



Föreningen Östhammar

**HjärtLung**

## **INFORMATIONSBLAD Nr 2/2021**

Mars 2021

Nu har det gått lite mer än ett år sedan vi första gången hörde talas om ett virus som hette Corona och en sjukdom som heter Covid-19. På extremt kort tid har läkemedelsindustrin tagit fram vaccin som nu distribueras runt om i världen. Det går lite segt kan man tycka men man måste komma ihåg att det är många hundra miljoner doser som ska tillverkas. I den processen får inget gå galet så att vi blir mer sjuka av vaccinet än av själva viruset.

Prognosen är att vi som tillhör någon riskgrupp ska bli vaccinerade nu under mars – april. Jag hoppas tidsplanen håller och att alla som erbjuds vaccin tar sin dos så att vi kan stoppa smittspridningen så effektivt som möjligt.

Kom ihåg att det är tillåtet att vara utomhus och att då också umgås med andra men med avstånd. Det är viktigt att vi inte blir isolerade utan tar tillvara alla ”säkra” möjligheter till motion och umgänge.

### **Hjärtemånaden**

Eftersom Alla Hjärtans Dag firas den 14 februari har Riksförbundet bestämt att februari ska vara föreningarnas hjärtemånad. Normalt innebär det att vi är ute och informerar om vår verksamhet och om hjärtrelaterade sjukdomar. Det kunde vi inte göra i år men vi bjöd in alla medlemmar att delta i en promenad för hjärtat den 18:e februari. Tråkigt nog var vi bara två som träffades. Men ni som inte kunde vara med då får en ny chans **den 18:e mars** då vi bjuder in till en ny promenad.

**Vi samlas vid Hälsans Stig tavlan på Sjötorget i Östhammar klockan 14** och promenerar tillsammans utefter stigen. Beroende på väderleken bjuder föreningen på fika utomhus på något av fiken utefter stigen. Vår ambition är att bjuda in till promenader med fika även under april och maj. Promenaden i maj blir vår årligen återkommande inspektionspromenad.

## Årsmöte

**Årsmötet 2021 genomfördes som ett telefonmöte lördagen den 27 februari.**

Mötet inleddes med en tyst minut för att hedra minnet av vår medlem Marianne Bredin som gick bort 2020.

Tråkigt nog var det ”bara” sju personer som deltog i årsmötet. Det är lite förvånande eftersom det är busenkelt att vara med via telefon och att ett väl förberett årsmöte oftast går snabbt att genomföra. Glädjande var att valberedningen övertalat alla svars mandattid gått ut att ställa upp för omval. Jag tackar för förtroendet för egen del och tackar övriga styrelsemedlemmar som ställer upp för föreningen.

Årsmötet beslutade om avsteg från två moment i 7 § i stadgarna. Moment 1 anger att den maximal sammanhängande tiden i styrelsen är 12 år, oavsett uppdrag. För vår förening skulle tillämpningen innebära att föreningen tvingas upphöra eftersom vi är fyra i styrelsen (av sex) som varit med sedan 2005. Moment 2 anger att styrelsen ska ha tre ordinarie ledamöter och tre ersättare (utöver ordförande och kassör). Vår förening har inte lyckats rekrytera fler än fyra ledamöter utöver ordförande och kassör.

### **Aktiviteter i corona-tider**

Försök att komma ut på en promenad en gång om dagen. Är det riktigt ruskväder kan man gympa hemma. Riksförbundet har flera bra gympaprogram på sin hemsida. Ta gärna med en god vän, grannen eller din partner, på dina promenader. Det är bra att ha någon att prata med. Varför inte prova Hälsans Stig i Östhammar eller Vallonstigen i Gimo!

Styrelsen genom Olle Andersson, ordförande

Olle Andersson (ordförande) har telefon: 070-6309315 Till Olle kan du också skicka E-post på adressen: [olleandersson.oas@gmail.com](mailto:olleandersson.oas@gmail.com)  
Bertil Alm (kassör) har telefon 070-9228447  
Peggy Rohdin (sekreterare) har telefon 070-5688675