

## Det här får du som medlem i Riksförbundet Hjärt- Lung Boden!

Är du nyfiken på att bli medlem? Det kostar 250:-/år. Som medlem får du tidningen STATUS i brevlådan och inbjudan till olika aktiviteter under året. Man behöver inte ha en hjärt-, kärl- eller lungsjukdom för att bli medlem och det är frivilligt om man vill engagera sig i föreningen. Läs mer på vår hemsida; [www.hjart-lung.se/foreningar/lokalforeningar/boden](http://www.hjart-lung.se/foreningar/lokalforeningar/boden)

Skanna qr-koden med mobilkameran och klicka på länken som visas så kommer du till medlemsansökan. Du kan också kontakta oss så hjälper vi dig.



Du når oss på e-post; [info@boden.hjart-lung.se](mailto:info@boden.hjart-lung.se)  
Lisbeth Eriksson, ledamot i styrelsen, 070-678 67 98  
*Hjärtligt välkommen till oss!*

### Golv- och sittgymnastik

Varje vecka. Se lokal och tider på hemsidan.

### Bassängträning

Se lokal och tider på hemsidan.

### Studiecirklar

Seniorsurf, Hälsocirklar – läs mer på hemsidan. Hälsosamtal med hälsocoach. Kom gärna med förslag vad just du vill lära dig mer om.

### Föreläsningar

Vi bjuder in experter inom bl.a. hjärt-, kärl- och lungsjukdomar och inspiratörer för en hälsofrämjande livsstil.

### Utbildningar

Vi erbjuder utbildning i HLR (hjärt- och lungräddning).

### Medlemsträffar

Se annons i Gratistidningen eller hemsidan.

