



Leiar Selma ynskjer styrkjetrening

Mellom klokka 11 og 12 måndag 15 september

avviklar helselaget det fyrste økta med stykjetrening for eldre i Gamleskulen. Den vert leia av Aud Sigrun Fausk frå Husnes som har eit tilsvarande opplegg der. Leiar og skrivar av helselaget vårt overvar det i vår og Selma Eik og Eli Roset Eik kunne ikveld melde på eit medlemsmøte at programmet består av enkle og effektive øvingar. Dei kan tildels avviklast sittande.

Hvis det er aktuelt kan opplegget verta utvida også med torsdagar.

Dette vert i det heile ein travel månad for det driftige laget ettersom det og skal avvikla demensaksjonen for fyrste gong sidan 2012. Det skjer torsdag den 18. frå klokka 17 til 19. og sist gav aksjonen 20 000 kroner til dette uhyre viktige føremålet.

Det var eit positivt resultat, men det kan likevel ikkje måle seg med basaren i mars i år som resulterte i 40 000 - rundt rekna.

Det kom 10 medlemmer til møtet ikveld som også drøfta ein eventuell lokal hausttur utan at noko vart bestemt.

Eit gratis helgekurs i Oslo i slutten av november vekte ikkje nokon spesiell respons sjølv om temaet var helsepolitisk arbeid.

Tekst, foto og nett: Ola Matti Mathisen



[Skrivar Eli ynskjer styrkjetrening](#)