

Månadsbrev Juli 2021

Nu är vi på gång igen, känns underbart att få komma ut och möta människor igen. Vi är ju utomhus så det ska inte vara någon fara. Ibland går det mindre bra men för det mesta får vi mycket uppmärksamhet vid vårt tält. För att följa oss var vi är så kolla hemsidan www.pcfvärmland.se ”aktiviteter 2021” där hittar ni även namn på lokala kontaktmän. Hittills i Årjäng, Gunnarskog, Grums, Kristinehamn och Karlstad. Vill ha fler namn på fler orter, vi har ju bilen så det är lätt att komma om det händer något.

Vi kan även komma på informationsträffar om det finns någon gubbgrupp någonstans i Värmland.

Nu har vi även fått lämna skyltfönstret i Väskshopen så nu står det fyra skyltdockor i vår lokal på Karolinen. Där gör de inte så mycket nytta, tips på tomma butikslokaler runt om i Värmland mottages med tacksamhet. Vi har ju även halvfiguren Aaron men han sitter i min soffa och laddar upp för Mustaschkampen Sverige Runt. Den resan startar 1/8 i Mora sen ska vi besöka 29 orter runt om i Sverige. Det blir jag och Aaron som åker, vi ska ha med en namninsamling för screening. Man kommer även att kunna skriva på den digitalt så jag hoppas på jättemånga namnunderskrifter. Vem kan vara emot att vi får en allmän screening för Sveriges vanligaste cancer??

Jag är inne på 10:de kampanj året och än har det inte blivit verklighet. Det som är verklighet är att under de här 10 åren så har 1 000 män dött varje år i onödan. Nu är det dags att våra beslutsfattare tar tag i detta. Den här canceren går ju att bota i de allra flesta fall om man kommer i tid. Ni kommer att finna en länk till namninsamlingen på www.mustaschkampen.se där hittar ni även en länk där man kan anmäla sig till ”Mustasch milen” ett event som gav 250 000:- förra året. Min resa kommer också att kunna följas där. Men har ni Facebook och följer mig kommer jag att uppdatera den varje kväll innan John Blund.

Måste även nämna det tråkigaste uppdraget vi har i styrelsen, att påminna om medlemsavgiften. Varje år är det likadant, det är ett fåtal som inte betalar och måste påminnas. I år blev det ju lite annorlunda i och med att årsmötet senare lades. Men alla som inte betalt fick ett inbetalningskort i samband med kallelsen. Jag tycker att summan 200:-/år inte är för mycket, man får ju en tidning som värderas till en kostnad av 180:-/år. Nationellt får vi ett statsbidrag för betalande medlemmar därför är det viktigt att våra register är uppdaterade. Där är det bra om ni meddelar ny telefon och mail. Men vi tänker ju olika, jag jobbar för barn och barnbarn de tycker jag är värda 200:-/år. Sen lägger jag lite tid också. Man vet ju inte sin plats i kön till denna sjukdom.

Nog med gnäll, det mesta i mitt liv känns positivt. Att få vara med och göra skillnad för andra tycker jag känns stimulerande. Men vi i styrelsen kan inte göra allt vi behöver hjälp med medlemsvärning, ska vi bli starkare måste vi bli fler. Ni känner säkert någon som kan tänka sig att bli stödmedlem, ställ frågan. Fråga i butiker där ni brukar handla de kanske kan hjälpa till att sälja våra pins eller kanske det nya armbandet som kommer i höst. Hör av er ring 072-2152696 eller mail pcfvarmland@yahoo.com

Några rader från rehabiliterings Nisse

Under pandemin har stillasittande ökat. I genomsnitt sitter vi 10 timmar per dag. Detta får naturligtvis negativa konsekvenser för hälsan i form av ökad risk för hjärt- och kärlsjukdomar, typ-2 diabetes och övervikt. Tänk på det och ta gärna en rörelsepaus några minuter med jämna mellanrum. Har man rörelsesvårigheter kan det räcka med att resa sig från stolen. Och kom ihåg! Alla rörelser räknas. Lite är mer än inget och mer är bättre än lite.

TILLSAMMANS BLIR VI STARKARE

Håkan Florin