

Stramamöte  
2024-12-10

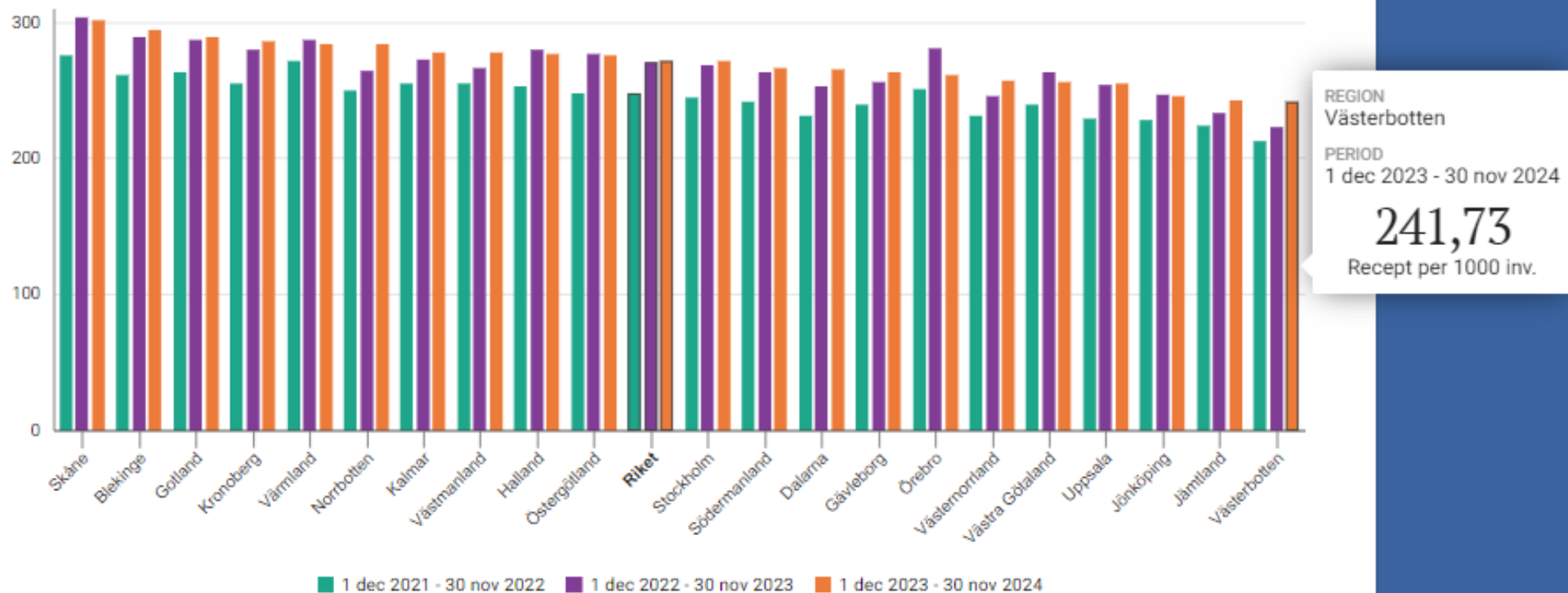




# Agenda

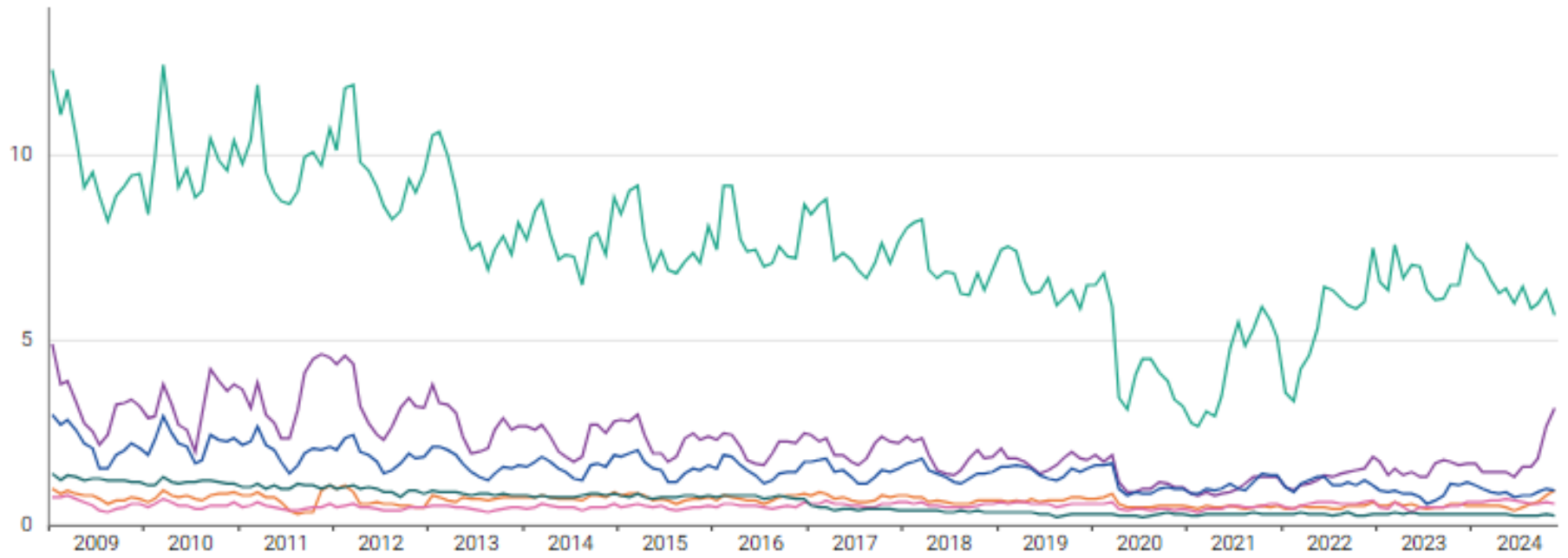
- Val av sekreterare för mötet
- Aktuella förskrivningsdata
- Slutenvårdsstrama-barn/infektion
- Nätverksträff
- Mikrobiologen/Läkemedel
- Veterinär/Tandvårdstrama
- Kommunikation
- Återrapportering stramautbildning
- Strategiskt arbete-Antibiotikasmart Sverige
- Kommande möten nationellt/utbildningar
- Övriga frågor

Försäljning efter region och löpande 12-månadersperiod. Recept per 1000 inv, J01 exkl metenamin



- Antibiotikaförsäljningen på riksnivå ökat med 0,4%.
- Västerbotten ökning med 8,6%.

Försäljning efter månad, fördelat i grupper av preparat som ofta används mot olika infektioner. Recept per 1000 inv.

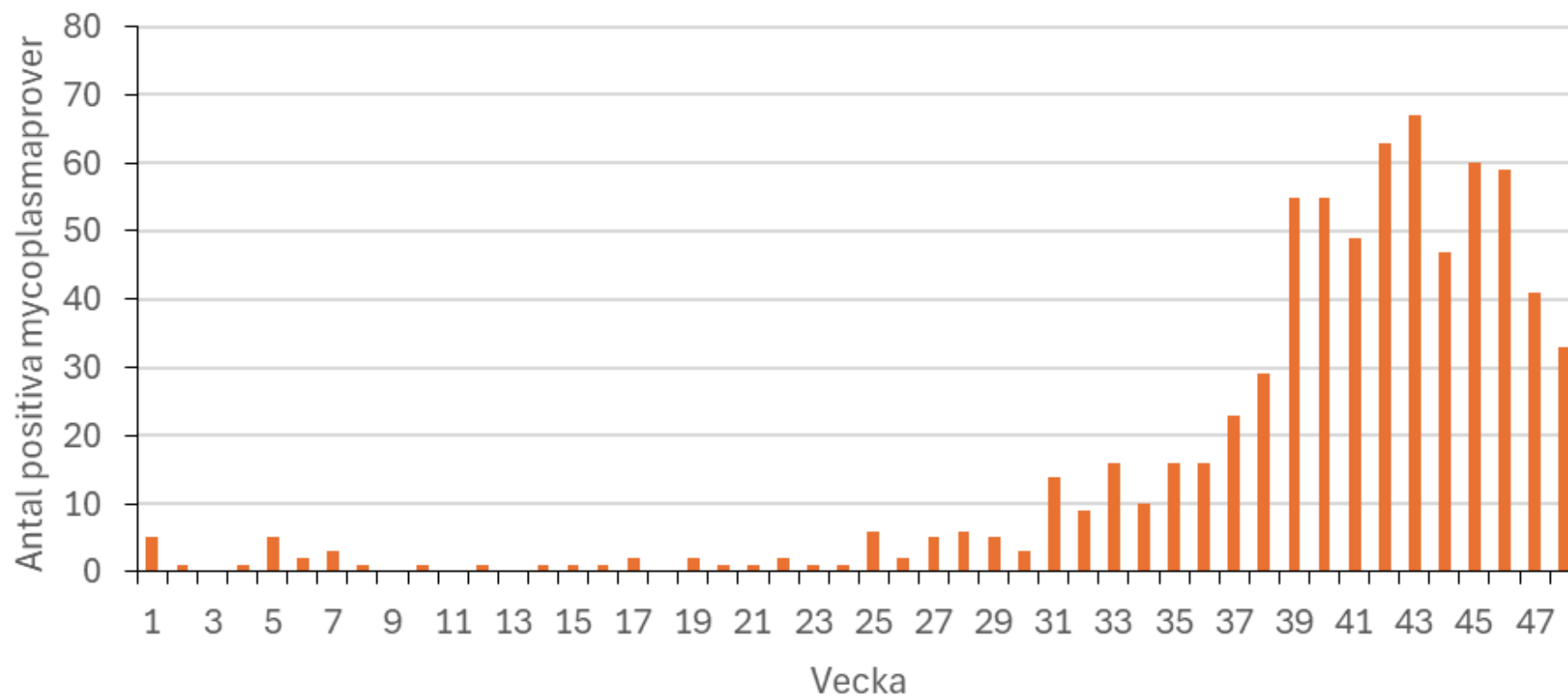


Fenoximetylpenicillin J01CE02 Doxycylin J01AA02 Makrolider J01FA Amoxicillin J01CA04 Amoxicillin m enzymhämmare J01CR02  
Cefalosporiner J01DB-DD

Välj grupp av preparat

Försäljningen av antibiotika som ofta används mot luftvägsinfektioner i öppenvården var lägre i grupperna fenoximetylpenicillin, cefalosporiner samt amoxicillin. Cefalosporiner minskade mest med 19 %. **Övriga luftvägsantibiotika ökade, störst ökning ses för doxycylin med 97 %.**

## Antal positiva prover mycoplasma per vecka



Klinisk mikrobiologi har noterat kraftigt ökat antal prover till följd av den ökade förekomsten av olika luftvägsinfektioner. **För att inte överskrida laboratoriets analyskapacitet för den stora luftvägspanelen rekommenderas följande analysbeställningar i RoS:**

- Vid primär frågeställning mykoplasma pneumophila, chlamydophila pneumophila eller pertussis beställ specifik PCR analys för dessa agens.
- Vid primär frågeställning influensa A/B, RS eller SARS-CoV-2 - beställ luftvägspanel liten.
- Akut luftvägspanel (SARS-CoV-2, influensa A/B och RS) beställs endast vid akut frågeställning för smittsamhetsbedömning inför inläggning av patient med luftvägssymtom.

| ANTAL          |       |
|----------------|-------|
| Patienter      | 97    |
| Förskrivningar | 106   |
| Itereringar    | 109   |
| Antal DDD      | 1 389 |

DIAGRAMTYP Stapeldiagram

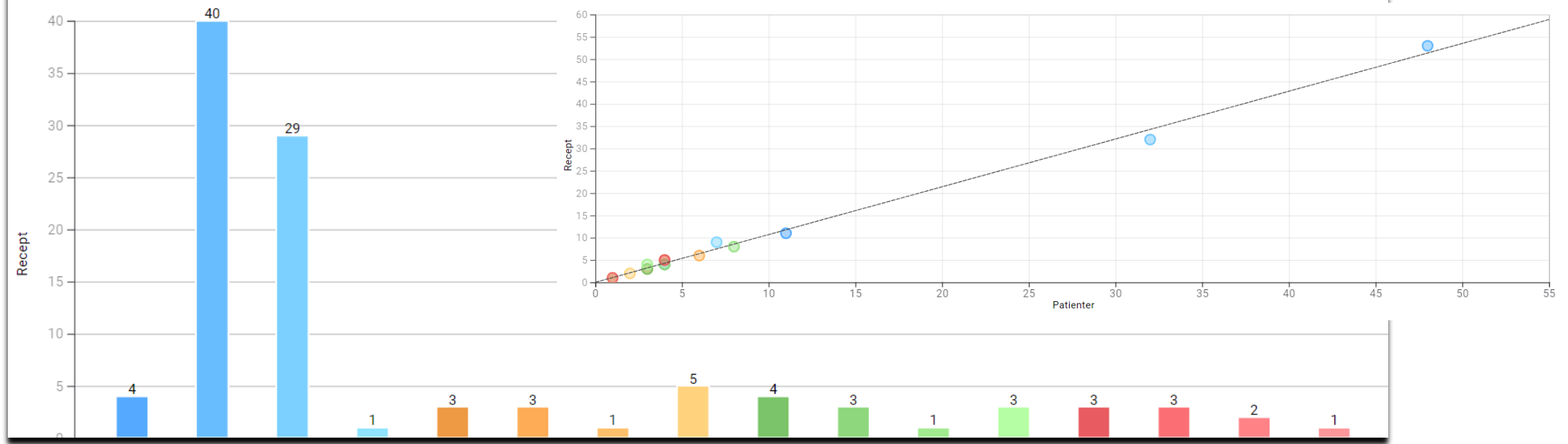
DATAURVAL Recept

LÄKEMEDEL

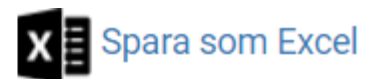
[J01AA02] Doxycyklin Spara

Valt läkemedelsfilter (1 ATC-grupp)

Rapporten kan filtreras på läkemedel eller läkemedelsgrupp. Sök först på läkemedelsnamn eller ATC-kod och markera sedan ditt val i listan.

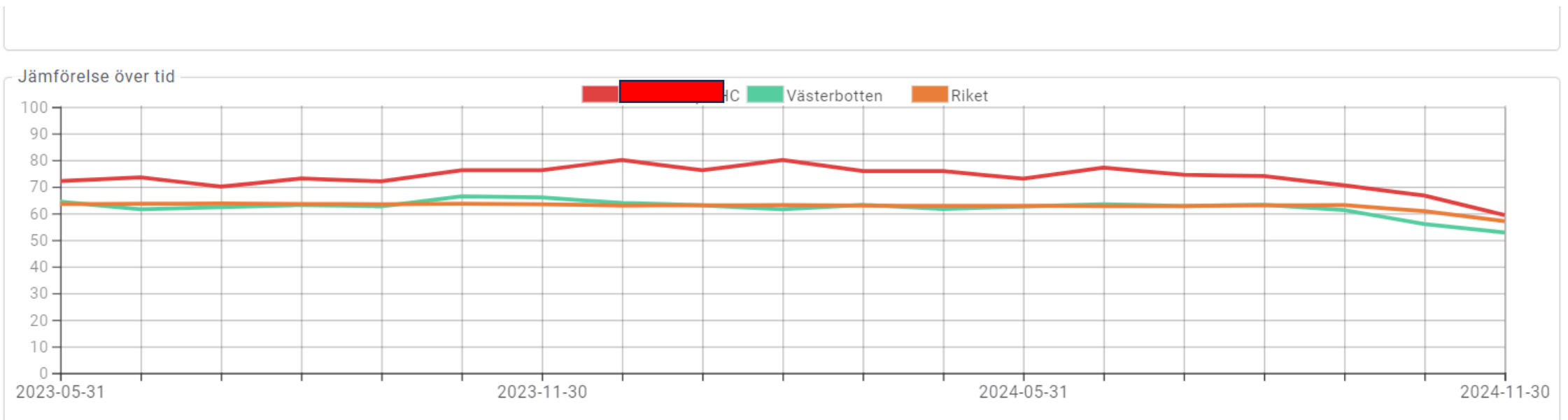


ATC-grupp: J01 Antibakteriella medel för systemiskt bruk (789 n, 865 iter, 582 patienter)



| Nr | Läkemedel                           | Koder   | Antal | Iter | Individer |
|----|-------------------------------------|---------|-------|------|-----------|
| 1  | Fenoximetylpenicillin               | J01CE02 | 321   | 321  | 271       |
| 2  | Flukloxacillin                      | J01CF05 | 97    | 97   | 89        |
| 3  | Nitrofurantoin                      | J01XE01 | 88    | 96   | 77        |
| 4  | Doxycyklin                          | J01AA02 | 66    | 69   | 61        |
| 5  | Pivmecillinam                       | J01CA08 | 61    | 68   | 55        |
| 6  | Lymecyklin                          | J01AA04 | 29    | 63   | 24        |
| 7  | Klindamycin                         | J01FF01 | 27    | 27   | 25        |
| 8  | Amoxicillin och betalaktamashämmare | J01CR02 | 24    | 24   | 21        |

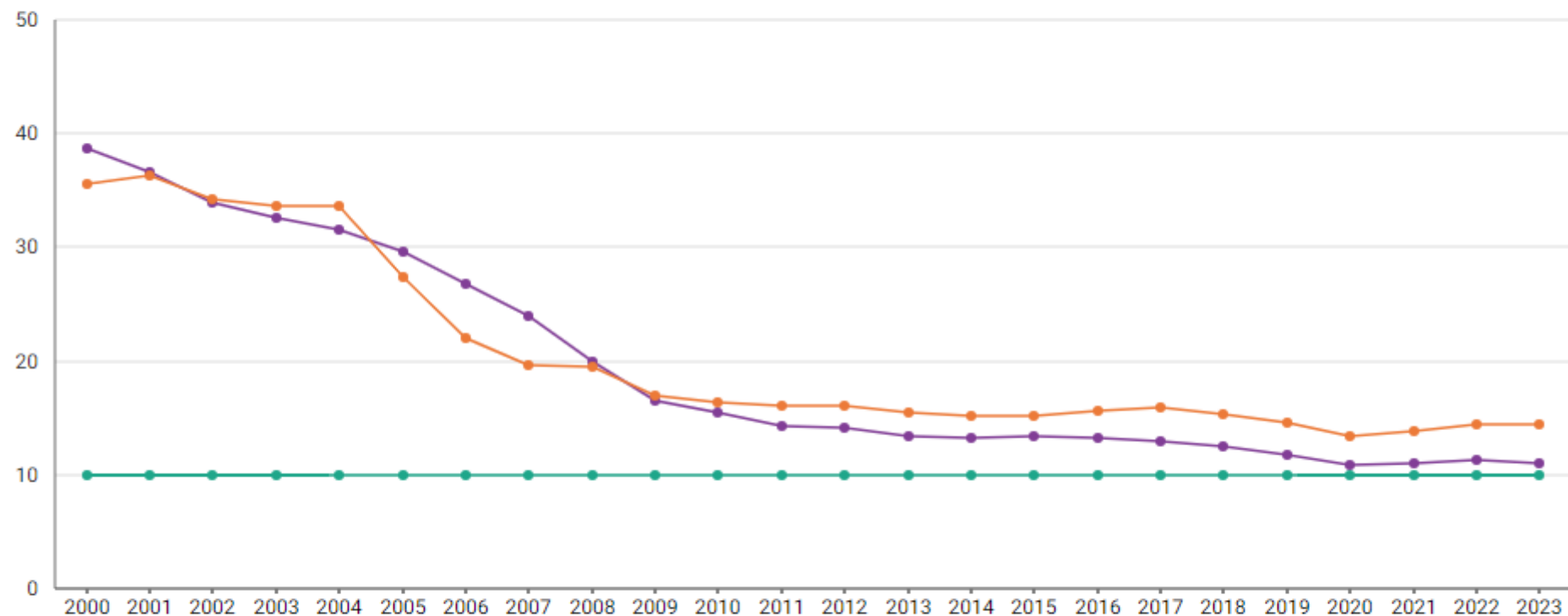
# Andel PcV av antibiotikabehandlad pneumoni



Mål >90%  
Länet 53%  
Riket 57%  
HC 59%



### Förskrivningsindikatorer för urinvägsantibiotika efter region och år. Andel recept (procent)

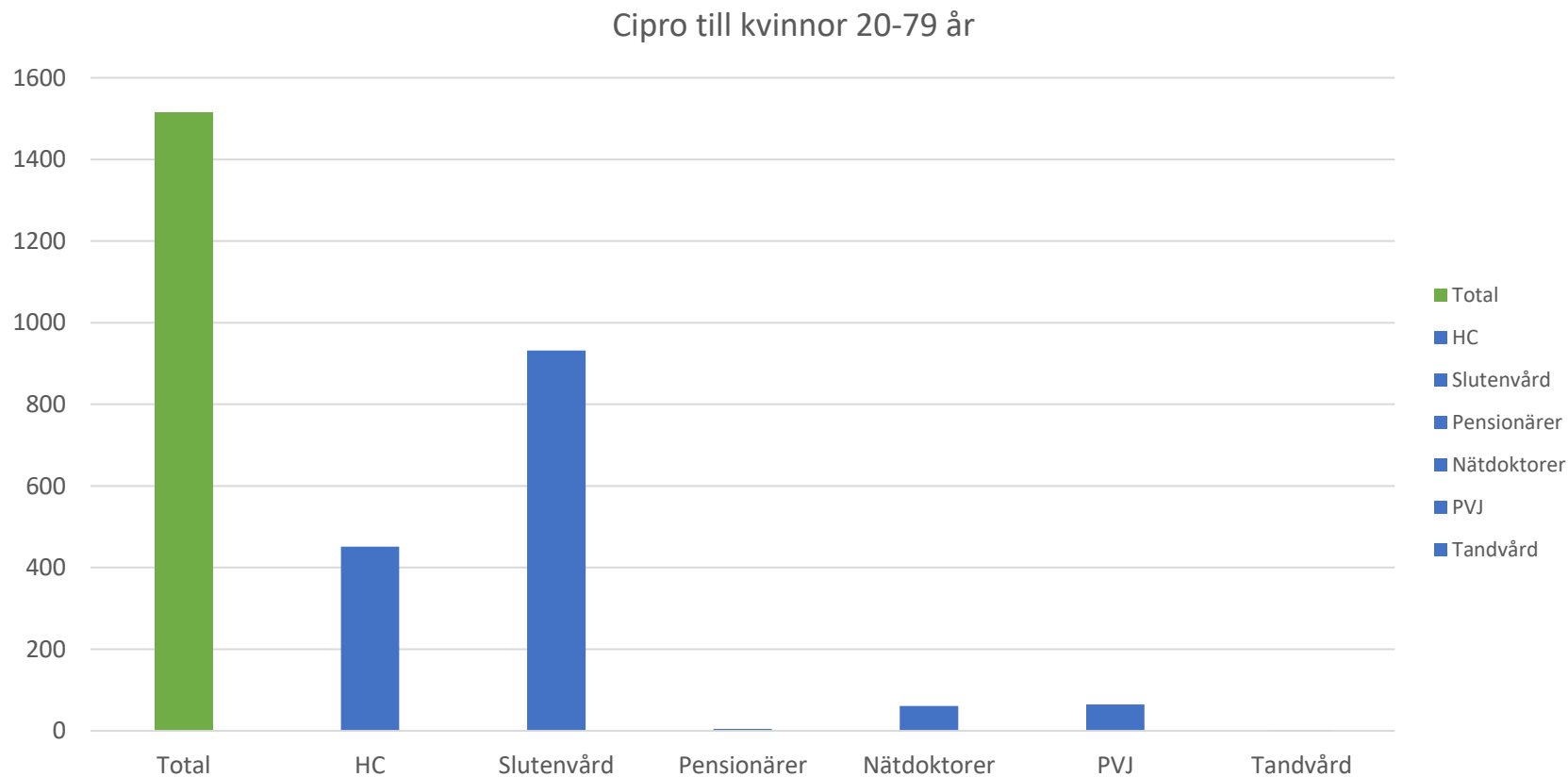


■ Stramas mål på 10% ■ Riket ■ Västerbotten

Välj län

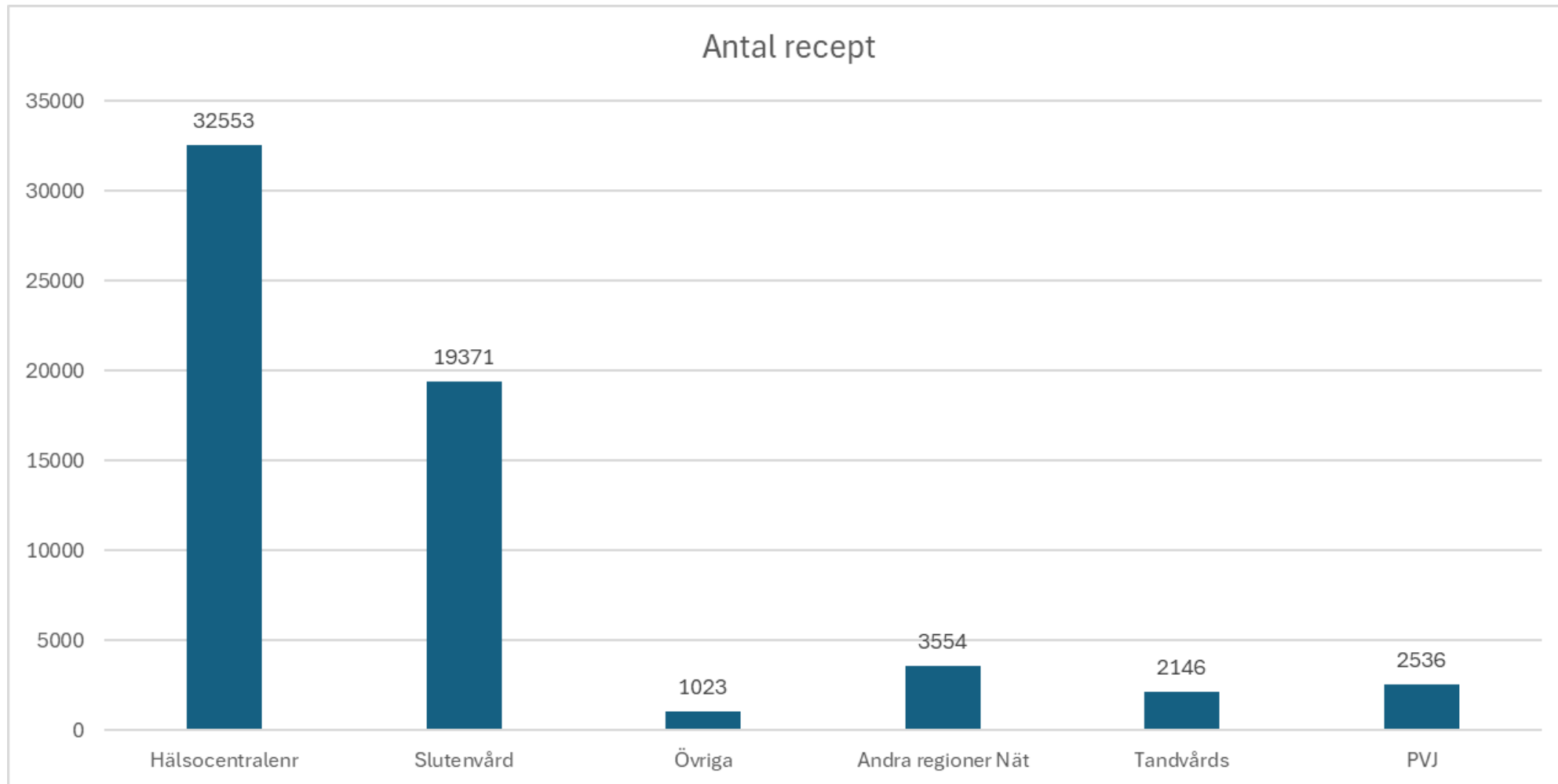
Västerbotten ▼

# Ciprofloxacin till kvinna-recept



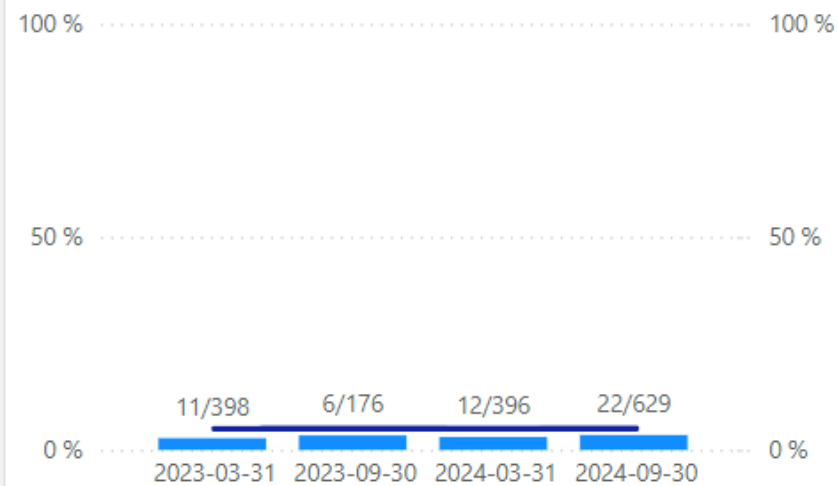
- Andel kinoloner av urinvägsantibiotika: 14,6 % (all förskrivning)
- Andel kinoloner av urinvägsantibiotika: 6,8% (det som är förskrivet av HC)

# Data ur diver- J01 exkl metenamin förskrivning ÖV



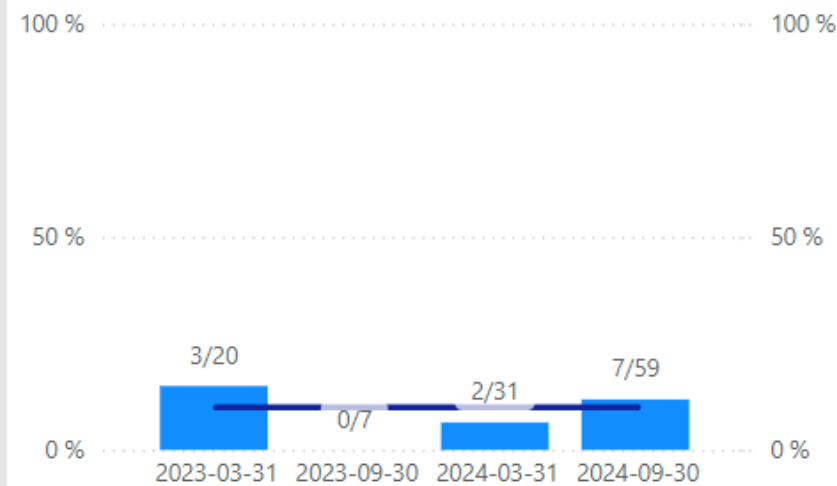
## Inf07: Andel ÖLI med antibiotika

Målvärde <5 %



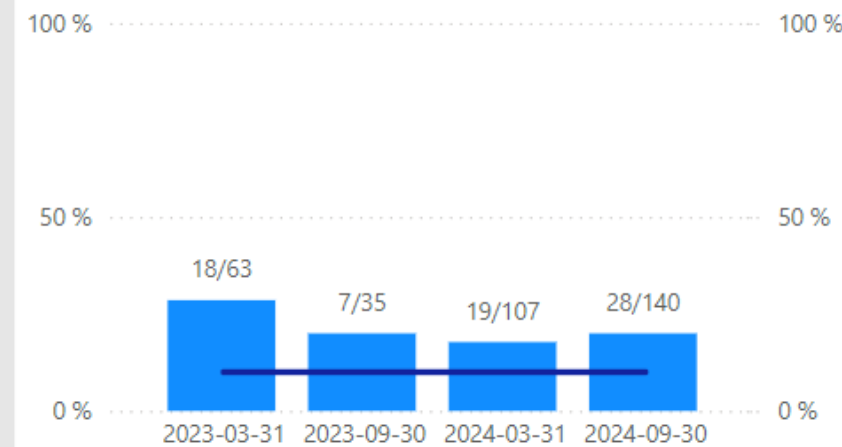
## Inf24: Andel akut bronkit med antibiotika (exkl KOL)

Målvärde <10 %



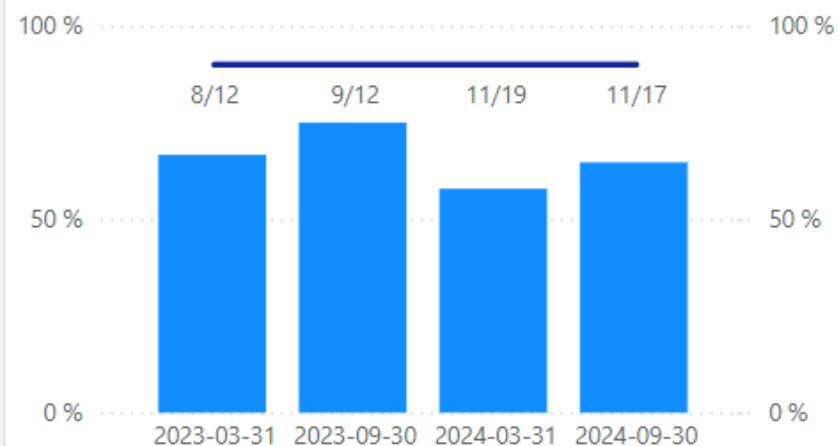
## Inf17Neg: Andel antibiotikabehandlad tonsillit med neg Strep A

Målvärde <10 %



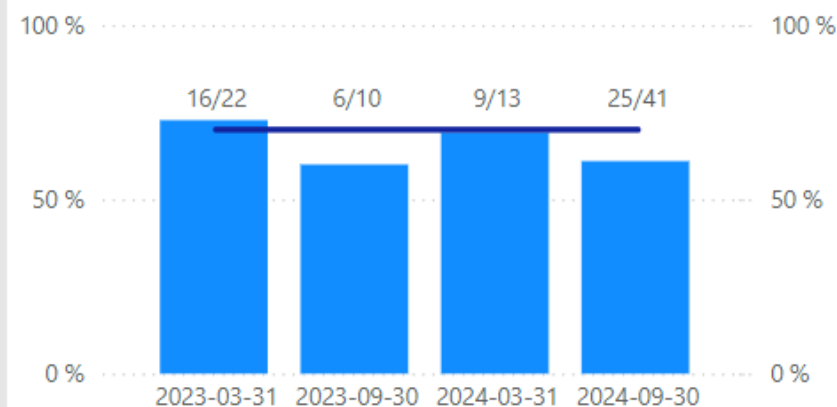
## Inf11: Andel PcV av antibiotikabehandlad sinuit

Målvärde >90 %



## Inf21: Andel PcV av antibiotikabehandlad pneumoni (exkl KOL)

Målvärde >70 %



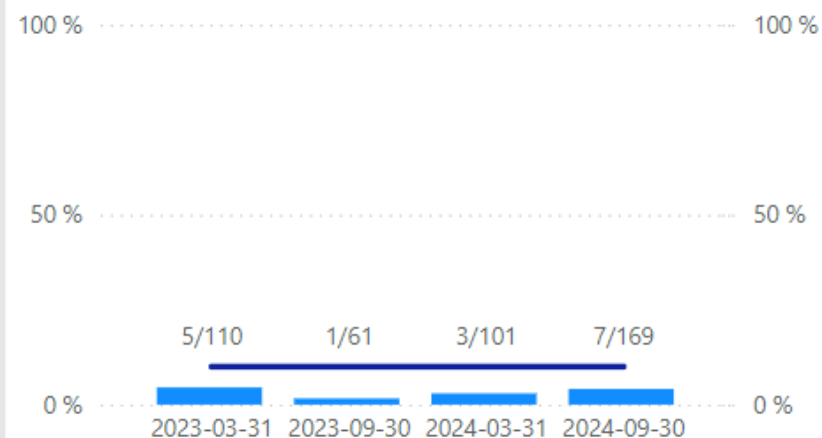
Enhet

Ålidhems HC

- Resultat i % (blå staplar)
- Målvärde i % (horisontell linje i diagram)

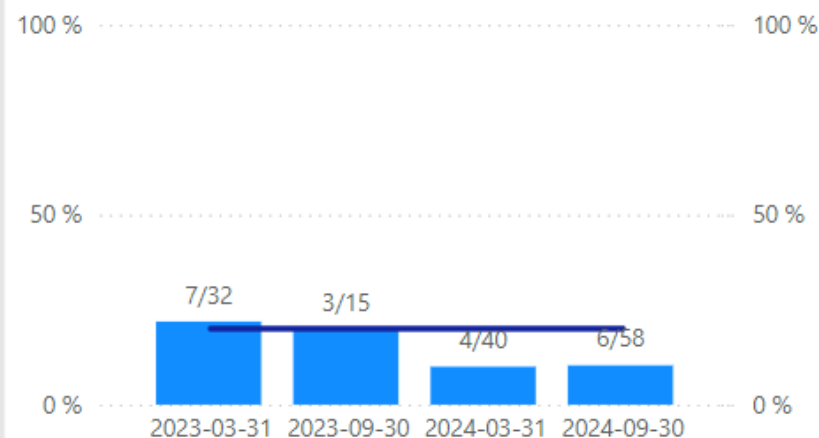
## Inf29: Andel kinoloner vid akut cystit (kvinnor)

Målvärde < 10%



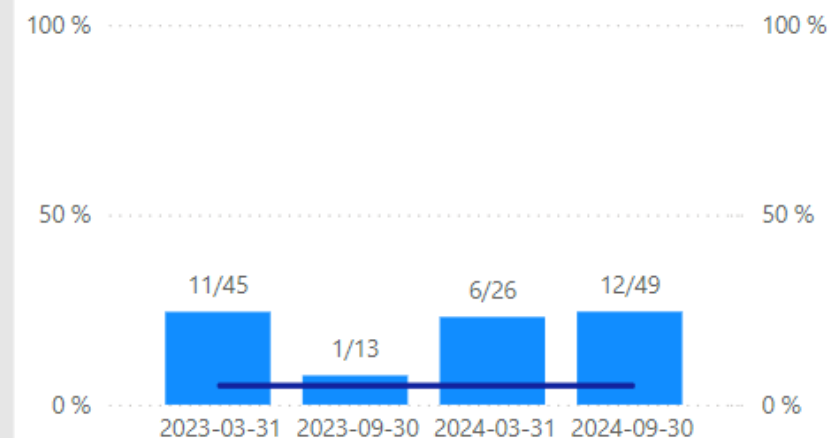
## Inf31: Andel kinoloner vid akut cystit (män)

Målvärde < 20%



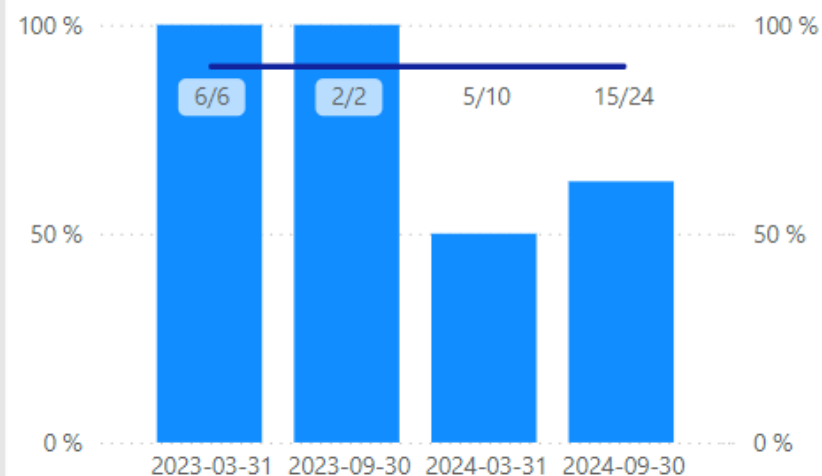
## Inf51: Andel paronyki och nageltrång med antibiotika

Målvärde < 5 %



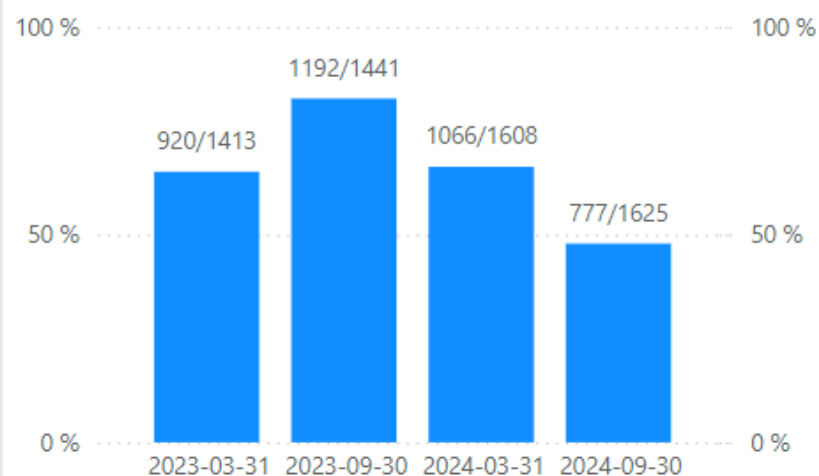
## Inf47: Andel PcV av antibiotikabehandlad erysipelas

Målvärde > 90%



## Inf65: Antibiotika utan någon vanlig infektionsdiagnos

Definierat målvärde saknas



Enhet

Ålindhems HC

Resultat i % (blå staplar)

Målvärde i % (horisontell linje i diagram)

# Antibiotika utan någon vanlig infektionsdiagnos?

## Inf65: Antibiotika utan någon vanlig infektionsdiagnos

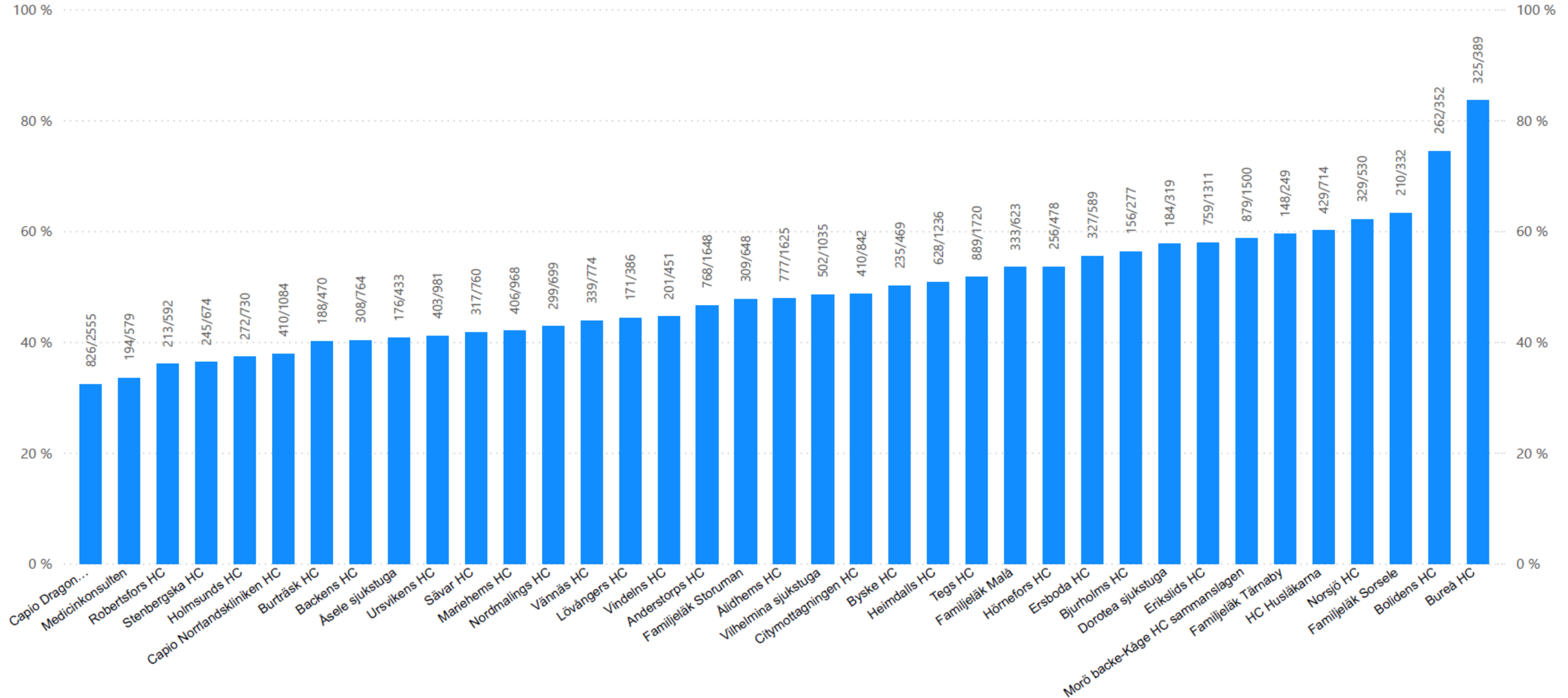
Värden ovanför staplar visar antal för angiven indikator// totala antalet

2023-03-31

2023-09-30

2024-03-31

2024-09-30

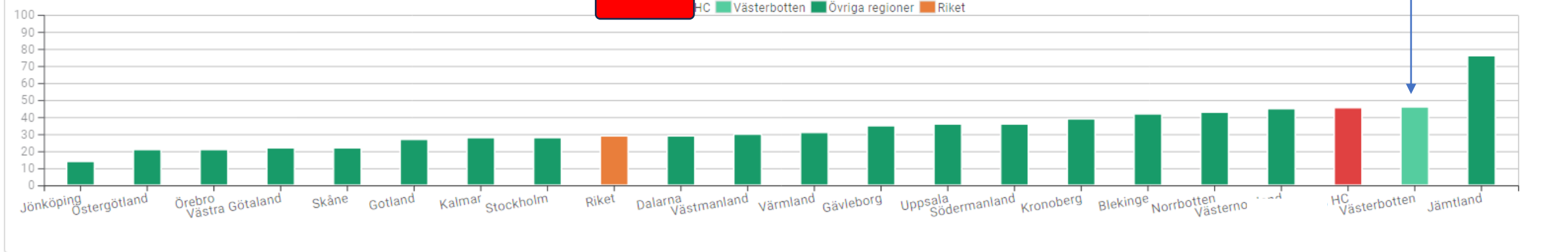


# Västerbotten-näst sist in i PVQ

☆ Inf65: Antibiotika utan någon vanlig infektionsdiagnos

Specifikation

Jämförelse mellan regioner/nationellt

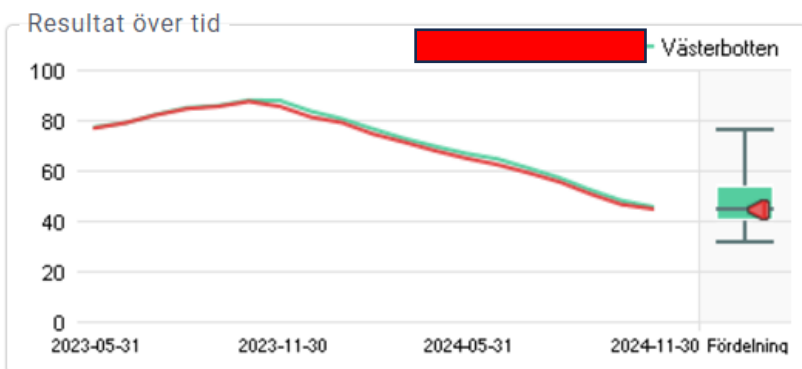
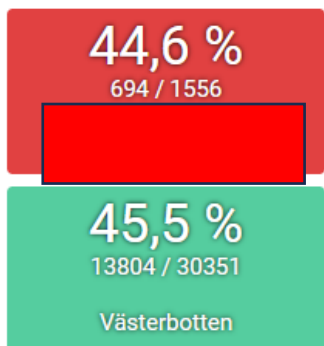


# Antibiotika utan infektionsdiagnos

Detaljer

Benchmark

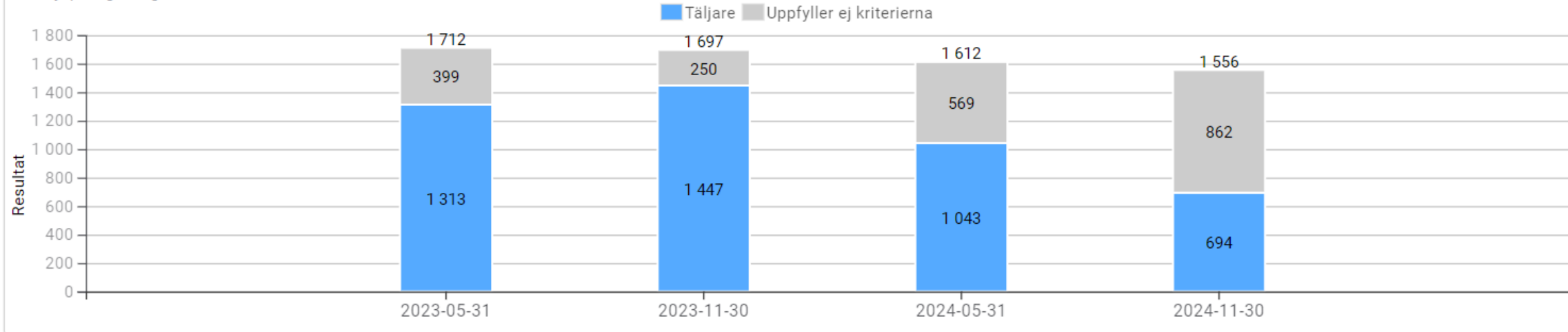
Specifikation | Hämta resultat till Excel



Fördjupningstabell

|          | 2023-05-31 | 2023-11-30 | 2024-05-31 | 2024-11-30 |
|----------|------------|------------|------------|------------|
| Resultat | 77 %       | 85 %       | 65 %       | 45 %       |

Fördjupningsdiagram







Slutenvårdstrama





Nätverksträffar

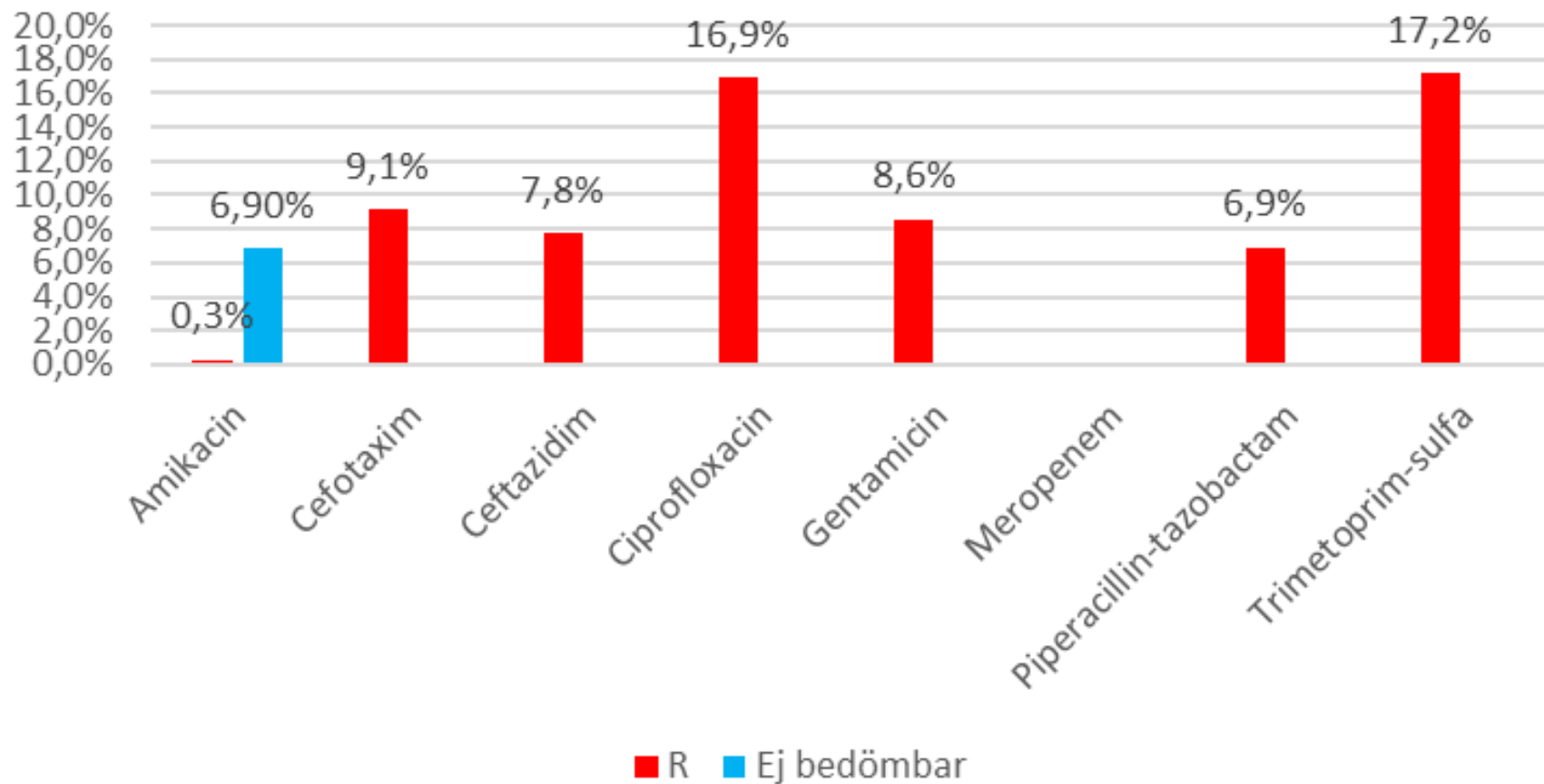




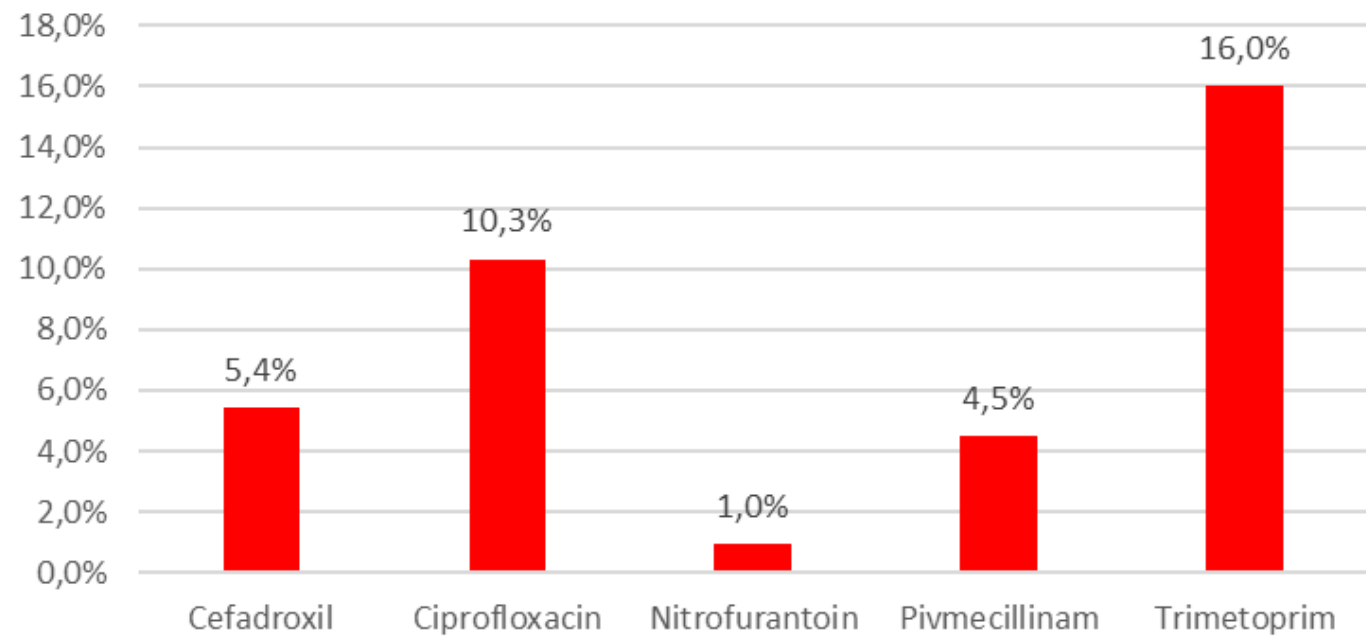
Mikrobiologen

Preliminär resistensstatistik och information från RAF

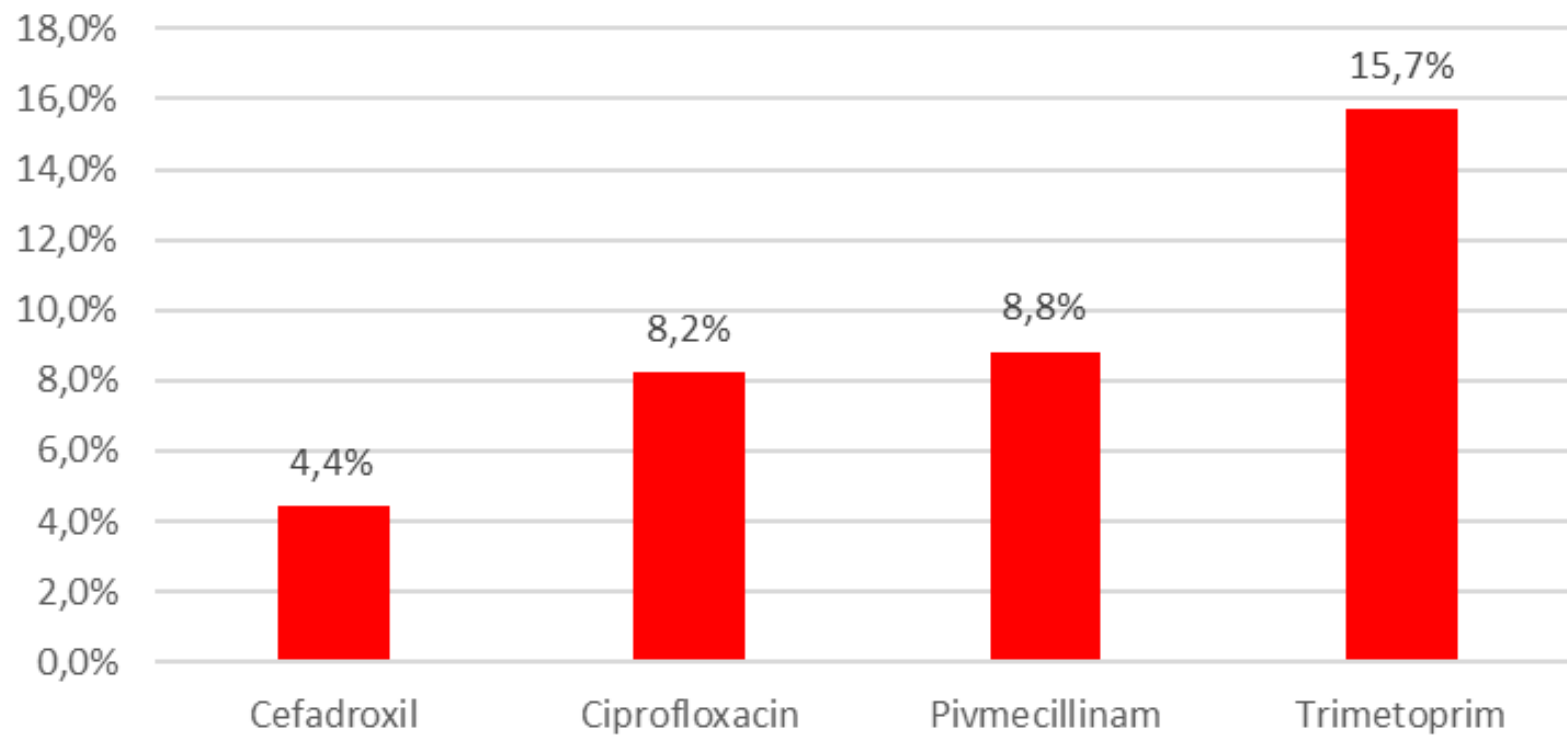
### E coli Blod 2024 Antal: 362 st %R



E coli urin 2024 antal ca 8600  
%R



Klebsiella pneumoniae urin antal: ca 1200  
%R



**I 10-20% av fallen ses resistensutveckling vid behandling med cefalosporiner och piperacillin-tazobaktam. Högst är risken vid komplicerade infektioner eller svår immunosuppression.  
Byt behandling vid misstanke om terapivikt.**

---

som kan användas på svarsrapporter från mikrobiologiska laboratorier.

[Rekommendationer för utsvarning av Enterobacterales som kan överuttrycka kromosomal AmpC Betalaktamas \(PDF\)](#)



# Arter med kromosomalt Amp C

- Enterobacter cloacae komplekset
- Klebsiella aerogenes
- Citrobacter freundii-komplekset
- Hafnia alveii
- Providencia sp
- Serratia sp
- Morganella morganii

## Terapirekommendationer

Läkemedelskommitténs expertgrupper författar aktuell läkemedelsbehandling inom sitt specialområde, detta material sammanställs och finns sedan tillgänglig som bok och i digital version.

Urvalet av läkemedel omfattar huvudsakligen rekommenderade förstahandsval inom respektive område och baseras på dokumenterad medicinsk och farmaceutisk ändamålsenlighet samt kostnadseffektivitet.

Den tryckta boken kan beställas från Läkemedelskommittén  
E-post: [lakemedelskommitten@regionvasterbotten.se](mailto:lakemedelskommitten@regionvasterbotten.se)


- [Läkemedelsmål 2024](#)
- [Nytt i 2024 års upplaga](#)

Läkemedelskommittén

Terapirekommendationer  
För sjukvården och tandvården i Västerbotten 2024

### För vårdgivare

|                                    |   |
|------------------------------------|---|
| Behandlingsstöd och vårdriktlinjer | – |
| Bild- och funktionsmedicin         |   |
| Hjälpmedel                         | + |
| Funktionsnedsättning               |   |
| Läkemedel                          | – |
| Behandlingsrekommendationer        | – |
| <b>Terapirekommendationer</b>      |   |
| Levnadsvanor                       |   |
| Allergi                            |   |
| Barn                               |   |

A wide-angle photograph of a winter landscape. In the foreground, a snow-covered ground leads to a large, bare tree heavily laden with snow. To the right, a portion of a building with a snow-covered roof is visible. The background shows a vast, flat, snow-covered field under a clear blue sky. The overall scene is bright and serene, with strong shadows cast by the tree and building.

# Läkemedel



Veterinärstrama

## Så ser antibiotikaförskrivningen ut i Västerbotten

Region Västerbotten är sedan flera år tillbaka bäst i Sverige på att skriva ut minst antibiotika i primärvården. De senaste åren har förskrivningen dock börjat öka, och det är viktigt att vi fortsätter vårt arbete för en klok antibiotikaförskrivning.



Therese Thunberg är ordförande för Strama Västerbotten, som arbetar för en rationella användning av antibiotika. Foto: Linn J...  
Trenden är att antibiotikaförskrivningen ökar i länet såväl som nationellt. Det senaste året har

K  
S  
K

## Förebygg smittspridning bland patienter – Dags för mätningar

Ett viktigt verktyg för att förebygga att våra patienter drabbas av smittspridning och vårdrelaterad infektion är att mäta hur vi klarar följsamhet till basala hygienrutiner samt att mäta infektionsprevalens. Nu är det dags för höstens mätningar.



# Kommunikation

Arbetsgrupp för antibiotika i tandvården (del av NPO tandvård) är nästan klara med uppdaterade profylaxrekommendationer för tandvården och dessa kommer att skickas ut på remiss



## Tandvårdstrama

# Strama utbildningsdag 19/11

## Program

*Fika 09.15-09.45*

- Vad är strama (TT)
- Aktuellt resistensläge (TT)
- Antibiotika och terapirekommendationer (interaktiva patientfall) (AW/JB)
- Antibiotikaallergi (interaktiva patientfall) (JB)

*Lunch 12-13*

- Primärvårdskvalité i praktiken-workshop (TT/AK)
- Återkoppling av data från primärvårdskvalité HC (TT/AK)
- Restsituation antibiotika (JB)

*Fika 14.30-15*

- Vårdhygien en del av stramaarbete (interaktiva patientfall) (AW)
- Bli en antibiotikasmart hälsocentral-vad innebär det? (TT)
- Summering av dagen

*Föredragshållare*

(AW) Andreas Winroth, Överläkare Vårdhygien

(AK) Anna Kauppi, Sjuksköterska, Smittskydd

(JB) Jens Backman, Biträdande Överläkare Infektionskliniken, Vårdhygien

(TT) Therese Thunberg, Överläkare Infektionskliniken, Biträdande smittskyddsläkare



*Utgå alltid från patientens  
individuella förutsättningar och situation*

## Rekommenderade diagnoskoder för vanliga infektioner i öppenvård

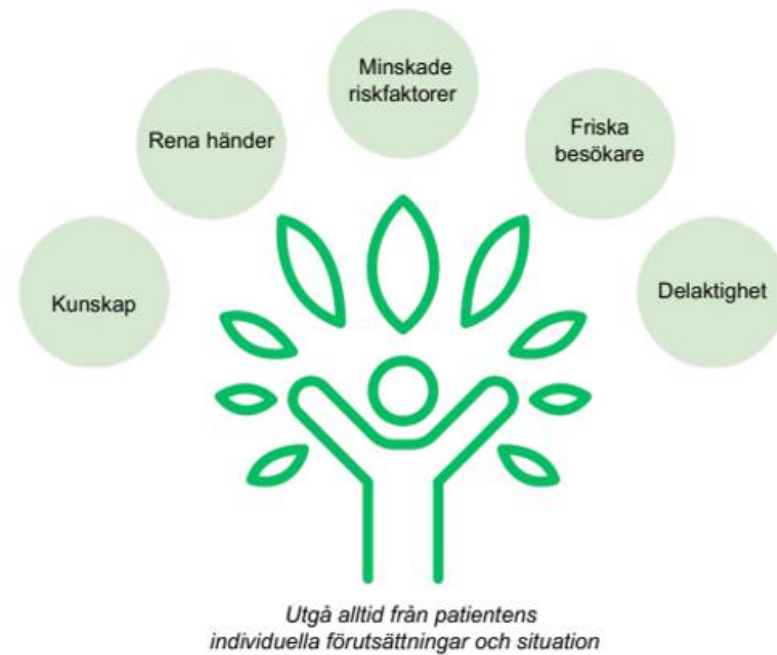
|   |  |
|---|--|
| <b>Akut mediaotit</b>                             |  |
| H660  | Akut varig mellanöreinflammation (akut mediaotit)                        |
| <b>Perforation av trumhinnan</b>                  |  |
| H729  | Perforation av trumhinnan, ospecificerad                                 |
| <b>Akut Serös otit</b>                            |  |
| H650  | Icke varig mellanöreinflammation, ej specificerad som akut eller kronisk |
| <b>Akut Simplexotit</b>                           |  |
| H651  | Annan akut icke varig mellanöreinflammation                              |
| <b>Öronvärk</b>                                   |  |
| H920  | Otalgi   |
| <b>Efterkontroll: Båda nedanstående diagnoser</b> |  |
| Z098  | Kontrollundersökning efter annan behandling för andra tillstånd          |
| H660  | Akut varig mellanöreinflammation (akut mediaotit)                        |
| <b>Akut rinosinuit</b>                            |  |
| J019  | Akut sinuit, ospecificerad   |
| <b>Faryngotonsillit</b>                           |  |
| J030  | Streptokocktonsillit   |
| J039  | Akut tonsillit, ospecificerad  |
| <b>Halsont</b>                                    |  |
| J029  | Akut faryngit, ospecificerad   |
| <b>Akut bronkit</b>                               |  |
| J209  | Akut bronkit, ospecificerad  |
| <b>Pneumoni</b>                                   |  |
| J189  | Pneumoni, ospecificerad  |
| <b>Kontroll: Båda nedanstående diagnoser</b>      |  |
| Z098  | Kontrollundersökning efter annan behandling för andra tillstånd          |
| J189  | Pneumoni, ospecificerad  |
| <b>Akut exacerbation av KOL</b>                   |  |
| J441  | Kronisk obstruktiv lungsjukdom med akut exacerbation, ospecificerad      |
| <b>Akut cystit</b>                                |  |
| N300  | Akut cystit  |
| O231  | Cystit under graviditeten  |
| <b>Febril UVI (Akut pyelonefrit)</b>              |  |
| N109  | Akut tubulo-interstitiell nefrit   |
| <b>Impetigo:</b>                                  |  |

Diagnoskodslista (inplastad)-Spridning till primärvården

<https://skr.se/primarvardskvalitet/kvalitetsindikatorer/indikatorlistordiagnoskoderfoldrar/463.html>

# Stramaordförandemötet 2024

- Antibiotikasmart Sverige-lansering av kriterierna på sjukhus







## Förhindra smittspridning

- Basala hygienrutiner tillämpas av alla som arbetar patientnära
- Rena händer är den enskilt viktigaste faktorn
- Över- och felanvändning av handskar är en riskfaktor för smittspridning
- Bra rutiner för rengöring och desinfektion samt för tvätt- och avfallshantering
- Screenodla för multiresistenta bakterier vid behov
- Erbjud och motivera vårdpersonal att vaccinera sig enligt gällande rekommendationer

### Basala hygienrutiner

#### Rena händer

- Desinficera händer och underarmar med handsprit **före** och **efter** patientkontakt
- Tvätta händerna med tvål och vatten före desinfektion om patienten kräks eller har diarré eller om händerna är synligt smutsiga

#### Handskar

- Använd handskar vid risk för stickskada eller kontakt med kroppsvätskor
- Desinficera händerna före och efter användning av handskar
- Byt handskar mellan olika vårdmoment

#### Förkläde

- Använd engångsförkläde i plast vid nära patientarbete, kontakt med säng eller risk för stänk

#### Stänkskydd

- Använd munskydd i kombination med skyddsglasögon eller visir vid risk för stänk mot ansikte

### Klädregler för vårdpersonal

**Kort ärm** som möjliggör korrekt handhygien

**Händer och underarmar fria** från klockor, smycken, förband och stödskenor mm



**Uppsatt hår/** skägg/huvudduk om det hänger ner i arbetsfältet

**Kortklippta naglar**, utan nagellack eller konstgjorda naglar

**Byt arbetsdräkt** dagligen och vid behov

### Exempel på mått och mål:

Öka följsamhet till basala hygienrutiner

Återkommande genomgång av rutiner på personalmöten

Inför ett system för utvärdering av städskvalitet



## Använd antibiotika ansvarsfullt

- Rätt antibiotika, i rätt tid till rätt patient
- Minska onödig antibiotikaanvändning
- Utvärdera antibiotikabehandling dagligen

### Vad innebär rätt antibiotika, i rätt tid till rätt patient?

- Ordinera antibiotika när det behövs
- Värdera indikation och väj empirisk behandling, se rekommendationer i app **Strama Nationell**
- Sätt ut antibiotika när behandlingskrävande infektion är osannolik
- Individanpassa doseringen
- Rikta behandlingen utifrån odlings svar
- Byt från intravenös till peroral behandling om det går
- Eftersträva så smal och kort antibiotikabehandling som möjligt
- Diskutera med infektionskonsult vid behov av rådgivning
- Behandla inte kolonisation eller normalflora
- Omvärdera varningsmärkningar för antibiotikaallergi



Strama Nationell finns där appar finns eller på [www.strama.se](http://www.strama.se)

### Exempel på mått och mål:



\*Kinoloner är en grupp med antibiotika som innehåller preparat som t ex ciprofloxacin  
Karbapenemer är en grupp med antibiotika som innehåller preparat som t ex meropenem, imipenem och ertapenem



## Optimera infektionsdiagnostik

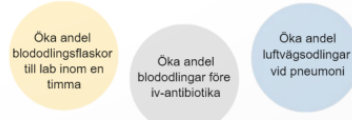
- Ta relevanta odlingar före antibiotikabehandling
- Blododla alltid före intravenös antibiotikabehandling
- Utför och hantera odlingar korrekt
- Överväg övrig mikrobiologisk diagnostik

### Praktiska tips vid blododlingar

- Desinficera huden noggrant vid blododlingar och ta ett första rör som kasseras för att minska risken för växt av hudbakterier (kontaminering)
- Fyll alla flaskor vid en blododlingsomgång vid samma tidpunkt från samma perifera stick
- Fyll blododlingsflaskorna till rätt nivå
- Transportera blododlingsflaskor till lab (eller blododlingsskåp) så fort som möjligt, annars fördröjs diagnostiken

Läs mer i [Vårdhandboken](#)

### Exempel på mått och mål:



## Minska behovet av antibiotika

- Erbjud och motivera patienter att vaccinera sig enligt gällande rekommendationer
- Förebygg vårdrelaterade infektioner, VRI, genom att minimera riskfaktorer:

*Patientrelaterade riskfaktorer för VRI*  
Rökning, otillräcklig nutrition, dålig munstatus, immunosuppression, immobilisering, trycksår och andra sår

*Läkemedelsrelaterade riskfaktorer för VRI*  
Antibiotika, immunosuppression, opiater

*Kateterrelaterade riskfaktorer för VRI*  
KAD, PVK, CVK\*, PICC-line, dialyskateter

*Andra riskfaktorer för VRI*  
Operationer, dränage, shuntar, respiratorbehandling

### Exempel på åtgärder som kan minska VRI

- Daglig utvärdering av behovet av katetrar
- Inspektion av infarter
- God omvårdnad: t ex mobilisering, god nutrition
- Preoperativa förberedelser och antibiotikaproxylax i rätt tid
- Undvik onödig antibiotikabehandling

Observera vikten av korrekt dokumentation i journalen

### Exempel på mått och mål:



\* KAD=urinkateter, PVK = perifer venkateter, CVK = central venkateter

# Strategiskt arbete 2025

## Vill din verksamhet bli antibiotikasmart?

Så här går det till - från kontakt till diplomering.



The brochure cover features the Strama logo at the top left, with the tagline "Samverkan mot antibiotikaresistens". The main heading is "Motverka antibiotikaresistens och uppkomst av vårdrelaterade infektioner:". Below this, four key points are highlighted in colored boxes:

- A FÖRHINDRA SMITTSPRIDNING** (Prevent spread of infection)
- B ANVÄND ANTIBIOTIKA ANSVARSFULLT** (Use antibiotics responsibly)
- C OPTIMERA INFEKTIONS DIAGNOSTIK** (Optimize infection diagnostics)
- D MINSKA BEHOVET AV ANTIBIOTIKA** (Reduce the need for antibiotics)

In the center is a green icon of a person with arms raised, surrounded by leaves. At the bottom, the text reads: "Stramas 10-punktsprogram i praktiken - antibiotikasmarta tips till dig som arbetar på sjukhus".

# Friskare förskola-Arbete AntibiotikasmartSverige

Arbete från  
förskolan  
Pratbubblan  
i Vindeln



## Vårdcentral



Just nu tas kriterierna fram och testas av olika vårdcentraler.

→ [Bli en antibiotikasmart vårdcentral](#)

## Äldre- och funktionshinderomsorg



Inom äldre-och funktionshinderomsorgen bor och vårdas personer som är känsliga för infektioner.

→ [Bli en antibiotikasmart äldre-](#)

## Sjukhus



På sjukhusen vårdas patienter i en miljö där risken för uppkomst och spridning av antibiotikaresistens och vårdrelaterade infektioner är hög.

→ [Bli ett antibiotikasmart sjukhus](#)

## Regionledning



Just nu tas kriterierna fram och testas av olika verksamheter inom regionledningar.

→ [Bli en antibiotikasmart regionledning](#)

## Förskolor



Infektioner är vanligt bland barn i förskoleåldern, och sprids lätt i förskolan eftersom många vistas tillsammans på en begränsad yta.

→ [Friskare förskola - bli en antibiotikasmart förskola](#)

## Skolor



För att öka förståelsen för de långtgående effekterna av antibiotikaanvändning och antibiotikaresistens, behöver vi undervisa barn och unga om vad bakterier är, hur spridning av infektioner kan bromsas, hur antibiotika fungerar samt dess betydelse för att behandla bakterieinfektioner.

→ [Bli en antibiotikasmart skola](#)

## Vatten och avlopp



Den kommunala vatten- och avloppssektorn (VA) producerar och levererar dricksvatten, och tar hand om avloppsvatten på ett miljömässigt riktigt sätt.

→ [Bli en antibiotikasmart vatten och avlopp-verksamhet](#)

## Kommunledning



Kommunerna har en central roll i Sveriges genomförande av Agenda 2030. Flera av de globala målen har en koppling till antibiotikaresistens.

→ [Bli en antibiotikasmart kommunledning](#)

# Strategiskt stramaarbete

- Cystitchecklista--primärvården
- Cystitchecklista på säbo-uppstart

Urinvägsbesvär

region västerbotten

Utgåva nr: 6.0  
Giltigt f.o.m. 2023-10-27  
Giltigt t.o.m. 2025-11-02

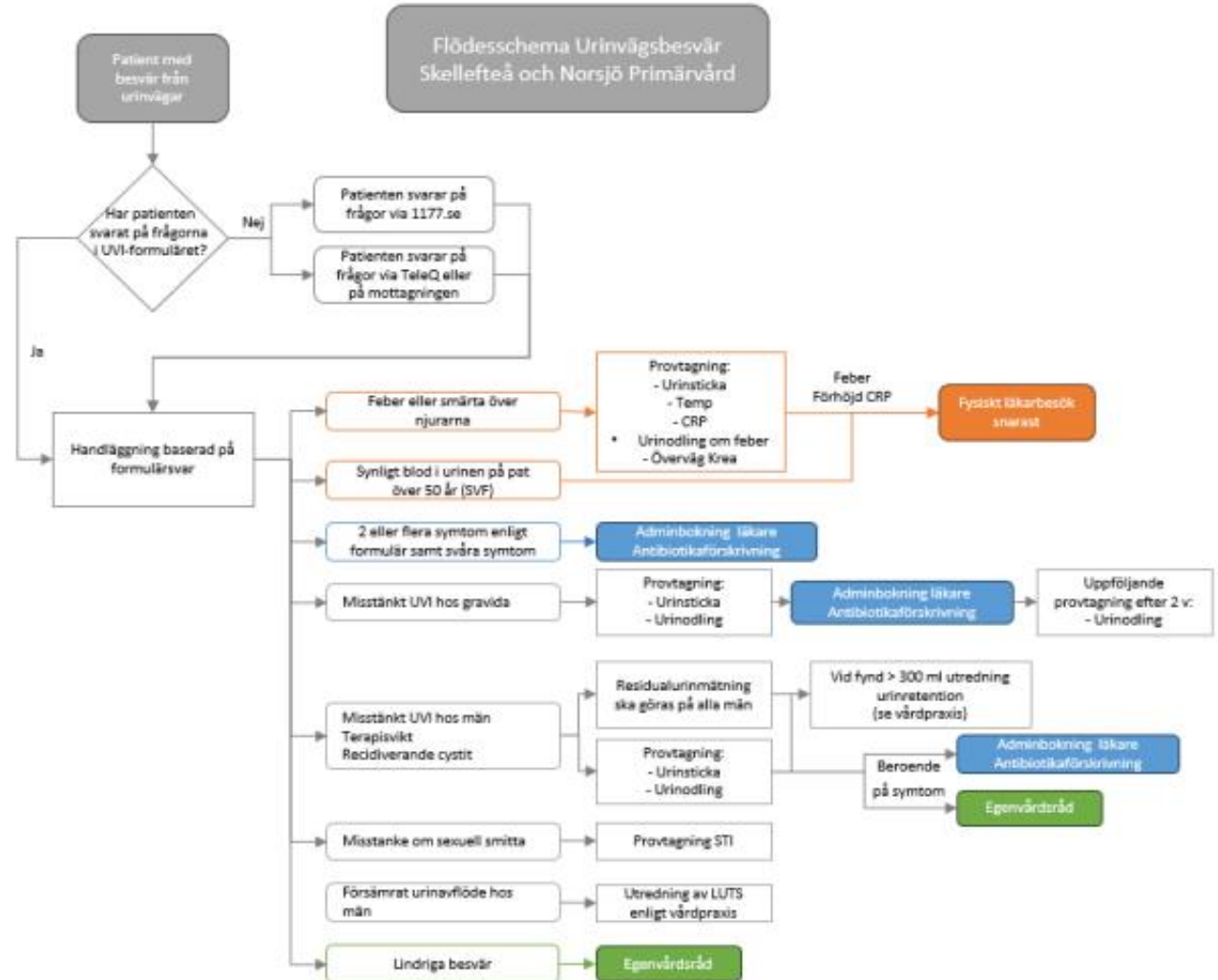
**Instruktion**  
Fastställt av: Camilla M Andersson  
Upprättat av: Jeanette Sundström

Organisation gäller inom: Närsjukvårdsområde Skellefteå, Primärvård Nord Skellefteå, Primärvård Syd Skellefteå, Primärvård Väst Skellefteå, 1177 Västerbotten

## Urinvägsbesvär

### Innehåll

|   |   |
|---|---|
| Urinvägsbesvär .....                        | 1 |
| Förändringar från föregående utgåva .....   | 2 |
| Omfattning .....                            | 2 |
| Bakgrund .....                              | 2 |
| Syfte .....                                 | 2 |
| Lagar och andra krav .....                  | 2 |
| Ansvar och befogenheter .....               | 2 |
| Beskrivning/Genomförande .....              | 2 |
| Handläggning under jourtid .....            | 3 |
| Patientavgift receptförskrivning .....      | 4 |
| Dokumentation och arkivering .....          | 4 |
| Historik .....                              | 4 |
| Utarbetat av .....                          | 4 |
| Referenser .....                            | 4 |
| Bilaga 1: UVI Frågeguide för personal ..... | 5 |
| Bilaga 2: Flödesschema .....                | 6 |



# Antibiotikaallergi-lathund

Inför och i samband med införande av COSMIC

Gå igenom varningsmärkningar.

Uppdatera varningar. Sammanfatta om det finns fler anteckningar.

I Crossen – upprepningar gör att viktig information kan missas

Borttagande av varning kräver särskild behörighet.

STRAMA kommer ta fram en lathund!



Övriga frågor

# Kommande utbildningar

- Introduktionsarbete för lokalt stramaarbete 13-14 mars, Ulfunda slott
- Svebardagen-(datum ej bestämt)



## Sårkonferens med workshops i Umeå

Under våren 2025 har vi möjlighet att bjuda in till en sårkonferens med workshops och föreläsningar av bland annat Rut Öien.

*Konferensen riktar sig till dig som är undersköterska, sjuksköterska eller läkare.*

**Datum:** Tisdagen den 4 februari 2025, 8.00-16:45

**Plats:** Clarion Hotell, Umeå



*Rut Öien, specialistläkare  
och nestor i sår-Sverige*







*Tack för idag*

Nästa Stramamöte

2025-03-18 (vecka 12), Tid: 13-15