



Föreningen Sigtuna-Upplands Väsby  
**HjärtLung**

# Medlemsbrev november

## 2018



Hejsan alla medlemmar !

Efter en underbar sommar, känner vi nu att hösten och mörkret är här. Kära medlemmar misströsta inte, det finns flera ljusa stunder att se fram emot. I det här brevet bjuder vi in dig till några av dem. Titta också på vår hemsida då och då så missar du ingenting. <https://www.hjart-lung.se/riksforbundet/stockholm/lokalforeningar/sigtuna-upplandsvasby>

I slutet på augusti hade föreningen en surströmmingslunch. Det var 29 st. glada medlemmar som träffades för att avnjuta denna delikatess. Trevligt också att det kom nästan dubbelt så många som förra året.

Nu börjar det ju gå mot slutet av terminen och många aktiviteter tar juluppehåll.

**Gymnastiken i Märsta** har sin sista träff 7/12 och börjar igen 18/1-2019

**Gymnastiken i Väsby** slutar 5/12 och börjar igen 16/1 2019

**I Märsta har man sista caféträffen** för i år fredag 5 /12 kl 14.00

**Bowlingen** på måndagar kl 12.00 fortsätter tillsvidare.

Första **medlemsmötet med soppa** nästa år blir 16/1 kl 16.00

Då kommer ”Väsby Rehab” och talar om hur man kan

undvika fallolyckor genom att förbättra sin balans. ... och här också

\*\*\*\*\*

En hyllning till Roy Orbison

Dagskryssning Kapellskär -

Mariehamn inkl. Julbord. 6 december

**OBS** Anordnas av Björks Resor. Tel. 08-55019215

\*\*\*\*

Tips

CHESS på svenska. Musical på svenska teatern i Helsingfors

13 – 15 mars 2019 .Sista anmälningsdag 25 januari till

Siv Nilsson tel. 070-3546216 eller e-post [siv.nilsson@bredband.net](mailto:siv.nilsson@bredband.net)

**OBS!** Resan anordnas av SPF seniorerna Märsta och Knivsta

Mer information om resorna finns att läsa på HjärtLung föreningens hemsida.

<https://www.hjart-lung.se/riksforbundet/stockholm/lokalforeningar/sigtuna-upplandsvasby>



. Här äts det surströmming ...



**Julmarknad.** Söndagen 2 december kl. 11- 15 har Hantverksgruppen sin årliga julmarknad Där kan du köpa julklappar eller julpynt i form av hemstickade mössor, vantar mm. Dekorerade ljus, broderier, hembakat bröd och mycket mer. Intäkterna går naturligtvis till föreningen. **Plats :** Fd. HSO's lokal Dragonvägen 64 (blå husen bakom Väsby centrum)  
Välkommen in !

**Julfest.** Föreningen HjärtLung Sigtuna-Upplands Väsby hälsar alla medlemmar varmt välkomna till julfest med underhållning. Vi börjar med ett vackert Luciatåg av Väsby skolans niondeklassare.

Sedan serveras julbuffé med måltidsdryck( vill man ha vin eller dyl. tar man med det själv ) underhållning och trevlig samvaro  
Lottförsäljning med ett dignande prisbord finns förstås. Har du saker du vill skänka till prisbordet så är du välkommen att ta med det till festen.

**Tid:** Tisdag 11 december kl. 17.00

**Plats:** Vilunda församlingshem, Väsby centrum

**Pris:** 150 kr / medlem, 200 kr. / icke medlem.      Betalas vid entrén.

**Anmälan: Senast fredag 23 november** till Siv Nilsson tel 070- 3546216 eller e-post

[siv.nilsson@bredband.net](mailto:siv.nilsson@bredband.net)

**Välkomna !**



**GLÖM INTE ...**



Du kan fortfarande beställa BingoLotto's Julkalender med chans på 1million direkt på skrapet. Eller ladda upp för julafton med en dubbel-eller enkel lott till BingoLotto's uppesittarkväll dan före dopparedan' 23 december.

Du beställer dina lotter och din julkalender genom att kontakta Siv Nilsson  
Tel. 070-3546216 eller e-post [siv.nilsson@bredband.net](mailto:siv.nilsson@bredband.net) Då stödjer du också vår förening, HjärtLung Sigtuna-Upplands Väsby.

Ta alltid ut lyckan i förskott!  
... om det sen inte blev  
som du tänkt,  
så har du iallafall varit  
glad fram tills dess.



Det är nu ca 1 år sedan HjärtLung föreningarna Sigtuna / Märsta och Upplands Väsby slogs ihop och blev till en förening. Hur har det blivit... ? Bättre, sämre eller ingen större skillnad..? Vad tycker du, blev det som du trodde ?

På årsmötet februari 2018, togs beslut om att styrelsen skulle göra en utvärdering som ska redovisas på kommande årsmöte i början av 2019. Styrelsen skulle därför vilja be om hjälp för att få fram medlemmarnas åsikter vad gäller sammanslagningen av föreningarna och även hur det blivit, på gott och ont.

Vi vore tacksamma om du kunde skriva några rader och berätta vad du tycker om hur sammanslagningen har påverkat föreningen. Med svaren vi får in som grund, känner vi i styrelsen att vi lättare skulle kunna göra en utvärdering. Det är ju medlemmarna som är föreningen. Det bästa är om du skickar dina åsikter skriftligt antingen med e-post till: [siv.nilsson@bredband.net](mailto:siv.nilsson@bredband.net) eller med vanlig post :

Siv Nilsson Holmvägen 15 19435 Upplands Väsby. Vi i styrelsen hoppas på din hjälp med detta och tackar på förhand.



Ja, detta var det sista Medlemsbrevet för i år. Nästa kommer i januari 2019, då skriver vi om bl.a. vårens aktiviteter och årsmötet ( kallelse skickas ut separat per post. ) Glöm inte att höra av dig till oss om du har förslag eller idéer, vill hjälpa till i styrelsen där behövs det förstärkning. Så har du något på hjärtat bara ring. Med detta sagt, vill styrelsen önska alla medlemmar

***En riktigt God Jul och Ett Gott Nytt År***



## 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.se](mailto:benny.nilsson@bredband.se)

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)