

Muhoksen Hengitysyhdistyksen toimintavuosi on ollut lähes edellisen kaltainen. Kokoonumisrajoitukset ovat helpottaneet kesällä, mutta syksyn tullen koronan eri variaatiot aiheuttivat taas sulkuja.

Hallitukselle tulleiden palautteiden perusteella käynnistimme lomaosake Silmurinteen pintaremontin suunnittelun. Mietimme tarpeelliset uudistamiset, kysyimme ammattilaisten ehdotukset ja jätimme tarjouspyynnöt neljälle firmalle osakkeen näytöllä helmikuussa.

Remontin toteutti K-Rauta Vaala, josta hankittiin tarvittava materiaali hengityssairaille sopivina M1-laatusuorina. Toteutus oli juuri ennen kesää. Kalusteet, patjat, patjasuojat yms. sekä peitot ja tyynyt vaihdettiin uusiin joko Muhoksen tai Oulun liikkeistä. Periaatteemme oli halu kannattaa paikallisia yrityksiä.

Remontista on tullut vaihtelevaa palautetta, kiitos jokaisesta. Hallitus teki parhaansa.

Matalan kynnyksen liikuntaa on toteutettu lokakuusta alkaen. Ostamme Asahi-liikunnan Mimmin Terapiasta. Toteutus on fysioterapeutti Hanna-Reetta Romppaisen käsialaa. Asahi-terveysliikunta on ollut vaihtelevalla osallistujamäärällä ammattiopisto Luovin liikuntasalissa 16.12. saakka; jatkamme Asahia myös vuonna 2022. Muhoksen kunnan liikuntaneuvoja Sari Pekkalan kanssa on käyty neuvotteluja, joissa on kartoitettu henkilöiden osallistumista ilman jäsenyyttä. Mikäli saamme kävijöitä tutustumaan Asahin terveystieteisiin, ehkä kipinä syttyy muuhunkin Muhoksen järjestötoimintaan.

Inbodymittaus saatiin Sari Pekkalan ja järjestöjen yhteistyöllä yläkoululle; Hengitys- ja Reumayhdistys päivystivät yhdessä yhden illan. Kolmen päivän aikana mittauksissa kävi joitakin kymmeniä henkilöitä.

Lisäaikaa liikunnalle -tempaus toteutettiin 30.10. ja musiikin tahtiin liikkui 11 henkilöä. Enemmänkin olisi torille sopinut.

Keuhkohtaumailta järjestettiin seurakuntatalossa 16.11. Vieraana oli Hengitysliiton kokemustoimija Ari Koivunen. Hän kertoi oman sairastumisen tarinan. Vilkkaan keskustelun ja kysymysten pohjalta keuhkohtaumasta sai hyvää tietoa. Illan päätteeksi myyntipäällikkö Simo Kekäläisen WellO2-esittely oli myös opettavainen. Usealla kuuntelijalla oli jo kokemusta laitteesta.

Jouduimme perumaan jäsenille joulukuulle suunnitellun pikkujoulun koronan levitessä kiivaasti. Tartunnan jäljitys ei pysynyt perässä, joten kokoonumisrajoitukset otettiin tiukasti käyttöön. Toivottavasti saamme järjestää ensi vuoden puolella jotain yhteistä kokoonumista.

Vuonna 2021 kaikki tapahtumat on viety kotisivulle. Tervareitissä on ilmoitettu sekä järjestöpalstalla, että yksittäisillä ilmoituksilla. Torin liikuntatapahtuma ilmoitettiin lisäksi Muhoksen kunnan sivuilla. Hengitysliiton Killan kautta lähetettiin myös useampi tekstiviesti mm. Asahista.

Yhdistyksenä olemme vastuussa vaalien yhteydessä järjestettävästä Pieni ele -keräyksestä. Kesäkuun kuntavaalien jälkeen hengähdetään hetki ja aluevaalit ovat seuraavana vuonna. Toivottavasti Pieni ele -keräyksen järjestelyt menevät jo paremmalla rutiinilla.

Kiitos kaikille yhdistyksen toimintaan ja tukemiseen osallistuneille.