SPF SENIORERNA Handen 2020-08-04

Till alla medlemmar i SPF Seniorerna Handen

Veckans information

”Liljans färgprakt, där ståndarna står i givakt”.

Foto: Hans Hagenius

Hej igen alla medlemmar! Här kommer veckobrev 15.

Nu har vi landat i augusti 2020 och då kör vi igång veckobreven igen.

Jag tänker börja med att påminna om att Covid-19 inte är över ännu. Följer man nyheterna om vad som händer i vår omvärld så låter det så nu.

Vaccin prövas just nu på människor och kommer troligen finnas tillgängligt i början på nästa år. Vilka kommer att få vaccin först enligt myndigheterna? Sjukvårdspersonal och några andra utsatta yrkesgrupper samt 70+ d.v.s. vi seniorer. Hur vaccinet skyddar och dess hållbarhet får vi säkert mer information om under hösten. Region Stockholm har en app som du kan ladda ner till din mobil. Den heter ”Alltid öppet”. Den kan ge svar på ett antal frågor om Covid-19 men den hänvisar också till 1177 där man kan boka tid för provtagning.

Mycket vet vi redan men jag vill informera om resultatet från en ny stor brittisk studie om Covid-19 som visar att hög ålder är den största riskfaktorn för att bli mycket allvarligt sjuk. Dessutom har män ungefär dubbelt så hög risk som kvinnor att bli allvarligt sjuka. Risken för att bli allvarligt sjuk ökar gradvis med stigande ålder. Den som är 60–70 år har dubbelt så hög risk att bli allvarligt sjuk jämfört med den som är 50–60 år. Den som är 70–80 år har fem gånger högre risk att bli allvarligt sjuk jämfört med den som är 50–60 år. Risken är störst för den som är över 80 år. Då är risken för att bli allvarligt sjuk tolv gånger högre än för en person som är 50–60.

Så här minskar vi riskerna:

- Håll ett fysiskt avstånd till andra människor som du inte bor med.
- Umgås utomhus. Risken för smitta är liten när man umgås utomhus, men tänk på att hålla avstånd till andra.
- Undvik platser där många samlas, till exempel affärer och caféer. Undvik resor med kollektivtrafiken, till exempel buss, spårvagn eller tunnelbana. Åk med egen bil eller med färdmedel, till exempel flyg eller tåg, där man kan boka plats.
- Be om hjälp för att handla mat, hämta ut mediciner och för andra ärenden som kan innebära nära kontakt med andra människor.
- Tvätta händerna ofta med tvål och vatten i minst 20 sekunder.

forts. på nästa sida

” Blåsippan ute i backarna står, niger och säger att Coronan är svår”.
Foto: Hans Hagenius

Tyvärr ser vi inga ljusglimtar för vår föreningsverksamhet just nu men vi undersöker om vi kan hitta något säkert sätt att ändå ha kontakt i mindre grupper utomhus. Det kräver att vädret är bra och att vi har värdar som deltar och styr upp hur vi genomför ett sådant möte.

I nästa veckobrev informerar vi om eventuella träffar för mindre grupper. Jag vill vara tydlig med att det förutsätter att vi känner oss säkra på upplägget, annars kan vi inte genomföra några gruppmöten.

Håll ut och håll igång med promenader eller andra säkra alternativ. SVT-gympan med Sofia kommer tillbaka när höstsäsongen startar men just nu går repriser klockan 10.00 varje vardag med juni månads program.

HÅLL AVSTÅND och HÅLL UT!

Benny Nilsson
Ordförande
SPF Seniorerna Handen
070-735 71 90
benny.ifocus@tele2.se