



Riksförbundet
HjärtLung

Bollnäs-Ovanåker

Verksamhetsberättelse
år 2024

Styrelsen för Riksförbundet HjärtLung Bollnäs-Ovanåker får härmed avge följande verksamhetsberättelse för 2024

Målsättning

Vårt övergripande mål är att alla som drabbats av hjärt-, kärl- eller lungsjukdomar även i fortsättningen ska ha ett bra liv.

Målet når vi genom att utveckla Hjärt- och Lungskolan som ett komplement till hälso- och sjukvården och påvisa det samhälleliga värde som föreningen skapar i våra kommuner.

Styrelse

Föreningens styrelse har under verksamhetsåret bestått av:

Ordförande	Jan Fagerström
Kassör	Monica Morell
Sekreterare	Birgitta Johansson
Ledamot	Eva Froms
Ledamot	Curt Farén
Ledamot	Kent Wernersson
Ledamot	Inge Petterson
Ersättare	Sune Nilsson
Ersättare	Leif Hasselqvist
Revisorer	Rolf Larsson Bengt Lindstedt
Revisorssuppleanter	Sture Nilsson Carl-Gunnar Samuelsson
Valberedning	Kjell Karlsson

Medlemsantal

Föreningen var vid årets slut 434 medlemmar.

Medlemsmöten

Föreningen har genomfört 8 protokollförda styrelsemöten.

Musikquis, sammanställt av Jocke Warneman, genomfördes den 25 januari med 52 deltagare.

Årsmöte hölls den 26 februari på Kämpens med sedvanliga årsmötesförhandlingar med 63 medlemmar.

Diabetes. Ett föredrag om diabetes fick i sista stund ställas in pga sjukdom.

Nya medlemmar. Ett 20-tal nya medlemmar inbjöds men ställdes in pga svalt intresse.

Uteaktivitet anordnades den 31 maj på Kygelvallen i Edsbyn. 32 medlemmar deltog och de bjöds på underhållning, korv och fika.

Hemlig resa med full buss genomfördes den 28 juni och resan gick till olika resmål i mellansverige.

Musikcafé den 16 augusti på Kämpens. 10 musikanter bjöd 63 medlemmar på varierande underhållning.

Äldre och balans. Den 16 september föreläste Sven Blomqvist om rörelse och motion för äldre. 54 medlemmar deltog.

Pacemaker. Den 29 oktober informerade Emma Sjöström på Edsbyns hotell om pacemaker för 56 medlemmar.

Fotvård. Den 19 november informerade fotspecialist Lena Jonsson för 54 medlemmar hur vi ska sköta våra fötter.

KOL-dagen 20 november. I samarbete med kolsköterskan Elisabeth Andersson fick 38 personer testa sina lungor. Ett antal kommer att följas upp.

Julmys på församlingshemmet. 56 medlemmar bjöds på julmat, underhållning och lotteri.

Motionsverksamhet

Motionsgymnastik har genomförts på Rotebergsskola med ca 10-15 deltagare per gång.

Vattengymnastik har bedrivits i Bollnäs och Arbrå simhall under vår och höst. Totalt ca 10-20 deltagare per gång.

Bowling har bedrivits på fredagar under året i Bollnäs bowlinghall med sammanlagt ca 40 deltagare per gång. Vid Riksmästerskapet vann vi lagtävlingen. I laget ingick Kjell Karlsson, Jonny Sund, Karin Larsson och Margareta Schöningg.

Bangolf genomfördes varje onsdag under juni – augusti med ca 10-15 deltagare per gång.

Styrketräning har pågått vår och höst på Oden gym med ca 10 deltagare per gång.

Yoga har bedrivits på torsdagar under hösten med ca 15-20 deltagare per gång.

Friskvårdsveckan. Vi deltog under friskvårdsveckan i september i Edsbyn.

HLR. Inge har genomfört ett antal utbildningar i Hjärt- och lungräddning.

Hjärtskola. Föreningen har visat upp sig och informerat om vår verksamhet vid hjärtskolan.

Alla våra aktiviteter har rapporterats till lokaltidningen Ljusnan och vår egen Status. Vi samarbetar med ABF vid alla aktiviteter.

Hemsidan

Hemsidan innehåller information om föreningens styrelse, målsättning, motionsverksamhet, utbildningar och medlemsmöten. Där finns även referat och bilder från våra aktiviteter, länkar till förbundets artiklar och informationstexter.

Vår ekonomi

Föreningens ekonomi framgår av bilaga med balans- och resultaträkning. Föreningens ekonomi har under verksamhetsåret varit stabil. Möjligheterna till bidrag har försämrats markant varför föreningen i fortsättningen måste finna andra vägar att finansiera verksamheten.

Avslutning

Styrelsen vill tacka medlemmarna för förtroendet att få leda föreningens verksamhet samt tacka alla övriga som vi haft förmånen att samarbeta med under det gångna året.

Januari 2025

Jan Fagerström

Curt Farén

Monica Morell

Inge Pettersson

Eva Froms

Birgitta Johansson

Kent Wernersson