



# Föreningen Sigtuna-Upplands Väsby HjärtLung

## Medlemsbrev januari 2019



Hejsan alla medlemmar !

God fortsättning på det nya året och hoppas att helgerna har varit avkopplande så lusten för lite aktiviteter har infunnit sig.

En god ide är att gå in på vår fina hemsida, som en av våra medlemmar, Björn Berglund håller uppdaterad. Tack för det Björn.

Björn är också administratör för föreningens facebook- grupp ”*Sigtuna-Upplands Väsby HjärtLung*” Gå in där och bli medlem.

Adressen till hemsidan är [:/www.hjartlung.se/riksforbundet/stockholm/lokalforeningar/sigtuna-upplandsvasby](http://www.hjartlung.se/riksforbundet/stockholm/lokalforeningar/sigtuna-upplandsvasby)

\*\*\*\*\*

25 november hade föreningen sin årliga julmarknad som denna gång slog försäljningsrekord. När dagen var över hade Hantverksgruppen dragit in 6.300 kr. till föreningen. Styrelsen tackar alla medlemmar i Hantverksgruppen som gör julmarknaden möjlig. Hantverksgruppen ser gärna att fler medlemmar ansluter sig till gruppen. Se info nedan.



*Snart öppnar julmarknaden...*

Till sist några bilder från julfesten. Fler bilder kommer att läggas upp på hemsidan.



*Leila Olsson och Karin Nelson lägger sista handen vid dukningen. Björn Nelson inspekterar*



*Luciatåg bestående av elever från Väsby skolans klass 9. inledde julfesten.*



*Det var lång kö till buffébordet*



Mat och kaffe. Underhållning och lotterier. Alla trivs.  Spelmännen som underhöll oss...

Nu blickar vi framåt och börjar våren med dessa aktiviteter. Hoppas någon av dem faller dig i smaken.

**Hantverksgruppen:** träffas varannan tisdag under våren, man fikar, pratar pysslar och handarbetar med det man tycker bäst om att göra. Endast fantasin sätter gränsen.

Kom varje gång eller när du har tid och vill

**Lokal:** Fd. HSO- lokalen Drabantgatan 41 A ( bakom Väsby centrum )

**Tid:** Varannan tisdag med start 5 februari kl 13 -16 **Ingen anmälan och ingen kostnad.**

**Bowling** Varje måndag kl 12.00 i bowlinghallen. Sigma centrum i Upplands Väsby.

Har du frågor kan du kontakta Benny Nilsson tel. 076-8905163

**Caféträff i Märsta** Kom och ta en kaffe med dopp och prata bort en stund. Första caféträffen har vi **fredagen 18 januari kl 14.00**. Sedan gäller följande datum; 22 februari, 22 mars och 12 april.

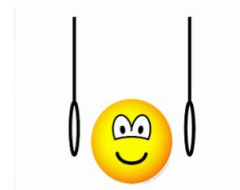
**Lokal :** HSB- lokalen Södergatan 50 Märsta Ingen kostnad Välkommen !

**Hjärtgymnastik Upplands Väsby:** Vårterminen börjar onsdag 16 januari kl 10.00 – 11.00 och varje onsdag t.o.m. 15 maj

**Plats:** Spegelsalen Vilundahallen Upplands Väsby

**Pris:** 200 kr per termin som sätts in på plusgiro 6310287-5

**Ange ditt namn och att det gäller gymnastik i Upplands Väsby**



**Hjärtgymnastik Märsta** börjar fredag 18 januari kl 8.30 – 9.30 och varje fredag t.o.m.10 maj

**Plats:** Forum Spegelsalen Stockholmsvägen 25

**Pris:** 170 kr per termin som sätts in på plusgiro 6310287-5. **Ange ditt namn och att det gäller gymnastik i Märsta.** Närmare upplysning och anmälan till Kerstin 070-4473685 eller Birgitta 070-5246681

Välkomna !

**Medlemsmöte med soppa** Vi träffas i Rubinen, Väsby Centrum **kl. 16.00**.

Då välkomnar vi kvällens in bjudna gäst/er som underhåller eller informerar oss.

Kl. 17.00 äter vi soppa tillsammans .**Pris:** 30 kr. **Anmälan till Siv Nilsson tel. 070-3546216** eller e-post [siv.nilsson@bredband.net](mailto:siv.nilsson@bredband.net)

- Onsdag 16 januari, Väsby Rehab kommer och berättar om sin verksamhet, visar sittande gymnastik och talar om balans och fallolyckor,



- Onsdag 20 februari blir det chokladprovning. Lena Otterli berättar om historia och tillverkning av kakao. Vi får prova 7 olika sorters choklad och de som vill kan handla till specialpriser efteråt.
- Onsdag 20 mars, kommer John-Erik Eriksson och underhåller. Vi klämmer också i med lite allsång.
- Onsdag 24 april ej fastställt, meddelas senare



\*\*\*\*\*

**Februari hjärtemånad** Tisdag 19 februari kl 18.00 bjuder föreningen **HjärtLung Sigtuna -Upplands Väsby** tillsammans med brandkåren Attunda in medlemmar och allmänhet till utbildning i hjärt- lung räddning. Kursen äger rum i Messingen, ABBA-salen och är kostnadsfri. **VÄLKOMMEN !**

Inbjudan till Riksmästerskap i bowling 2019. Mästerskapet går av stapeln i Nyköping. Mer information om detta får du på hemsidan [www.hjartlung.se/riksforbundet/stockholm/lokalforeningar/sigtuna-upplandsvasby](http://www.hjartlung.se/riksforbundet/stockholm/lokalforeningar/sigtuna-upplandsvasby)

Om du inte redan är prenumerant på BingoLotto, så kan du enkelt bli det genom att fylla i prenumerationsblanketten som följer med detta Medlemsbrev. Stöd vår förening och få 4 lotter utan kostnad.

### **VIKTIGT**

**Om du vet att du har ändrat e-post adress eller telefon nummer så meddela detta till Siv Nilsson 0703546216. Då blir det ändrat i medlemsregistret och vi kan nå dig med information.**

Årsmötet äger rum 28 februari. Separat kallelse skickas ut per post.

Nästa medlemsbrev kommer att handla om vårstädning, vårresa och lite annat smått och gott, det kommer i april. Till dess vill styrelsen önska alla medlemmar en...

**... SKÖN START PÅ VÅREM !!**



## Kontaktuppgifter till styrelsen

Ulla Clerkestam, ordförande  
Tel 073-3997536  
[clerkestam@yahoo.se](mailto:clerkestam@yahoo.se)

Benny Nilsson, kassör  
Tel 076-8905163  
[benny.nilsson@bredband.net](mailto:benny.nilsson@bredband.net)

Siv Nilsson, sekreterare  
Tel. 070-3546216  
[siv.nilsson@bredband.net](mailto:siv.nilsson@bredband.net)

Anita Andersson, eftervårdsombud-hjärta  
Tel 0790-797754

Jane Frith, eftervårdsombud- lungor  
Tel. 070-2081426  
[jane.frith@hotmail.se](mailto:jane.frith@hotmail.se)

Maria Nitz, ledamot  
Tel. 076-2088218  
[anna.maria.nitz@gmail.com](mailto:anna.maria.nitz@gmail.com)