

Livsviktig information

GAGNEF SPF seniorerna Gagnef-Flodas novembermöte bjöd på information om hjärtstartare och gymnastikövningar.

Ordföranden Berith Johansson hälsade välkommen till ett 30-tal deltagare.

LÄSARTEXT

Skicka in via falukuriren.se/lasartext

Temat för dagen var "Hur man använder en hjärtstartare".

Olof Silverdahl från räddningstjänsten visade och demonstrerade. Hjärtstar-



Olof Silverdahl, räddningstjänsten.

FOTO: LÄSARBILD

tare finns i många offentliga lokaler i kommunen bland annat i Bodarnas bystuga. Men det behövs fler, enligt en artikel i Falu-Kuriren nyligen.

"Böj och sträck" – Agneta och Ingrid från föreningen ledde deltagarna i gymnastiska övningar inspirerade av Sofia från programmet "Hemma-gympa med Sofia" på SVT. Det var skönt att röra på sig efter kaffet och de goda hembakade korna.

För musiken svarade Margareta och Åke Nilsson från Djurmo på fiol respektive dragspel. Margareta Guinard ledde allsång tillsammans med Margareta och Åke.

Det sedvanliga lotteriet hade en strykande åtgång. De som kom sent blev lottlösa.