



Lokalforeningens forside på nettet.

August 2020

Genåbningen

I Nyhedsbrev # 2 skrev vi blandt andet følgende:
At genåbne har vist sig at være mere "besværligt" end selve nedlukningen, som i virkeligheden "blot" var et tryk på en stop-knap! Der er rigtig mange forhold, som skal være på plads, før vi kan genåbne vores aktiviteter igen.

Det har vist sig at være en sandhed uden modifikationer!

I skrivende stund ved vi endnu ikke, hvornår vi kan genåbne for vores forskellige aktiviteter i Sundhedshuset i Mimersgade eller i Vanløse.

Af samme grund har vi i lokalforeningen bedt vores frivilligkonsulenter om at kontakte kommunen for på den måde at få et svar på genåbningsspørgsmålet.

De kommunale myndigheder har meldt tilbage, at der kan forventes et svar eller en stillingtagen efter sommerferien – og måske allerede i den kommende uge.

Så vi afventer!

Hjertemotion kræver også en stærk Hjertereforening

Motion er vigtig for dig, der har haft/eller har en hjertesygdom – sammen med en hjertevenlig kost!

Ingen tvivl om det – og heller ikke at motion er med til at gøre livet med en hjertesygdom bedre og mere nemt.

Derfor har både Hjertereforeningens hovedforening og alle lokalafdelinger rundt om i landet valgt at fokusere og prioritere en målrettet indsats med hjertemotion som regel i de lokale Sundhedshuse eller i andre lokaler, som er blevet stillet til rådighed for netop denne aktivitet.

Det gælder også for din lokale Hjertereforening på Nørrebro og i Nordvest, hvor vi i efterhånden i mange år har haft flere hjertehold i Mimersgade og nu også et enkelt hold i Vanløse.

I samspil med nedlukningen af alle aktiviteter som følge af Corona-epidemien har motionen og alt andet stort set ligget stillet hen i det sidste halvår, men nu skal vi om ikke så længe til at begynde at motionere igen.

I forbindelse med hele genåbnings-arbejdet har vi i bestyrelsen i lokalafdelingen bemærket, at rigtig mange af vores motionister **ikke** er medlem af hjerteforeningen.

Derfor har bestyrelsen i Hjerteforeningen på Nørrebro/i Nordvest besluttet, at man som deltager på et af vores hjertemotionshold **også** skal være medlem af Hjerteforeningen, fordi det kun er ret og rimeligt, at man som deltager er med til at støtte foreningen via et medlemskontingent.

Det er rimeligt, fordi hjerteforeningen både nationalt og lokalt yder et ikke ubetydeligt tilskud til aflønning af instruktører mm., idet deltagerbetalingen på kr. 125 pr. måned ikke dækker de faktiske og reelle udgifter.

Kravet om af man som deltager også skal være medlem af Hjerteforeningen (hvor et personligt medlemskab koster kr. 225/parmedlemskab koster kr. 340 årligt) betyder:

- *At alle deltagere på foreningens motionshold skal være medlem af Hjerteforeningen fra 1. januar 2021 – men gerne allerede nu.*

Endvidere vil bestyrelsen med henblik på den fremtidige motion:

- *Omlægge deltagernes indbetalinger for deltagelse på et eller flere motionshold til en samlet halvårlig indbetaling til foreningens motionskonto ligeledes pr. 1. januar 2021 – som betales forud for et halvår ad gangen.*
- *At motionskontingenterne er ens på alle hold fra opstart i efteråret 2020.*

Endvidere må bestyrelsen understrege, at deltagelse på et motionshold ikke nødvendigvis er en ret for den enkelte – men derimod et tilbud til et menneske, som er blevet ramt af en hjertesygdom.

Derfor kan der blive tale om administrative udskiftninger af deltagere, hvis der er underskud af ledige pladser på et/flere motionshold i forhold til nye rehabiliterede hjertepatienter.

Vi håber naturligvis på alles forståelse for denne omlægning som dels stadigvæk er meget prisrimelig for den enkelte dels er med til at styrke det nationale og lokale arbejde i Hjerteforeningen – fordi arbejdet for hjertesagen kræver en **stærk** Hjerteforening.

At være frivillig i Hjerteforeningen

Har du lyst til at være frivillig i **din** Hjerteforening på Nørrebro og i Nordvest, så kan du kontakte én fra bestyrelsen (via vores hjemmeside eller gennem en e-mail), som også kan fortælle dig mere om arbejdet i vores lokale Hjerteforening.

Som frivillig får du mange glæder og oplevelser ved at løse opgaver i fællesskab med andre. Du får tilfredsstillelse ved at gøre en indsats og du opnår personlige kvalifikationer gennem kurser, foredrag og andre lærerige oplevelser.

Du kan altid sige nej til opgaver, som du ikke har lyst eller kvalifikationer til at påtage dig.

Har du gode ideer til arrangementer eller andet, som **din** Hjerteforening på Nørrebro og i Nordvest kan deltage i, hører vi meget gerne fra dig.

Vi har altid brug for dig.



Hvis du scanner dette mærke, kommer du direkte ind på vores hjemmeside, hvor du gennem menupunktet "Kontakt" kan komme i kontakt med bestyrelsen.

Nyhedsbrev 3 2020 er skrevet af Niels Westergaard.