



# Föreningen Sigtuna-Upplands Väsby HjärtLung

## Medlemsbrev april 2019

Hejsan alla medlemmar !

Nu har det gått en månad sedan årsmötet och det är hög tid att börja det nya året i föreningen. Styrelsen har fått en ny medlem. Hugo Hammar valdes till studieorganisatör på årsmötet. Vi hälsar Hugo varmt välkommen. För den som är intresserad finns årsmötes handlingar och årsmötesprotokoll att läsa på hemsidan [www.hjart-lung.se/riksforbundet/stockholm/lokalforeningar/sigtuna-upplandsvasby](http://www.hjart-lung.se/riksforbundet/stockholm/lokalforeningar/sigtuna-upplandsvasby)  
Så ta nu fram kalendern och boka in vårens aktiviteter...

\*\*\*\*\*

Februari är hjärtemånad och vår förening hade tillsammans med Brandkåren Attunda en kväll i Messingen där medlemmar och allmänhet fick prova på hjärt-lung räddning. Ett tjugotal intresserade kom för att ligga på knä och trycka och blåsa på /i gummidockorna. Det var en mycket informativ och trevlig kväll



I februari hade vi chokladprovning på månadens ”Medlemsmöte med soppa” Lena Otterli, som var gästen för kvällen tog oss med på en härlig smakresa. Sedan fick vi handla av godsakerna.



**Vårstädning** Föreningen har fått sig tilldelat två städombuden i Upplands Väsby städningen ska vara slutförd under april och lite beroende på väder är de planerade dagarna tisd. 16 april och tisd. 23 april. Vill du förena nytta med nöje, vara ute i naturen och samtidigt dra in några tusen till föreningen är du välkommen att hjälpa till.



Information får du av Benny Nilsson tel.076-8905163 el. [benny.nilsson@bredband.net](mailto:benny.nilsson@bredband.net)

**Utflykter** Föreningen har fått möjlighet att av kommunen boka och använda en minibuss med chaufför utan kostnad, som vi i första hand och om det finns intresse bland de av våra medlemmar som har svårt att gå eller på annat sätt har svårt komma iväg, tänkte använda till dags-utflykter. Kanske en utflykt till Wenngarns slott, Rosendals trädgård eller fika i Sigtuna...? Är du intresserad av att följa med så hör av dig till Hugo Hammar tel 0709574346 eller e-post [lujanar@comhem.se](mailto:lujanar@comhem.se)

**Bangolf** Minigolfen tar vid efter bowlingen onsdagar kl. 13.00 start onsdag 8 maj på golfbanan norr om Vilundahallen i Upplands Väsby. Ingen anmälan behövs.



VÄLKOMMEN !

**Medlemsmöte med soppa** Vår förening fyller 20 år i år. Det tänkte vi fira lite extra på vår sista soppkväll före sommaren, **onsdag 24 april kl .16.00 i Rubinen, Väsby centrum.** Gäst är Viktoria Nordemar, diakonissa från Hammarby församling. Hon ska berätta om sin pilgrimsvandring till Santiago de Compostella. Det vill du inte missa, inte 20 årsfirandet heller. **Anmälan** till Siv Nilsson tel 070-3546216 eller [siv.nilsson@bredband.net](mailto:siv.nilsson@bredband.net) VÄLKOMMEN !



**Loppis** Hantverksgruppen har sin vårloppis lördag 4 maj kl 11-15 i lokalen Drabantgatan 41 A (höghuset bakom Väsby centrum.) Passa på att vårstäda dina gömmor och lämna det du inte behöver till loppisen ( ej möbler ) vi finns i lokalen fredag 3 maj kl 17-18 för att ta emot dina saker VÄLKOMMEN !

**Caféträffen i Märsta** har avslutning fredag 12 april kl. 14.00

**Hjärtgymnastiken i Märsta** har terminsavslutning fredag 10 maj

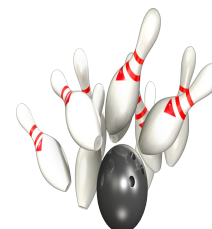
**Hjärtgymnastiken i Upplands Väsby** har terminsavslutning onsdag 15 maj

Styrelsen kan med stolthet och glädje meddela att 6 st. medlemmar åker till Nyköping 23-25 maj för att representera vår förening i Riksmästerskapet i bowling 2019.

Vi håller tummarna och önskar lycka till.

Här är bowling-gänget som ska åka till Nyköping. Från vänster:

Birgitta Bruno Karlsson  
Lars Magnusson  
Börje Persson  
Lena Persson  
Stig Vestin  
Jane Frith saknas på bilden



### **En nyhet till alla medlemmar**

”Riksförbundet HjärtLung kommer under våren 2019 att lansera ” Min Sida ” Här kommer man som medlem att ha möjlighet att logga in för att se och uppdatera sina medlemsuppgifter samt ladda ner sitt digitala medlemskort. Alla medlemmar kommer att få sin personliga inloggning till ” Min Sida ” på kommande medlemsfaktura. För de medlemmar som har sin e-postadress registrerad i medlemsregistret och som redan har betalat sin årsavgift för i år kommer riksförbundet att skicka ut den personliga inloggningen per e-post ” ( *Det är därför viktigt att du meddelat föreningen rätt e-postadress och telefon nr. Styrelsen´s anm.*)

---

## **VårFest-resa**

**Vi gör det igen... Vi slår ihop vårresa och vårfest. Dagskryssning Kapellskär-Mariehamn med buffé och allt. Kan det bli bättre... ? Nej det kan det inte... Så anmäl dig genast. Välkommen ombord tisdag 14 maj**

**Fakta:** Buss avgår kl. 9.55 tisdag 14 maj från Upplands Väsby station till Kapellskär. Åter från Kapellskär till Upplands Väsby station kl. 19.20 VikingLine´s Rosella avgår kl 12.00 från Kapellskär. Vi har buffé inkl. vatten öl eller vin inbokad till kl 12.00. Efter maten kan vi umgås, dansa, spela bingo, handla ja vi gör vad vi önskar. Kl 17.30 är vi tillbaka i Kapellskär och stiger på bussen hem igen. Glöm inte att ta med id handling.

Detta ingår : Buss t.o.r. Upplands Väsby station  
Båtresa inkl buffé med övatten, öl eller vin  
Trevligt sällskap

Pris : 150 :- per medlem betalas in på **pluskonto 6310287-5**

**Anmälan gäller först när resan är betald, därför är det viktigt att du skriver ditt namn och att det gäller ”Vårfest-resa ”**

**Anmälan senast måndag 8 april till Hugo Hammar tel 070-9574346 eller e-post [lujanar@comhem.se](mailto:lujanar@comhem.se)**

Det var allt för denna gång, Nästa medlemsbrev kommer i augusti, så till dess önskar styrelsen alla medlemmar en



**Underbar, skön och trevlig Sommar !!**

## 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)

Hugo Hammar, studieorganisatör  
Tel. 070-9574346  
[lujanar@comhem.se](mailto:lujanar@comhem.se)

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

Anita Andersson eftervårdsombud-  
- hjärta  
Tel. 0790-797754

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