



ASTMA- OG
ALLERGIFORBUNDET
- gjør Norge friskere



Norges Astma- og Allergiforbund
Ringerike og Jevnaker lokallag
ønsker velkommen til
Hvordan leve med en kronisk sykdom
og litt orientering om NAAF



naaf.no

Laila Larsen leder, likeperson og
brukerrepresentant



“

Norges Astma- og Allergiforbund jobber for å bremse den økende utviklingen av astma, allergi, KOLS og overfølsomhetssykdommer, og for at de som har sykdommene skal kunne leve best mulig med dem.

Norges Astma- og Allergiforbund

- Ca. 12 000 medlemmer

Eier av: Det Norske Helsesenter,
Valle Marina på Gran Canaria og
Geilomo Barnesykehus på Geilo.

Lokallag i Buskerud:

NAAF Ringerike og Jevnaker
NAAF Drammen og omegn
NAAF Hallingdal

NAAF Region Østafjells

dekker Buskerud, Vestfold, Telemark

Sitter som styremedlem.



Kilde: Privat



naaf.no



Rådgivningstjenesten



**HELSEFAGLIG
RÅDGIVNING:** MANDAG, TIRSDAG
OG TORSDAG

ERNÆRING: ONSDAG
(FORBEHOLDT MEDLEMMER)

INNEKLIMARÅDGIVNING: FREDAG



KL.
09.00 –
14.30



TLF:
23353535

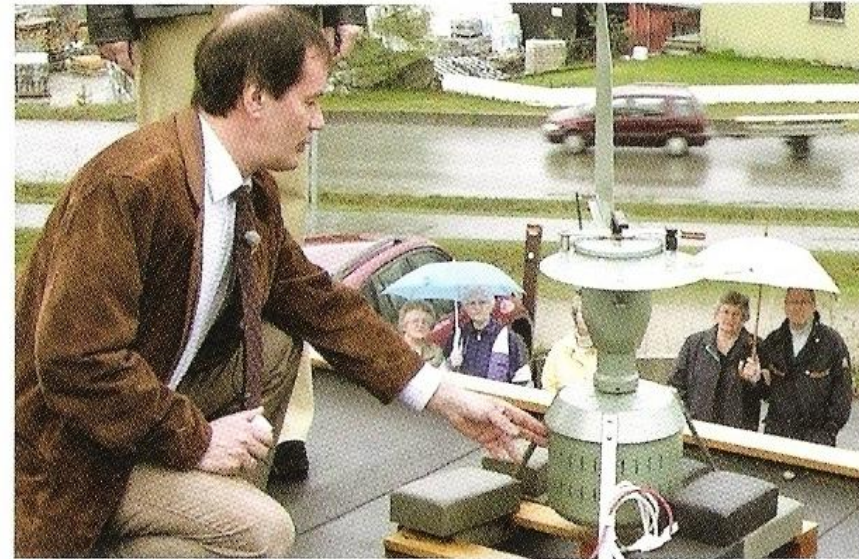
Effektiv merkeordning

- Påvirke produsenter til å lage så helsevennlige produkter som mulig
- Endre kjøpsmønstre til mindre helseskadelige produkter
- Verdens strengeste helsemerking!
 - Uavhengige eksperter
 - Siste vitenskaplige resultater
 - Krav om også overholdelse av svanen/EU-blomsten

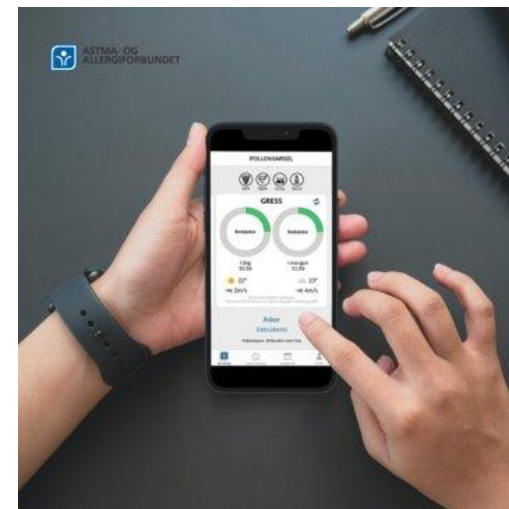


NAAF's nasjonale pollenvarsel

- Det er vi som leverer det daglige pollenvarselet
- Drevet på oppdrag fra Helsedirektoratet
- 2 heltidsansatte forskere
- 60.000 unike brukere i uka!
- www.naaf.no/pollenvarsel



De ti pollenfellene tømmes daglig i pollensesongen.



NAAFs arbeid med KOLS

- KOLS prosjekter i regionene
- Trening med KOLS i Horten og Drammen. Hva med Hønefoss?
- Egen KOLS brosjyre
- Eget valg på nettsidene om KOLS www.naaf.no
- Filmer om KOLS og medisinerer
- Likepersoner m/KOLS
- Stand på KOLSdagen
- Samarbeid om KOLS kurs på LMS



NAAF selger Jonas varmemaske, og pollenmaske



Jonas varmemasker

hjelper deg i kulden

Pollenmaske



- Spesielt egnet for astmatikere - lungesyke og hjertesyke
- Beskytter åndedrett og blodomløp mot kulde
- Ideell for friluftsliv, idrett og arbeid utendørs i kaldt vær
- Finnes i flere modeller og med to filtertyper
- Barn og voksenstørrelse
- Jonasmasken er godkjent som behandlingshjelpemiddel i enkelte helseregioner og skal begrunnes av spesialist; lungelege eller barnelege.

Det Norske Helsesenter

Valle Marina i Arguineguin, Gran Canaria

- Eies og drives av NAAF
- Snakker norsk i resepsjonen
- 500 m til Lyngsenteret ved stranden
- Spesielt gunstig klima for mennesker med lunge-, hud- og allergiproblemer



Turer til Valle Marina

- Nasjonal medlemstur til Valle Marina for voksne 25.- 16. mars med 2 reiseverter fra NAAF
- Rimelig opphold for medlemmer i mai – september.



GEILOMO Barnesykehus på Geilo

Et behandlings- og habiliteringstilbud til barn med astma, allergi, eksem og hjertefeil. Tilbudet gjelder barn i skolepliktig alder, fra 1. klasse til 10. klasse. Søkes i samråd med lege. Riksh.



Aktiviteter i NAAF region Østafjells

- Burot aksjoner
- Likepersonkurs og –tjeneste
- Brukerrepresentasjon i kommuner, nav og sykehusene.
- Samarbeid med LMS
- Røykfrie idrettsarenaer, inngangspartier, også på sykehus
- Allergivennlige blomster og planter
- Dufter (på ferger, flyplasser, skole, barnehage)
- Unngå Terapi-dyr i skoler, barnehager, sykehjem og aldershjem



ALLERGI-ÅRSHJUL

for pollen og planter i og rundt offentlige bygg



www.naaf.no

Allergi
Allergivennlige
inne- og uteplanter

Allergivennlige trær og planter:



Juleblomster og allergi

- Velg blant følgende:

- Asalea
- Alpefiol
- Julekaktus
- Gloriosa
- Flamingo
- Ildtopp
- Roser, duftsvake
- Orkideer

- Ikke velg følgende:

- Julestjerne
- Svibler
- Liljer
- Tulipaner
- Juleglede

AKTIVITETER I REGION ØSTAFJELLS

Familiweekender

- Vinterkurs på Straand hotell i Vrådal 1.- 3. mars 2024
- Høstkurs i Langesund oktober 2024



Medlemskap i Norges Astma- og Allergiforbund

- Hovedmedlem kr 400,-
- Familiemedlemskap, hele husstanden kr 500,-
- Studentmedlem 18-30 år kr 200,-



Fordeler:

Se medlemsfordeler på naaf.no

Rabatt i vår nettbutikk.

Leve med Astma/Kols/Allergi

- Hvordan jeg fikk Astma
- Jobbrelatert
- Periode med innleggelser, lungebetennelse og luftveisinfeksjoner
- Hvordan ble jeg bedre
- Riktige medisiner, trening, vekt.
- LHL Gardemoen
- Riktig bruk av medisiner
- Mine omgivelser
- Familie – pårørende – mann- datter
- Venner- forståelse
- Hvordan kan man hjelpe mennesker rundt seg med disse plagene
- Spørsmål



ASTMA- OG
ALLERGIFORBUNDET
- gjør Norge friskere



Takk for meg 😊

Laila Larsen
lailalar1212@gmail.com
Tlf: 922 95 015



naaf.no