Revisor	Jörgen Silén	070 - 694 16 56	jorgen.silen@telia.com
Revisor	Kicki Lehnberg	070 - 777 64 77	mormorkicki@yahoo.se
Suppleant	Marianne Höckne	070 - 774 58 88	m.hoc@hotmail.com
Suppleant	Kjell Häll	072 - 240 66 80	sumpmas@gmail.com
Valberedning	Lena Abrahamsson	073 - 688 25 95	lena.k.abrahamsson@gmail.com
Valberedning	Karin Öhrner	070 - 795 37 40	ohrnerkarin@gmail.com
Valberedning	Britt-Mari Linder	070 - 361 63 84	bmlinder1@gmail.com
Äldreombud	Karin Öhrner	070 - 087 59 37	ohrnerkarin@gmail.com

## PRO Stockholm Distriktsårsmöte 20 april 2023

Den 23 april hade PRO Stockholms distrikts årsmöte i Hallunda folketshus. 96 ombud från 63 föreningar var samlade. Innan årsmötet inleddes gästades vi av PROs ordförande Åsa Lindestam. Åsa har en mångårig bakgrund i riksdagen där hon representerat Socialdemokraterna. Där har hon bl.a. varit med i försvarsutskottet samt varit vice talman.

I ett inspirerande tal lyfte hon fram flera viktiga områden för PRO att arbeta med. Till exempel den låga pensionsnivån som väldigt många lever med. 62% får garantipension. Så skulle det inte behöva vara. I AP-systemet finns enorma överskott som inte delas ut. Systemet har en "broms" om det uppstår underskott i systemet, men ingen "gaspedal". Detta ska politiskt hanteras av den s.k. Pensionsgruppen, men den ligger vilande, så inget händer trots att det finns en majoritet i riksdagen.

Kampanjen för att infoga högkostnadsskydd för tandvården fortsätter. Likaså ska arbetet med tillgänglighet i boendet fortsätta. En särskild kommitté bildas för att ta fram förslag till nästa kongress. En annan viktig fråga är bedrägeribrotten mot äldre. De uppskattas till 79 miljoner varje månad!

Många tunga frågor alltså. Åsa framhåller vikten av att fler blir medlemmar. Vi är ca 270 000, dvs. ungefär samma antal som för ett år sedan. Det är många men målet är ju att siffran ska öka.

Därefter inledde distriktsordförande Curre Hansson mötet med att framhålla kampanjen där vi lyfte fram våra viktigaste frågor genom att synas vid Tunnelbana/Pendeltåg, torg och köpcenter, som en av årets höjdpunkter.

Även Curre lyfte fram bostadsfrågan. En undersökning visar att över 50% av pensionärer bor i hus utan hiss.

Flera av distriktets kommittéer lyfte upp centrala aktiviteter. Hälsa/Friskvård återkommer med en ny så kallad inspirationsdag. Medlemsansvarig lyfte fram värvarkampanjen som behöver förstärkas. Det är ett något vikande medlemsantal i distriktet. Möten kommer att hållas med föreningarnas medlemsansvariga.

Utbildningsgruppen håller på att rulla ut en ny utbildning för lokala styrelser. Den kommer att pågå under några år. Distriktet och ABF står för kostnaderna.

Men, kanske någon undrar, togs det inga beslut? Jo, naturligtvis. Det var val

av styrelse med mera, godkännande av verksamhetsberättelse och bokslut och så vidare. I alla delar bifölls valberedningens förslag respektive styrelsens förslag utan diskussion. Vill du veta mer om valen, bokslut mm. Rekommenderas distriktets hemsida, <https://pro.se/distrikt/distrikt-stockholms-lan/aktuellt/arkiv/2023-04-20-de-ska-leda-distriktets-arbete.html>

Efter en gemensam lunch var det en utställning av de reseföretag som PRO använder. Vi kunde gå runt och se vad de kunde erbjuda.

Sedan avslutades dagen med en paneldebatt om bostäder. Man hade bjudit in ett antal företrädare från olika bostadsföretag och olika boendelösningar. Man pratade om framtidens utmaningar för alla de pensionärer som bor utan hiss och vad som kunde bli lösningar.

Bostadsfrågan är något som ligger på PROs agenda och kommer att tas upp framöver.

Leif Elofsson (Lena Svahn avslutade)

Har du frågor om äldreboende, hemtjänst, hjälpmedel eller något annat ?

Om du själv inte kan eller vill kontakta kommunen finns äldreombud som för din talan. Äldreombudet har tystnadsplikt och du behöver inte ha uppnått en viss ålder för att få hjälp.



Karin Öhrner, äldreombud för PRO

E-post: [ohrnerkarin@gmail.com](mailto:ohrnerkarin@gmail.com)

Telefontid: måndag, tisdag och torsdag mellan 13:00 - 15:00

Telefon: 070 - 087 59 37

## Våfflor

måndagen den 11/9, 2/10, 6/11 och 4/12  
i vår lokal, Lötgatan 6, mellan klockan  
13.00 - 15.00.

**OBS! måndag 4/9 är lokalen stängd!**



## VÄRLDENS MAT hösten 2023

Höstens två första teman blir Indisk mat samt spansk mat. Det tredje, för november, är ännu inte bestämt.

Matpriserna har gått upp under våren men smakmenyerna, som innehåller fem rätter, kommer att ligga på högst 200 kr utan dryck. Båda restaurangerna har tillstånd att servera alkohol för den som så önskar.

1. Restaurang Bazar på Landsvägen 51 i Sundbyberg. Indiska rätter och deras speciella tapas.

Vi får ett bord som rymmer 10 personer och presentation av landet och maten.

### Torsdagen den 7 september kl 17.00

2. Spansk tapasrestaurang . Ännu ej beslutat om det blir vid Slussen eller Mariatorget. Jag måste undersöka tillgängligheten lite närmare.

Det blir medelhavsmat, som ju anses vara det bästa för oss som blivit lite äldre.

Vi får ett bord som rymmer 10 personer och presentation av landet och maten.

### Torsdagen den 5 oktober kl 17.00

Anmäl till Margareta Lilja

0708 - 720300 eller [margareta.lilja51@gmail.com](mailto:margareta.lilja51@gmail.com)

**Först till kvarn gäller.**



## Läsecirkeln.

vi träffas måndagar kl 11-12.30 tio gånger i Allaktivitetshuset med start **måndag 18 september** Vid första samlingen pratar vi om Stöld av Ann-Helén Laestadius och fortsätter sedan med Den hemliga våningen av Kelly Bowen

Information och anmälan Gudrun Öbrink 070 - 787 58 17.



## Bridge.

Torsdagar kl 10.00 - 13.00 i Allaktivitetshuset.

**Start 17 augusti.**

Upplysningar: Marianne Höckne tel: 070 - 774 58 88.



## Filosofi.

Onsdagar kl 13-15.15 i Allaktivitetshuset.

**Start 6 september.**

Upplysningar: Siv Blomberg tel: 073 - 778 46 02.



## Skapande verksamhet.

Tisdagar kl 13-15 i PRO-lokalen, Lötgatan 6.

**Start 29 augusti.**

Upplysningar: Karin Öhrner tel: 070 - 795 37 40.



## Den svenska antikens föremål.

Vi träffas i lokalen på Lötgatan 6. Tre onsdagar kl 13-15, 13/9, 4/10 och 11/10. Cirkeln leds av Justus. Anmälan görs till Lena Svahn 070 - 825 32 05 eller lenasvahn53@gmail.com

## Höga Kusten 3-5/9. Fullbokad

Vi reser med Viking Cinderella till Höga kusten.

Du som är anmäld till resan får information om när vi ska träffas vid Stadsgrårdskajen av Lena Svahn, som är ansvarig för resan.

**Norrtälje. tisdag den 19/9** OBS! Ungefärliga tider då höst-tidtabellen inte finns ännu.

Vi träffas nere på perrongen till T-banan längst fram vid Sundbybergs centrum.

09.49 går T-banan från Sundbyberg till T-centralen.

10.09 Röda linjen till Tekniska högskolan

10.35 går buss 676 och vi är framme i Norrtälje 11.43.

Vi strosar runt i Norrtälje, äter lunch och fikar.

Ca kl 16.00 tar vi bussen tillbaka mot Stockholm.

Kostnad: Du bekostar själv resan och det du äter.

Ansvarig: Karin Holmberg och Ulla Sällström.

Anmäl dig senast den 5/9 till Karin Holmberg på telefon 073-33 987 12 eller e-post [karin.h.holmberg@gmail.com](mailto:karin.h.holmberg@gmail.com)

**Uppsala torsdagen 19/10.** OBS! Ungefärliga tider då höst-tidtabellen inte finns ännu.

Torsdagen den 19/10 åker vi till Uppsala OBS! Samma text som resan som blev inställd i maj.

Kostnad: Du bekostar själv resan och det du vill äta.

Ansvarig: Ingalill Thornestedt och Karin Holmberg.

Anmäl dig senast den 5/10 till Ingalill Thornestedt via tel, sms eller e-post.  
Tel: 070-335 54 48, [Ingalill.thornestedt@gmail.com](mailto:Ingalill.thornestedt@gmail.com)



## Stockholms Stadshus torsdag 16/11

Följ med på en guidad visning av Stockholm Stadshus som fyllde 100 år 23 juni.

Stadshuset invigdes på midsommarafton 1923.

I visningen ingår bl a

- Blå Hallen
- Gyllene Salen
- Rådsalen
- Prinsens galleri

Torsdagen den 16 november. Vi träffas utanför Stadshuset kl 11.30. Visningen börjar 12.00.

Kostnad 120 kronor. Betalningen sker på plats med betalkort eller kontanter.

Anmäl dig till Ulla Sällström,

E-post ulla.sallstrom@telia.com eller mobil 070 - 351 37 56

## JULBORDSRESA

### med Eckerö Linjen onsdagen 6 december 2023

Välkommen att anmäla dig till julbordsresan där buss hämtar oss vid Hemköp på järnvägsgatan **kl 07.30**.

Båten avgår kl 10.00 från Grisslehamn till Eckerö och är åter i Grisslehamn 14.30 där bussen kör oss tillbaka till Sundbyberg (ankomst c:a 17.00)

Vi äter vårt julbord kl 12.30 (svensk tid) i Buffé Bornholm på hemresan.

Vid utresan spenderar du din tid som du önskar tex med fika, eller handla taxfree.

Vi har tillgång till konferensrum "Styrman" för att ställa in våra väskor eller dylikt i.

Priset är 535 kr/person och då ingår bussresa t o r + julbord.

OBS! Anmälan **senast 10 november** med

Namn Födelsedatum Nationalitet Telefonnummer  
som görs till Lena Abrahamsson, e-post lena.k.abrahamsson@gmail.com  
eller mobil 073 - 688 25 95 .

**Glöm inte att ta med idkort.**

Resan betalas senast den 17 november på

Bankgiro: 227-8026 eller Swish: 123 237 5525 och märk det med Julbordsresa.  
*Välkomna hälsar resegruppen*



## Kräftskiva.

Den årliga kräftskivan går av stapeln torsdagen den 24 aug kl. 15.00 i PRO-lokalen, Lötgatan 6. Kostnad 125 kr. Föredrar du räkor ange detta vid anmälan.

Anmälan via tel, sms eller e-post senast 19/8 till: Ingalill Thornestedt, tel: 070-335 54 48, ingalill.thornestedt@gmail.com



## Surströmmingsfest.

Surströmmingsälskare nu skall vi njuta onsdagen den 20 sept kl. 15.00 i PRO-lokalen, Lötgatan 6. Kostnad 125 kr. Skulle du hellre vilja ha inlagd sill ange detta vid anmälan.

Anmälan via tel, sms eller e-post senast 13/9 till: Ingalill Thornestedt, tel: 070-335 54 48, Ingalill.thornestedt@gmail.com



## Oktoberfest.

Onsdagen den 25 oktober kl 17.00 träffas vi i PRO-lokalen, Lötgatan 6 för att tillsammans dricka öl och "ljuga lite".

Även varm korv med bröd finns till självkostnadspris. Och självklart finns det även vin i baren.

Anmälan via tel, sms eller e-post senast 18/10 till: Ingalill Thornestedt tel: 070-335 54 48, Ingalill.thornestedt@gmail.com



## PRO's nationella friluftsdag.

För fjärde året i rad skall vi fira denna och det sker onsdagen den 27 sept med samling kl 13.00 på Sundbybergs IP. Där kommer att finnas en 3-kamp, tipspromenad och kaffeservering. Och vi hoppas få ihop lag, så vi kan avsluta med lite gåfotboll. Varmt välkomna !!

Ingen föränmälan.



## Seniormässa.

höst kommer ingen Seniormässa att anordnas i Sundbyberg.

Men Seniormässan i Stockholm äger rum 3-5 okt 2023 på Stockholmsmässan i Älvsjö. Och skulle man känna för utflykt, så finns flera andra mässor i städer, som nås med tåg.

27-28 sept i Falun, Lugnet Arena

24-25 okt i Gävle, f.d Gavlerinken Arena

22-23 nov i Västerås, Västerås Arena



## Kyrkogårdsvandring.

Torsdagen den 21 september tar Hans Johansson åter med oss på en vandring bland kända och okända gravar på Solna kyrkogård. Samling vid ingången till Solna kyrkan kl. 13.00. Anmälan senast 14 september till Ingalill Thornestedt via tel, sms eller e-post. Tel: 070-335 54 48, Ingalill.thornestedt@gmail.com



## Höstens Bingo, fredagar kl 13.00 - 15.15 i lokalen, Lötgatan 6.

PRO håller med kaffe. Bröd tar du med dig själv. Fredagarna 15/9, 22/9, 29/9, 6/10, 13/10, 20/10, 27/10, 10/11, 17/11 och 24/11 (avslutning).

### Insläpp till Bingo tidigast klockan 12.30.

Alla spelsugna hälsas välkomna!

*Bingoflickorna*



## Boule

Boule spelas måndagar och onsdagar klockan 10.00 på Golfängarna i närheten av utegymmet.

Hör av er till Inger Idman, telefonnr 076 - 800 16 17 om ni har några frågor.

## Restaurangkvällar

torsdag den 21 september kl 17.00 Fågelboet, Tulegatan 14

måndag den 23 oktober kl 17.00 Lotus, Stationsgatan 1

**Anmälan** senast 14 september respektive 16 oktober görs till Ingalill Thornestedt via tel, sms eller e-post. Tel: 070-335 54 48, Ingalill.thornestedt@gmail.com



## Vad vill vi i PRO Sundbyberg?

PRO har som organisation bland annat två mycket viktiga uppgifter. Dels ska PRO ta tillvara pensionärernas intressen genom att påverka politiker och andra beslutsfattare. Dels ska PRO vara en mötesplats för gemenskap, samvaro och social sammanhållning.

PRO:arna i Sundbyberg är väldigt duktiga på social samvaro och bildning och kultur. Vi genomför bok- och filosoficirklar, filmvisningar, studiebesök och aktiviteter som bridge, skapande, resor, boule, konsumentundersökningar, fikaträffar och restaurangbesök. Tillsammans genomför vi hundratals träffar under ett år. Det är vi glada och stolta över!

Styrelsen har nyligen påbörjat ett arbete för att lyfta fram PRO Sundbyberg som en tydlig och aktiv intressepolitisk organisation. Vi tycker bland annat att vi ska ha ett eget kommunalpolitiskt handlingsprogram. Genom ett sådant program vet vi vilka frågor vi ska driva och koncentrera oss kring. Vi har format en arbetsgrupp som ska leda arbetet att ta fram ett sådant. Och vi vill att medlemmarna ska vara med och tycka till och ge input.

Vilka är de viktigaste intressepolitiska frågorna för pensionärerna i Sundbyberg? Är det pensionerna, bostäderna, sjukvården, hemtjänsten eller är det något annat? Vi kommer att diskutera tillsammans med medlemmarna i höst och hoppas att vi kan ta beslut om ett handlingsprogram på årsmötet nästa år.

Under hösten och våren deltar styrelsen i ett utvecklingsprojekt som PRO-distriktet arrangerar. Det blir ett bra verktyg för vår satsning på att utveckla det intressepolitiska arbetet!

Kicki Fjellström i strategigruppen

## Almanackor



Fr o m 15 september kan ni beställa almanackor för 2024.

Priset blir cirka 60 kr.

Information om färger och exakt pris kommer senare i höst.

**Sista dagen för beställning är 15 november.**

**Beställningen görs till Inger Lindén,**

**076 238 18 87 eller mail: [ingerlinden2@gmail.com](mailto:ingerlinden2@gmail.com)**

# Medlemsmöten

Nedanstående medlemsmöten äger rum i ALLAKTIVITETSHUSET, på Sturegatan 10, i stora salen kl. 13.00 - 15.00.



## Medlemsmöte torsdagen 7 september

Sundbybergs Stadsnät informerar om IntelliHem - ett tryggare och bekvämare hem.

Kostnad 50 kronor

## Medlemsmöte torsdagen 5 oktober

Ej fastställt ännu.

Kostnad 50 kronor



## Öppet hus

måndagen den 21 augusti klockan 13.00 - 15.00

Välkomna till öppet hus i vår lokal på Lötgatan 6. Vi bjuder på kaffe och smörgås/kaffebröd.

### ÖPPETTIDER LÖTGATAN 6

Måndag kl 13.00 - 15.00

Kaffeservering

Du är alltid välkommen.

# Aktuellt från Filmklubben

**Vi visar filmerna i Festsalen 1 trappa ner (hiss finns) i Allaktivitetshuset på Sturegatan 10.**

**Torsdagen den 14 september visar vi  
God dag, chefsnopp!**



Goddag Chefsnopp! (Ein Tick anders) är en spelfilm om 17-åriga Eva som har Tourettes syndrom. I bland kan hennes tics driva henne till vansinne, men oftast är Eva ganska glad. I familjen blir hon accepterad som den hon är. Men när pappan blir arbetslös blir balansen rubbad. Tillsammans med sin excentriska farmor och hennes farbror Bernie lanserar Eva allt mer kaotiska planer för att rädda familjens ekonomi. En anarkistisk och varmhjärtad komedi om kärlek, tolerans och den märkliga funktionsnedsättningen Tourettes syndrom.

Filmen visas kl 14.00 och vi träffas kl 12.30 och äter wienerbröd och dricker kaffe/te till ett pris av 50 kr.

Anmälan krävs senast 11 september till Inger Lindén 076 - 238 18 87 eller [ingerlinden2@gmail.com](mailto:ingerlinden2@gmail.com).

Nästa film den 19 oktober Boy from heaven.

**Välkomna!**  
**Filmklubbskommittén**

# Kalendarium

Dag	Tid	Aktivitet	Plats
21 augusti	13:00	Öppet Hus	Lötgatan 6
24 augusti	15:00	Kräftskiva	Lötgatan 6
3-5 september		Höga kusten	Stadsgårdskajen
4 september		<b>Lokalen är stängd</b>	
7 september	13:00	<b>Medlemsmöte</b>	Allaktivitetshuset
7 september	17:00	Världens mat	Restaurang Baxar
11 september	13:00	Våfflor	Lötgatan 6
14 september	14:00	Film	Allaktivitetshuset
15 september	13:00	Bingo	Lötgatan 6
19 september	09:40	Norrtälje	T-banan Sundbyberg
20 september	15:00	Surströmming	Lötgatan 6
21 september	13:00	Kyrkogårdsvandring	Solna kyrka
21 september	17:00	Restaurangkväll	Fågelboet
22 september	13:00	Bingo	Lötgatan 6
27 september	13:00	Nationell friluftsdag	Sundbybergs IP
29 september	13:00	Bingo	Lötgatan 6
2 oktober	13:00	Våfflor	Lötgatan 6
5 oktober	13:00	<b>Medlemsmöte</b>	Allaktivitetshuset
5 oktober	17:00	Världens mat	Spansk tapas restaurang
6 oktober	13:00	Bingo	Lötgatan 6
13 oktober	13:00	Bingo	Lötgatan 6
19 oktober		Uppsala	
19 oktober	14:00	Film	Allaktivitetshuset
20 oktober	13:00	Bingo	Lötgatan 6
23 oktober	17:00	Lotus	Stationsgatan 1
25 oktober	17:00	Oktoberfest	Lötgatan 6
27 oktober	13:00	Bingo	Lötgatan 6

## Blodförgiftning – Sepsis.

Sepsis är ett livshotande tillstånd som uppstår när immunförsvaret överreagerar på en infektion i kroppen t.ex lunginflammation, urinvägsinfektion eller sårinfektion. Istället för att bara hantera den lokala infektionen börjar det skada kroppens organ som hjärta, lungor och njurar. Sepsis kan beskrivas som en inflammation i hela kroppen. Ca 90 % av sepsisfallen antas vara orsakade av bakterier. Ca 70 % av sepsisfallen börjar hemma och 30 % är sjukhusförvärvade. Uppåt 50.000 människor drabbas av sepsis varje år i Sverige, av dem dör ca 20 %.

Viktigt att snabbt komma under behandling, desto större chanser för bra utgång. Det som kan vara svårt är att symptomen tidigt i förloppet kan vara diffusa och likna andra tillstånd. Symptom att vara vaksam på:

- \*Förvirring och sludrande tal
- \*Ansträngd andning
- \*Snabb puls (utan anledning)
- \*Skakfrossa och feber
- \*Svår smärta och muskelsvaghet
- \*Diarré och kräkningar
- \*Fläckar på huden
- \*Lågt blodtryck
- \*Låg urinproduktion

Uppvisar du två eller fler av dessa symtom bör du söka vård. Är du osäker ring 1177.

Våga fråga: Kan det vara sepsis ?

(Källa: Sepsisfonden)