



Föreningen Botkyrka-Salem

HjärtLung

2015

SPARA DENNA FOLDER

Separata utskick kommer inte att ske till alla årets aktiviteter och möten mm.

***Tänk också på våra allergiker.
Använd inte parfym eller rakvatten på
våra träffar. TACK***

HJÄRTLUNG FÖRENINGEN I BOTKYRKA-SALEM

Veckoaktiviteter under 2015

Kontaktpersoner

Yvonne Haglöf, Vice ordförande	Tfn 0762959105
Eva Lorenz, Hjärt- Lungräddning	Tfn 0707139881
Laila Ahl Studieorganisatör	Tfn 0709728578
Britt Bergh, ICD (Inopererad hjärtstartare)	Tfn 0707796633

Gymnastik

Lars Johansson	Tfn 53036195
----------------	--------------

Idrottshuset Tumba, (Tisdagar Kl.18.00)

Vattengymnastik

Botkyrkabor hänvisas till "Mötesplats Tumba"
Mera info fås direkt av Botkyrka Kommun.

	Tfn 53061000 (Botkyrka Kommun)
--	-----------------------------------

Hjärt-Lungräddning vuxen/barn

I samarbete med Länsföreningen

Eva Lorenz	Tfn 0707139881
Bo Jonny Stockhaus	Tfn 7783185
Yvonne Haglöf	Tfn 0762959105

Stavgång

Birger Höglund (Fredagar Kl. 09.00)	Tfn 53177943
--	--------------

Harmonilära

Sivi Andersson	Tfn 7771480
Laila Ahl	Tfn 0709728578

Orren, Tumba (Måndagar Kl 11.00)

Cirklar

- Bli vän med ditt hjärta, Ledare: Laila Ahl	Tfn 0709728578
- Medicinsk YOGA, Britt Bergh	Tfn 0707796633
- Datakunskap, Birger Höglund	Tfn 53177943
Sten Halvarsson	Tfn 53254264

Kafé (Torsdagar Kl.13.00-16.00)

Storvretsvägen 17-19, Tumba (ingång från gården). Samvaro och mötespunkt för våra medlemmar, med diverse olika aktiviteter, diskussioner, kortspel, lottotips mm. Vi säljer kaffe, korv och annat till självkostnadspriser. Alla är välkomna!



Föreningsmöten och träffar

År 2015:

Datum	Tid(er)	Aktivitet	Plats/anmälan
L	25/4 16.00-20.30	Vårfest, buffe' *)	Tumba Folkets Hus
M	11/5 18.00-	Nya medlemmar *)	Lokal: Orren
To	14/5 8.00-	Gökotta	Kaféstugan vid E4
S	14/6 12.00-16.00	Friluftsdag på Lida	Lida friluftsområde Stora parkeringen
S	16/8 9.00-18.00	Resa till hemligt mål*)	Samling: Orren
L	29/8 12.00-15.00	Salemsdagen	Skönviksparken
L	12/9 10.00-16.00	Hälsans Dag *)	Ängskyrkan Storvreten
F	25/9 18.00-22.00	Räkafton	Lokal: Storvreten
M	5/10 18.00-	Nya medlemmar *)	Lokal: Orren
S	18/10 14.00-17.00	Medlemsmöte *)	Lokal: Storvreten
L	5/12 14.00-20.30	Julfest, julbord *)	Tumba Folkets Hus

År 2016:

Datum	Tid(er)	Aktivitet	Plats/anmälan
L	9/1 18.00-22.00	Julgransplundring	Lokal: Storvreten
S	14/2 11.00-13.00	Alla Hjärtans dag	Tumba Centrum
S	28/2 14.00-17.00	Årsmöte *)	Lokal: Storvreten

*) För dessa aktiviteter och möten kommer en särskild inbjudan med tid, plats, sista anmälningstid samt ev. kostnad/avgift att sändas till alla medlemmar via brev eller E-post.

OBS: Även till aktiviteter där inget utskick sker skall anmälan ske senast 3 dagar före mötet till: **Berit Boman 08-7785846**.
Med undantag för: Gökottan, Lida och Salemsdagen.

Senaste/aktuell information finns alltid på vår hemsida:
www.hjart-lung.se/botkyrka-salem

Vi behöver varandra!

Du/Ni är alltid mycket välkomna att delta, trivas och umgås på våra möten och andra aktiviteter. Du får träffa andra människor i samma situation, känna gemenskap och ha trevligt. Dessutom ges möjlighet till utbildning och deltagande i våra kurser och olika cirkelaktiviteter.

Hjärt- Lungräddning är en viktig del i vår verksamhet

Riksförbundet för HjärtLung har i samråd med Svenska Rådet för hjärtlungräddning tagit fram ett utbildningsprogram för hur man lär ut och hur man utför hjärt-lungräddning.

Vår förening har utbildade instruktörer som genomför kurser för medlemmar och andra boende i vårt närområde. Även dina anhöriga, inklusive barnen som kommit upp i tonåren, kan och bör lära sig detta.



Det ger dig möjlighet att rädda liv så vi ser fram emot stort deltagande. Anmäl dig därför redan idag till en kurs.
Eva Lorenz, telefon: 070-7139881

Besöks och postadress

Gröndalsvägen 12 A 1tr, 14730 TUMBA
Tfn / Telefonsvarare 08-530 607 51 (OBEMANNAT)

Plusgiro: 438 54 08-2

E-post: info@botkyrka-salem.hjart-lung.se

Hemsida: www.hjart-lung.se/botkyrka-salem

Föreningslokal: Storstretsvägen 17-19, Tumba (ingång från gården)

Redaktionsansvariga "Livsgnistan":

Lars Johansson, Tfn 08-53036195

Birger Höglund, Tfn 08-53177943, E-post: bigsun@telia.com

***Istället för blommor vid jordfästning stöd vårt förenings-
arbete, plusgiro: 438 54 08-2. Vi utfärdar minnesadressen.***