



Riksförbundet
HjärtLung

Alingsås



Medlemsblad nr 50

Våren 2026

Innehåll.

Sid 3	Ordförandes ord
Sid 4–5	Föreningsinformation
Sid 6–7	Medlemsmöten
Sid 8–13	Vårens aktiviteter
Sid 14	Resor
Sid 15	Information från Riksförbundet
Sid 16	HLR-utbildning
Sid 17	Minnesgåva
Sid 18–19	Lite matnyttig information
Sid 20	Hälsans stig
Sid 21	Bilder från våra aktiviteter.
Sid 22	Styrelse och förtroendevalda



Ordförandes ord.

När du nås av medlemsbladet är det fortfarande ganska mörkt ute men det blir ljusare tider vad det lider!

Ännu en gång får vi uppleva den positiva förändringen att gå från den kortaste dagen till att sakta gå mot längre i samband med vårens ankomst. Jag vågar påstå att för oss alla känns det som livet kommer tillbaka. Det blir lättare att leva när ljuset och solens strålar upplevs som värmande. Vi kan med blotta ögat se hur trädens knoppar blir större och i trädgårdarna vågar blommorna titta upp efter en bitvis kall vinter.

Här i medlemsbladet kan du ta del av våra olika programpunkter och Du är välkommen att besöka dessa under de kommande månaderna. Det finns möjlighet att delta bland våra aktiviteter, på medlemsmöten med intressanta och roliga ämnen och jag hoppas så klart att få se dig i vår gemenskap.

Hittar du inte just det du letar efter kan du ta upp det med oss så kanske det blir en kommande programpunkt. På detta sätt bygger vi tillsammans en fin och berikande gemenskap där alla känner sig välkomna och vi motverkar på så vis ensamhet som bara ger dystra dagar.

Välkommen i vår hjärtliga skara!

Lilian Örtengren.

Välkommen till



Riksförbundet
HjärtLung
Alingsås

Vi finns för att Hjärt-kärl och lungsjuka medlemmar ska finna en mötesplats där man träffas och utbyter erfarenheter.

Trygghet, stöd och gemenskap är föreningens mål för alla medlemmar! Vår verksamhet går ut på att hjälpa så många som möjligt till ett bättre liv efter att ha drabbats av hjärt-, kärl- eller lungproblem. Vi vill också att anhöriga och stödmedlemmar skall finna en trevlig gemenskap vid föreningens medlemsmöten och aktiviteter.

Varje år rapporteras 6000 hjärtstopp utanför sjukhus i Sverige. Av dessa överlever runt 600 personer tack vare hjärt-lungräddning. Alla våra medlemmar erbjuds en gratis utbildning i Hjärt-Lungräddning, HLR. Läs på sid 16. Anmälan sker till våra HLR-ledare. Välkomna!

Vår verksamhet erbjuder fysisk aktivitet såsom bl.a. sitt och stågympa, redskapsgymnastik, vattengymnastik, boule, sånggrupp bordtennis mm. Se alla våra aktiviteter på sid 8–13. Vi har även ett antal intressanta studiecirkelar, medlemsmöten och tematräffar och inbjuder också till resor och teaterupplevelser.

Våra medlemsmöten sker på kvällstid så att också de som arbetar skall kunna vara med i vårt föreningsliv. Mötena hålls dels i SPF-Hjortens lokal vid Savannen (på östra gaveln av Pingstkyrkan) och i vår lokal på Sidenvägen 7B. Läs på sid 6–7 om programinnehåll och plats.

**Föreningens målsättning är att personer
med hjärt, kärl och lungsjukdomar
skall ha ett bra liv**

Information från styrelsen.

Vårens medlemsmöten blir som tidigare av lite blandad kompott med både föreläsningar och med musikunderhållning.

Våren är ju också årsmötestid och detta sker som vanligt i februari.

Som medlem har du möjlighet att påverka föreningslivet genom att skriva motioner till oss. Dessa måste då vara styrelsen tillhanda senast den 10 januari 2026

Valberedningen är nu igång med att rekrytera till kommande styrelse så hör gärna av dig till de om du har förslag på styrelseledamöter.

Under hösten har vi provat att ha vissa medlemsmöten i SPF:s lokal vid Savannen. Vi har funnit att detta fungerat bra varför vi även under våren kommer att hålla till där. Motionsgrupper och cirklar kommer i stort sett att vara som tidigare så vi fortsätter att erbjuda de flesta av dessa verksamheter.

Vi i styrelsen vill gärna veta vad ni medlemmar saknar eller skulle vilja ha på ett annat sätt än tidigare. Vi tar tacksamt emot era synpunkter. Tillsammans blir vi starkare.

Vår hemsida är nu uppdaterad av vår nya webbmaster Berit Hindgård. Hon har gjort ett stort arbete, så missa inte att gå in där och ta del av aktuell information.

Vi annonserar även i fortsättningen medlemsaktiviteter genom annonser i Lokalpressen Alingsås och i Lokalpressen Lerum samt genom SMS-utskick.

??? Har du nytt mobilnummer, ny e-post, eller ny adress? Det är viktigt att vi har riktiga uppgifter för att kunna ge dig den service du har rätt till som medlem. **För att få det måste du meddela dina ändringar till medlemsregistret.** Detta gör du enklast på förbundets hemsida. Behöver du hjälp hör du bara av dig så hjälper vi till. Kontaktuppgifter till oss finns på sid 22.

Medlemsmöten

Under våren inbjuder vi till möten med intressanta föreläsningar och trevlig musikunderhållning. Alla möten annonseras i Lokalpressen Alingsås och i Lokalpressen Lerum samt på vår hemsida och genom SMS-utskick. Mötena kommer att vara dels i SPF-Hjortens lokal vid Savannen (på östra gaveln av Pingskyrkan) kl.19.00, dels i vår lokal på Sidenvägen 7B. kl. 18.00. Våra medlemsmöten sker alltid på onsdagar

Vid föreläsningar i vår lokal är mötet även öppet för allmänheten, så ta gärna med en vän. Nytt i vår är att vi erbjuder hörseltolkning i form av en läsplatta för er som har hörapparater. Meddela detta vid anmälan om du vill ta del av det.

OBS: Anmälan måste göras till Agneta Johansson, tel eller sms 070 626 30 80 senast 4 dagar före mötet.

Meddela ev.specialkost och/eller om du önskar att bli hämtat för att kunna delta vid våra möten.

Är du ny i stan och/eller osäker på var mötesplatsen är så hjälper vi gärna till med att orientera dig.

KALLELSE TILL ÅRSMÖTE

***Riksförbundet Hjärt-Lung Alingsås håller årsmöte
den 18 februari-26 kl. 19.00 i SPF:s lokal vid
Savannen. Stadgeändring. Motioner skall vara
styrelsen tillhanda senast 10 jan.***

***Har du förslag som du vill att årsmötet skall
behandla ber vi att du skickar dessa skriftligt till
styrelsen senast den 10 jan.***

varmt välkommen.

JANUARI

21/1 Musikkväll med Karebygänget

"Roy Roger" Ett gäng med det goa svänget så

ta på dansskorna och kom!

Plats: SPF:s lokal vid Savannen kl.19.00. Inträde 60 kr.

28/1 "Rundabordssamtal" om sömnapné/snarkning.

Plats: Sidenvägen 7B kl 18-20. Kostnad 30 kr för en enkel fika.

Ingen anmälan, bara kom.

Ev. frågor besvaras av Solveig Lassesson tel.072-251 17 11

FEBRUARI

18/2 Årsmöte. Se kallelse på sid 6.

Sedvanliga ärenden och därefter blir det musikunderhållning av Duon Kafé Krax.

Plats: SPF:s lokal vid Savannen. kl. 19,00. Ingen kostnad men anmälan måste som vanlig ske till Agneta tel. 070-626 30 80.

Vi planerar också för ett möte med en hjärtläkare under feb. men då det inte är helt klart ännu återkommer vi till det senare.

MARS

18/3 Hälsosam gemenskap.

Föreläsning och Musikunderhållning. Vårdlärare och docent Susanne Strang pratar om vad som

händer i kroppen och hjärnan när vi umgås. Därefter blir det musikunderhållning. Plats: SPF:s lokal vid Savannen kl 19.00.

Inträde 60 kr.

APRIL

15/4 Musikkväll med Bill Mountains

som spelar Bluegrass, oldtimer och gosspelemusik.

Plats: SPF:s lokal vid Savannen kl. 19.00.

Inträde 60 kr.

MAJ

14/5 Våravslutning i "Fiskestugan" vid

Simmenäs kl. 15.00. Det blir korvgrillning,

tipspromenad och fika. Ingen kostnad men anmälan måste ske till Agneta. tel. 070-626 30 80. Behöver du skjuts eller vägbeskrivning såg till det vid anmälan, så försöker vi fixa det.

Välkommen att delta i våra aktiviteter.

Att hålla igång sin kropp och själ är en viktig del för ditt fortsatta liv. Läkare och fysioterapeuter påtalar ofta om hur viktigt det är med ett aktivt levnadssätt. Du kan anmäla dig och ta del av det rika utbud vi har. Anmälan till aktiviteter sker till respektive ledare. Vill du veta mer går det bra att ta kontakt med dessa.

OBS: Avgiften för aktiviteterna betalas in till lokalföreningens bankgiro 5597-2566 eller via swish 123 594 39 72. För att kassören skall kunna registrera din betalning måste du ange vilken/vilka aktiviteter betalningen avser.

Medlemmar som deltar i aktiviteter med oss här i Alingsås är genom medlemsavgiften anslutna till en olycksfallsförsäkring i Folksam. Om något händer, ta i första hand kontakt med ledaren men det går bra också till styrelsen.

Vill du hellre ”gympa” digitalt hemma kan du delta gratis i Riksförbundets motions och träningsaktiviteter på deras hemsida: www.hjart-lung.se



MÅNDAGAR



Lär känna din bygd

Vi pratar och läser om Alingsås förr och nu samt trakterna runtomkring, varannan vecka i vår lokal kl. 10.00- 12.00. **Start** den 19/1–16/3

Ledare: Allan Johansson tel. 070-573 03 12

Plats: Sidenvägen 7B

Kostnad: 200 kr/termin.

TISDAGAR

Bowling.



Vi träffas varannan vecka på Stures Bowling och Sportbar på Sveagatan kl.11.45-13.00. Skor och klot finns att låna. Vårt mål är att ha kul och att tävla mot sig själv. Vi spelar i lag om 3 och det behövs inga förkunskaper.

Start den 13/1 - 28/4

Ledare är Elsie Ågren tel. 073-381 56 57.

Ledare är också Barbro Engh.

Kostnad: 350 kr/termin.

Redskapsgymnastik



På tisdag och/eller torsdagskvällar träffas vi och tränar mellan kl. 18.00-19.00 i Närhälsans Rehabilokal på S. Ringgatan i Sörhaga.

Start den 13/1-28/4.

Ledare är Kenneth Albinsson

tel. 070-818 08 03 efter kl. 17.00.

Kostnad: 1 kväll/v 350 kr/ termin
eller båda kvällarna 500 kr/termin

Schack



Nytt för i vår är att vi spelar på eftermiddagar och varje vecka. Plats. Lokalen på Sidenvägen 7B kl. 14.00-16.00. Start den 13/1-28/4. Nya och gamla spelare är välkomna. Ledare är Eva Johansson från Alingsås schacksällskap.

Anmälan till Christer Palm tel. 070 373 83 82

Kostnad: 200 kr/termin

ONSDAGAR



Boule

Varmt välkommen till boulebanan i9 Nolhaga allé på onsdagar kl.14.00-16.00. Vi samlas i april när snön har försvunnit och solens strålar värmer gott. Vill du lära dig hur man spelar boule? Kom hit, du får låna klot, jag visar hur det går till rent tekniskt och lär dig reglerna. Det går bra att bara komma dit utan anmälan. Ta gärna med egen fika till pausen.

Ledare är Berit Hindgård tel. 070-785 27 14.

Ingen anmälan och ingen kostnad



Line-Dance

Tyvärr är vi tvingade att pausa vår Linedance under våren pga.ledarbrist.

Är det någon som kan tänka sig att vara ledare så finns det möjlighet att starta upp i vår lokal? Hör av dig till vår studieorganisatör Solveig Lassesson tel. 072-251 17 11

TORSDAGAR



Kamratcirkel

Vi träffas i lokalen på Sidenvägen 7B kl. 10-12,30 och pratar om det Du tycker är viktigt. Vi lär av varandra, spelar sällskapsspel eller bara umgås helt kravlöst. Välkommen!

Start 8/1 – 28/5. Ingen anmälan, bara kom!
Ledare är Solveig Lassesson 072- 251 17 11.
Ledare är också Thom Wrigby.

Kostnad: 200/termin eller 20:-/gång för fika.



Yoga som medicin.

Andningsteknik och mjuka rörelser.
Vi träffas i lokalen på Sidenvägen 7B kl. 14.00-16.00. Start. 5/2-9/4
Ledare är Maj-Lis Karlsson
tel. 073- 546 31 62.

Ledare är också Allan Johanson.
Begränsat antal deltagare: 14 st.

Kostnad: 200 kr/termin



Redskapsgymnastik

På tisdag och/eller torsdagskvällar träffas vi och tränar mellan kl.18.00-19.00 i Närhälsans Rehablokal på Södra Ringgatan.

Start torsdag den 8/1-23/4.

Ledare är Kenneth Albinsson.

tel. 070-818 08 03 (efter kl. 17.00).

Ta med egen vattenflaska.

Kostnad: 1 kväll/v 350 kr eller båda kvällarna 500 kr/termin.

FREDAGAR



Bordtennis

Pröva på något nytt eller fräscha upp tidigare talanger. Inga förkunskaper krävs!

Plats: Equmeniakyrkans sportlokal.

Kungsgatan 46 kl. 10.00-12.00.

Start den 9/1-10/4

Ledare är Maj-Lis Karlsson

tel. 073- 546 31 62.

Kostnad: 350 kr/termin



Sånggrupp

Plats: lokalen på Sidenvägen

7B kl.10.00-12.30

Start den 16/1-22/5.

Ledare: Gunnel Nordqvist

tel. 070-695 98 56.

Övriga ledare är Lena Köpman och Ing-Marie Widen

Kostnad: 200kr/termin



Vattengymnastik

Nolhaga Parkbad kl. 13.30-14.30.

Start 16/1-24/4 Max 30 deltagare.

Ledare. Ingrid Adetun tel.076- 200 91 64

Övriga ledare är Tina Mattsson och Rainar All

OBS. Anmälan tidigast den 12/1

OBS Ingen vattengymnastik v 14 (påsklov)

Kostnad: 400 kr /termin.



Matlagning för herrar.

Vi lagar mestadels modern svensk husmanskost. Målet är att laga lätt, gott och näringsrikt. Gruppen bestämmer tillsammans maträtterna. Vi träffas den 23/1, 13/2, 6/3, 27/3 och den 17/4 kl.

15.30- 18.30. Lokal. Samlingslokalen på Kvarnberget. Ledare: Christer Palm tel. 070-373 83 82. Ledare är också Kenneth Albinsson. **Kostnad:** 350 kr

TEATER och RESOR

Falkenbergsrevyn söndag den 1 feb. 2026.

”Högt spel” - en svindlande revy”. I en tid av oroliga utsikter, har revyn goda avsikter att sprida roliga insikter. De driver med vår samtid och gör det med både humor och finesse och klass.

I samarbete med Resemakarn reser vi med buss från Sidenvägen 7B 10.45 och är hemma igen 20.15. Vi kommer till Falkenberg ca 13.00 och äter en buffélunch på restaurang SISI som ligger vägg i vägg med teatern. Kl.15.00 börjar föreställningen som är 2,5 tim. inkl. paus. Direkt efter föreställningens slut åker vi hemåt och stannar till för en rast på Björkängs Vägkrog. I priset ingår bussresa, lunchbuffé och parkettbiljett på rad 11–13.

Bindande anmälan till Agneta Johansson tel. 070-626 30 80 eller mail till tommy.agneta@gmail.com Ett fåtal platser finns kvar.

Pris: 1 345 kr som **betalas senast den 10 jan till lokalföreningens bankgiro 5597-2566.**



Vårresa den 27 maj ”Gårdarna runt sjön”

Till våren erbjuder vi en 1-dagars resa till Ulricehamnstrakten och en guidad tur om Birgit Sparres herrgårdsroman, ”Gårdarna runt sjön” som utspelar sig runt sjön Åsunden.

Avresa den 27 maj kl. 08.00 från vår lokal på Sidenvägen 7 och vi beräknas vara hemma igen ca 17.45

Pris: 1175 kr. Bindande anmälan till Agneta Johansson tel. 070-626 30 80 eller mail till tommy.agneta@gmail.com

Resan betalas senast den 27 april **till lokalföreningens bankgiro 5597-2566.**

I priset ingår: Fm-kaffe med fralla på hotell Lassalyckan, lunch på Hofsnäs Herrgård, bussresa med guidning runt Åsunden, entré på Torpa Stenhus samt entré och guidning på Källebacka säteri. Vi reser i samarbete med Resemakar'n

Ta del av senaste nytt från Riksförbundet HjärtLung genom att gå in på riksförbundets hemsida och läs om: Hjärt- kärl och Lungsjukdomar!

Under rubrikerna kan du få veta mer om

”Livet med hjärt-,kärl- eller lungsjukdom” hittar du information som stöttar dig och dina närstående för ett fortsatt bra och hälsosamt liv.

”Blodtrycksskolan” Lilla blodtrycksskolan ger dig koll på blodtrycket. Vi vill att fler ska få koll på sitt blodtryck och snabbt kunna upptäcka och behandla ett högt blodtryck.

”Minska risken” får du tips och råd hur du kan anpassa dina levnadsvanor och hantera riskfaktorer och friskfaktorer kring hjärt-, kärl- och lungsjukdom.

”Prata med någon av våra Diagnosstödjare”. De erbjuder samtalsstöd till dig som är eller blir medlem och har förmaksflimmer, hjärtsvikt, KOL, sömnapné eller som haft en hjärtinfarkt. Har du fått en diagnos och undrar hur livet ska bli? Lever du med en kronisk sjukdom och har svårt att hitta någon som delar din verklighet? Eller står du inför en operation och vill ha information från patientens perspektiv? Då kan du få stöd av någon som själv vet hur det är. Våra diagnosstödjare lever själva med en diagnos. De har fått utbildning för att kunna stötta andra och delar gärna med sig av erfarenheter och tips från vardagen.

”Prata med en närståendestödjare” är ett nytt medlemserbjudande! Att stå nära någon med en hjärt-, kärl- eller lungsjukdom kan väcka många frågor och känslor. Som närstående behöver man ibland få prata om sin egen situation – med någon som förstår och själv har erfarenhet av att vara i samma roll.





Hjärt-Lung Räddning ”HLR”

Välkommen att gå en kurs för att rädda liv!

I vår erbjuder vi våra medlemmar två tider i HLR med hjärtstartare.
Det blir måndagen den 19 januari och måndagen den 2 februari kl. 9.30-11.45.

Välkommen med en anmälan via SMS till Kristina dock tidigast den 15 januari.

Plats. Sidenvägen 7B måndagar.

Kostnad. Ingen kostnad för våra medlemmar.

Instruktörer är: Kristina Dalenius tel. 070- 422 10 10

Kenneth Albinson tel. 070-818 08 03. Rainar All tel. 070-699 51 55

Våra instruktörer är utbildade enligt Svenska HLR-rådet.

HLR-kursen är en grundkurs som också är lämplig som en repetitionskurs. HLR-rådet rekommenderar att man repeterar sin HLR-kunskap en gång per år.

Våra instruktörer utbildar också i barn-HLR, vilket kommer att ske våren-26

Efter genomgången kurs kan du starta HLR vid Hjärtstopp och rädda liv!

Även företag, privatpersoner och föreningar kan kontakta Kristina Dalenius för möjlighet att få delta i en separat HLR-kurs.



Riksförbundet
HjärtLung
Alingsås

En minnesgåva stället för en blomma!

Att ge en minnesgåva för att hedra en anhörig, kär vän eller nära bekant som gått bort, är ett bra alternativ i stället för blommor. Din gåva ger föreningen möjlighet att höja livskvalitén för hjärt- och lungsjuka genom olika arrangemang och projekt.

Tala med begravningsbyrån eller kontakta Christer Palm
tel. 070-373 83 82

**Gåvan kan sättas in på lokalföreningens bankgiro 5597–
2566 eller med Swish 123 594 39 72**

Tack för din gåva.

Viktig info till dig som givare!

Det finns två olika organisationer som har ganska lika namn men med olika mål. Det är lätt att förväxla dessa.

Riksförbundet HjärtLung är en patientorganisation som har kunskap, kraft och engagemang att ge dig som lever med hjärt-kärl-eller lungsjukdom ett längre och rikare liv.

Hjärt-Lungfonden är en forskarfond.

Visste du att...

- Riksförbundet HjärtLung är en av Sveriges största patientorganisationer, med närmare 35 000 medlemmar och 160 föreningar över hela landet.
- Vi har en länsförening som heter Riksförbundet HjärtLung Västra Götaland. Den finns som ett stöd för oss lokalt här i Alingsås och erbjuder bl.a. utbildningar för våra ledare, förtroendevalda och vår styrelse. Vi är 1 av 17 lokalförening i Västra Götaland.
- Vår lokalförening startades för 35 år sedan och har idag drygt 400 medlemmar. Vi har en egen föreningslokal där vi bedriver många av våra aktiviteter.
- Under hjärtemånaden i feb kommer Riksförbundet HjärtLung tillsammans med Apoteket erbjuda allmänheten att få gratis blodtrycksmätning! I Alingsås kommer våra egenvårdsombud (EVO) att vara på plats vid Apoteket Hjorten i Gallerian Storken under en del av dagen. Vi kommer att meddela dag och tid genom annons i lokalpressen samt genom SMS-utskick.
- Riksförbundet HjärtLung är en av Funktionsrätt Sveriges medlemmar
- Du kan få rabatt på Folksams försäkringar. Kontakta Folksam direkt och uppge att du tillhör Funktionsrätt Sverige.
- Som medlem i Riksförbundet HjärtLung kan du få rabatter på Best Western Hotell. Gå in på förbundets hemsida och boka boende via denna. Också Scandic Hotell ger rabatter vid bokning där, om du uppger bokningskod D301703419.



Lite matnyttig info:

Vi är en ideell patientförening som på olika sätt drivs av sina medlemmar. För att kunna fortsätta att erbjuda aktiviteter behövs det fler medlemmar som vill engagera sig i föreningen på olika sätt. Alla insatser är värdefulla och kan vara av större eller mindre slag. Vi ser fram emot att du hör av dig till någon i styrelsen eller till Studieorganisatör Solveig Lassesson

Vi söker efter fler som vill bli instruktörer i HLR. Gäller både vuxna och barn. Utbildningen är kostnadsfri och ombesörjs av våra egna instruktörer. Låter det intressant? Kontakta Kristina Dalenius tel- 070-422 10 10 för mer information.

Information till nya medlemmar kommer att ske under våren.
Personlig inbjudan kommer

Föreningen har en egen lokal på Sidenvägen 7B 441 55 Alingsås

e-mailadress: info@alingsas.hjart-lung.se

hemsida: www.hjart-lung.se/alingsas

Organisationsnummer: 802431-3598

Swish: 123 594 39 72

Lokalföreningens bankgiro: 5597-2566



Hälsans stig är en fin promenad runt Nolhaga. Den är väl skyltad och går bakom Nolhagaskolan utmed Säveån ner till Mjörn, förbi Tallhyddan och fågeltornet och vidare längst med Nolhaga bergs östra sida tillbaka till Nolhagaskolan. Stigen har bra underlag för alla att vandra på, med eller utan rullator.

Det är **Riksförbundet HjärtLung** som står bakom konceptet men det är kommunen som ansvarar, skapar och sköter om Hälsans stig.

Går man hela sträckan är den 4,1 km lång men det går bra att korta av den om man inte vill promenera hela sträckan.

Vill du veta mer kan man läsa på Alingsås kommuns hemsida eller på Riksförbundets hemsida.

Våra sponsorer och samarbetspartner är:

Sparbanken
Alingsås



MAXI
ICA STORMARKNAD
ALINGSÅS



CENTRALTRYCKERIET AB



Under sommaren och hösten har vi haft gemenskap i olika sammanhang. På en resa till Smögen eller en blåsig båttur med Herbert på Mjörn. Det har varit utbildning av våra EVO och vattengympaledare och några har lärt känna vår bygd



Styrelsen består av

Ordförande Lilian Örtengren
tel. 072- 717 04 74
lilianortengren1943@gmail.com

V. ordf. Vakant

Kassör Britt-Inger
Andersson
tel. 070- 333 31 74
bia@projektekonomen.se

V. kassör Christer Palm
tel. 070-373 83 82
cpalm@telia.com

Sekreterare Elsie Ågren
tel. 073-381 56 57
elsie.agren@gmail.com

Studieorganisatör
Solveig Lassesson
tel.072-251 17 11
info@alingsas.hjart-lung.se

Ledamot Roger Carlberg
tel. 070-554 75 77
roger@agneskans.com

Ledamot Berit Hindgård
tel.070-785 27 14
berit.hindgard@gmail.com

Ersättare Rose-Mary Granqvist
rosemarygranqvist@gmail.com

Ersättare Majvi Häggevall-Gillberg
tel. 070-377 92 15
majvihaggevall@gmail.com

Ersättare Thom Wrigby
tel. 073-091 79 30
thom.wrigby@telia.com

Övriga förtroendevalda

Revisorer:

Ord. Brita Joneskär tel. 070-821 44 18

Ord. Barbro Engh tel. 076-148 08 19

Ers. Sture Hedin. tel. 070-289 88 03

Valberedning:

ord. Gisela Andersson, sammankallande
tel. 073-394 20 56
ekg48.andersson@gmail.com

ord. Christina Mattsson,
tel.070-378 66 84
mattsson.tina@hotmail.com

ers. Kenneth Albinsson
tel. 070-818 08 03
albin.45@hotmail.com

Egenvårdsombud

EVO-Lunga:
ord. Gerd Svärd
tel.070-264 62 41
gerdsvard44@gmail.com

ers. Inga-Lill Hansson
tel. 070-541 38 60
ingalillhansson@gmail.com

EVO- Hjärta/Kärl:
ord. Katy Tångerud
tel.070-536 81 54
ktangerud@hotmail.se

ers. Ingrid Larsson
tel. 070-550 85 36
ingrid.c.larsson@hotmail.se



**BLI MEDLEM I RIKSFÖRBUNDET HJÄRT-LUNG I
ALINGSÅS.**

Gå in på vår hemsida www.hjart-lung.se/alingsas.

Lite längre ner på sidan finner du "bli medlem".

Tryck där så kommer du till medlemsansökan.

Fyll i formuläret och välj betalsätt.

Medlemsavgiften är 250kr och du betalar direkt till
Riksförbundet i Stockholm. Sist trycker du på "bli medlem"
och blir då medlem i vår lokala förening i Alingsås.

Välkommen till oss.