

SPF Orsabygden månadsmöte 26 januari

Ett riktigt busväder med snö och omslag i vädret medförde att det blev lite luckor vid borden i Hembygdsgården på SPF Orsabygdens månadsmöte.

Ordföranden Berndt Westerhagen utlyste en tyst minut för de vänner och medlemmar som lämnat oss under föregående år.

Ordf förklarade därefter mötet öppnat. Flera nya medlemmar har kommit till och sekreteraren Mona Lindh läste upp föregående mötesprotokoll. Kenneth Vernersson informerade om kommande resor mm. Det blir bland annat resa till Röros i februari, Hjalmars Revy i mars, Ullared också det i mars, Savalens fjällhotell i maj, bowlingresa till Gävle samt hemlig resa som ännu inte har spikat datum. Har du några frågor ang dessa arrangemang kontaktar du Vernerssons.



Så var det dags för dagens föreläsare att ta till orda. Dr Jörg Teichert, överläkare på Mora lasarett, medicin, började med att berätta om sin egen situation och hur det drabbade honom. Huvudämnet var "Hjärta-kärl" där han berättade om vad man själv kunde göra för att må lite bättre genom att leva lite sundare och samtidigt få en förståelse för vad man kan hamna i. Han betonade också att normalt är det en föreläsning

på några dagar som nu bantats ner till drygt en timme för att vi skulle vara vakna hela tiden.

Det var första gången det var knäpptyst i salongen när Jörg på ett fantastiskt lättsamt sätt förklarade och beskrev hur kost, röka, snus och motion påverkar hjärta och kärl. Att det sedan var några små Trombocyter som oftast var till stor glädje hade man ingen aning om. Kände heller inte till att man kunde ha förmaksflimmer utan att veta om det eller hur det nu var. Hur som helst är det viktigt att man har koll på sitt blodtryck och omgående ber att få det kontrollerat om det avviker från det normala.



Nu blev det tid för kaffe och



smörgås innan Jörg fortsatte att besvara frågor och räta ut några frågetecken.

Ordförande Berndt Westerhagen tackade Jörg Teichert för den mycket intressanta

föreläsningen.



Så kom stunden då det var dags för
lottdragning och med detta några lyckliga

vinnare.

Avslutningsvis påminde ordförande om det stundande Årsmötet som hålls i
hembygdsgården den 23 februari 2015 kl 15.00 och förklarade därmed mötet
avslutat.

Text och foto Hasse Ekström