

## Årsberetning 2020.

Endnu et år er gået.  
Og et ganske særligt år.

Det startede fint med afvikling af aktiviteter som hjertemotion, en generalforsamling og en planlagt Hjertecafé i marts, men... så kom Coronaen buldrende ind over Danmark, og vi måtte pænt blive hjemme i hver vores lille "boble", som det hedder på nu-dansk. Kort sagt: alt blev aflyst de næste måneder.

**Hjertemotionisterne** kunne ikke mødes tirsdage / onsdage, Hjertecafé blev aflyst, bestyrelsesarbejdet sat på stand by, men vi forsøgte at holde modet oppe hos hinanden via tlf. og mails.

Hjerteforeningen lavede instruktionsvideoer med en fysioterapeut i ugentlige udsendelser til hjemmetræning. Men det sociale aspekt kunne ikke erstattes! Vi må ikke overse, at det er en stor faktor ved den ugentlige træning. Man kommer ikke kun for den fysiske træning, men også for at være en del af et sammenhold, og det må man sige, at der er på holdene. Motionisterne er trofaste fra år til år.

Da nogle af restriktionerne ophørte i maj måned var det kun udendørs aktiviteter, der kunne opstartes.

Vi så hen mod det tidlige efterår, så vi kunne genoptage Hjertemotion igen. Og det gjorde vi, men kun indtil efterårsferien, hvor vi igen blev udfordret med max. 10 deltagere pr. hold incl. instruktør. Joan, Poul og Jens fik arrangeret, at der blev oprettet et ekstra hold i Lunden om tirsdagen, og i Kjellerup kunne det gå med de nuværende hold om onsdagen. Og sådan har det været indtil ugen før jul, da alt igen blev sat på pause, og fortsat er det.

Den planlagte **Hjertecafé** blev aflyst i marts, og bestyrelsen havde planlagt 2 caféer i efteråret, som ikke blev mulige i forhold til forsamlingsforbuddet.

Hjerteforeningen har lavet en overordnet strategi for arbejdet – også i de lokale foreninger -, der er gældende frem til 1. september 2021.

Hjerteforeningen har lavet et tiltag med webinarer, som har haft stor tilslutning. De er gratis at deltage i, men med tilmelding og et begrænset deltager antal. En lille erstatning men igen ingen social kontakt, som der ellers er – især ved kaffebordet, men også den spørgelyst, der plejer at være blandt deltagerne.

Vore andre aktiviteter i årets løb er enten blevet aflyst eller ikke afviklet.

Det gælder arrangementet på **Hotel- og Restaurantskolen** sammen med Aktive Diabetikere i oktober.

**Hjertestarterdagen** 16. oktober blev forbigået, da vi ikke så os i stand til at lave et anderledes arrangement end tidligere.

**Børnebørnenes Madværksted** blev aflyst, både af hensyn til bedsteforældre, som kunne være i risikogruppen; men også under hensyntagen til skolen, der ikke fik andre personer ind udefra.

**Nytårsmarchen** blev aflyst i sin nuværende form med en opfordring til at gå sammen - hver for sig i den første uge af januar.

**Landsuddelingen** i foråret blev som bekendt flyttet til 30. august 2020.

Det var allerede planlagt, at indsamlingen skulle være kontantfri, og derudover var der mulighed for en digital indsamling. I alt har Hjerteforeningen udloddet ca. 100 hjertestartere over hele landet og her i kommunen blev der samlet ind til et par serviceabbonnementer.

Vi nåede at konstituere bestyrelsen i marts og har siden afviklet 3 bestyrelsesmøder, men fremadrettet sker møderne virtuelt. I hvert fald indtil videre.

Foreningen modtog i sommer en **donation** fra pårørende til en afdød i Silkeborg. Deres ønske var, at et pengebeløb skulle komme lokalforeningens hjertemotionister til gode. Vi er meget ydmyge og taknemmelige over, at man i denne svære situation har overskud til at betænke og kontakte os. Vi siger af hjertet TAK.

Jeg vil afslutte min beretning med at sige **TAK** til bestyrelsen for samarbejdet i 2020. Stor tak til Joan og Hanne. Som tovholdere på Hjertemotion har de haft kontakten til deres motionister under nedlukningen. Det ved jeg, at motionisterne er taknemmelige for. Tak til deltagerne på Hjertemotion, som vi er afhængige af. Ellers havde vi jo ingen hold. Tak til fysioterapeuterne fra Kjellerup Fysioterapi og Træning for deres samarbejde og fleksibilitet, når kravene ændres i sæsonens løb. Vore andre samarbejdspartnere Sundhedshuset, Hjerteklinikken, Idræt om Dagen, Ældresagen og frivillige i Kragelund skal ikke glemmes, selv om det meste samarbejde p.t. er ikke eksisterende.

Men vi vender tilbage med fornyet energi i 2021.

- ☀️ Solen er ikke aflyst
  - 🌷 Foråret er ikke aflyst
  - 👋 Venskabet er ikke aflyst
  - 📖 Læsningen er ikke aflyst
  - 🎵 Sangen er ikke aflyst
  - 👉 Havets brusen er ikke aflyst
  - 😊 Hengivenheden er ikke aflyst
  - 🎨 Kreativiteten er ikke aflyst
  - 🧙 Fantasien er ikke aflyst
  - 😊 Venligheden er ikke aflyst
  - ✉️ Brevskrivningen er ikke aflyst
  - 🤡 Latteren er ikke aflyst
  - 🐣 Påsken er ikke aflyst
  - ✚ Troen er ikke aflyst
  - 🌈 Håbet er ikke aflyst
  - ❤️ Kærligheden er ikke aflyst
  - 🌸 Husk det nu 🌸
-