

## Verksamhetsplan år 2023

| Medlems- och<br>styrelseaktiviteter                   | Planerat<br>antal | Budgeterad<br>total<br>kostnad | Ansvarig                | Resultat<br>Genomfört<br>antal | Resultat<br>Verklig<br>kostnad | Kommentarer                                                                              |
|-------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------|-------------------------|--------------------------------|--------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Medlemsmöten</b>                                   |                   |                                |                         |                                |                                |                                                                                          |
| Årsmöte                                               |                   | 15'                            |                         |                                |                                | 12 mars i Gävle                                                                          |
| <b>Styrelsemöten</b>                                  |                   |                                |                         |                                |                                |                                                                                          |
| 6 st                                                  |                   | 30'                            |                         |                                |                                | 27/1 Hudiksvall, 22/2 Söderhamn<br>12/5 Gävle, 5 /9 Hofors<br>23-24/10 ?, 15 nov Bollnäs |
| <b>Au-möten</b>                                       |                   |                                |                         |                                |                                |                                                                                          |
| <b>Studiecirklar (som ej<br/>ingår i hjärtskolan)</b> |                   |                                |                         |                                |                                |                                                                                          |
| <b>Övrigt</b>                                         |                   |                                |                         |                                |                                |                                                                                          |
| Styrelseutbildning                                    | 1-2 dgr           | 50'                            | Eva, Maud               |                                |                                | Gävle 27-28 april                                                                        |
| Ledardagar                                            | 1-2 dgr           | 60'                            | Eva, Josef<br>ev Roland |                                |                                | Söderhamn 26-27 augusti                                                                  |
| Länsträff                                             | 1 dag             | 70'                            | ?                       |                                |                                | Bollnäs alt Söderhamn 3 juni                                                             |

Verksamhetsplan år \_\_\_\_\_

| Hjärt- och lungskolan    | Planerat antal | Budgeterad total kostnad | Ansvarig | Resultat Genomfört antal | Resultat Verklig kostnad | Kommentarer |
|--------------------------|----------------|--------------------------|----------|--------------------------|--------------------------|-------------|
| <b>Motionsgrupper</b>    |                |                          |          |                          |                          |             |
| för hjärtsjuka           |                |                          |          |                          |                          |             |
| för lungsjuka            |                |                          |          |                          |                          |             |
| vattengymnastik          |                |                          |          |                          |                          |             |
|                          |                |                          |          |                          |                          |             |
|                          |                |                          |          |                          |                          |             |
| <b>Samtalsgrupper</b>    |                |                          |          |                          |                          |             |
| vän med ditt hjärta      |                |                          |          |                          |                          |             |
| innan hjärtat slutar slå |                |                          |          |                          |                          |             |
| nya andetag              |                |                          |          |                          |                          |             |
|                          |                |                          |          |                          |                          |             |
|                          |                |                          |          |                          |                          |             |
| <b>Kostgrupper</b>       |                |                          |          |                          |                          |             |
| Rökavvänjning            |                |                          |          |                          |                          |             |
| Hjärtlungräddning        | 2              |                          |          |                          |                          |             |
| <b>Stresshantering</b>   |                |                          |          |                          |                          |             |
| <b>Föreläsningar av</b>  |                |                          |          |                          |                          |             |
| läkare                   |                |                          |          |                          |                          |             |
| fysioterapeut            |                |                          |          |                          |                          |             |
| dietist                  |                |                          |          |                          |                          |             |
| psykolog m fl            |                |                          |          |                          |                          |             |
| övriga                   |                |                          |          |                          |                          |             |
|                          |                |                          |          |                          |                          |             |