



# Höstens program 2023

Vi samarbetar med Reumatikerna om höstens program och vi är välkomna till deras möten, liksom de är välkomna till våra.



Riksförbundet  
**HjärtLung**

Laholm

**Bankgiro: 820-8902**  
**Stationsgatan 2, 312 30 Laholm**

## Ordförande har ordet!



*Hej på er allesammans.*

Ja så kom det efterlängttade regnet efter lååång torka, lagom till semestrarna!

Som vanligt bjuder vi på ett fullspäckt höstprogram.

Titta runt i programbladet och välj fritt bland våra 10 aktiviteter, pluss allt annat!

Vattengympa, bassängträning ,Boule , Gympa lätt o lagom. Promenader på Hökafältet mm.

Kolla gärna reumatikernas reseprogram och glöm inte att anmäla er till vår Hjärt o Lungräddningskurs.

Väl mött!

*Eder ordförande Kalle Klinker*



Riksförbundet  
**HjärtLung**

Laholm



Riksförbundet  
**HjärtLung**

Laholm

## **27 september**

Mannekänguppvisning Man & Woman Fashion, Laholm.

*Plats:* Gröna Hästen kl 18.00. Kaffe o fralla. Pris 100 kr.

*Bindande anmälan senast 18 september.*

*Anmälan Barbro Troedsson 072 303 59 65.*

---

## **18 oktober**

Musikunderhållning av Bo Liljedahls och Edvard Johansson.

*Plats:* Gröna Hästen kl 18.00. Kaffe o smörgås. Pris 100 kr.

*Bindande anmälan, senast 9 oktober till*

*Barbro Troedsson 072 303 59 65.*

---

## **15 november**

Hjärt-Lungräddning, se nästa sida.

---

## **6 december**

Julfest med Musikunderhållning av Tommy Markenrot.

*Plats:* Gröna Hästen kl 18.00. Kaffe o julmacka. Pris 100 kr.

*Bindande anmälan, senast 27 november till*

*Barbro Troedsson 072 303 59 65.*

---

## **21 februari 2024**

Årsmöte.

*Plats:* Gröna Hästen kl 18.00. Vi bjuder på kaffe o fralla. Lotteri.

*Bindande anmälan, senast 12 februari till*

*Barbro Troedsson 072 303 59 65.*

## **Stationsfika**

**14 september**

*Plats:* Gamla Stationshuset kl 14.00-16.00

**5 oktober**

*Pris:* 20 kr/pers

**2 november**

*Anmälan till FFR kansli 0430-266 73*

*Mer info Se FFR:s nyhetsbrev*

# 15 november Hjärt-lungräddning

## Ett effektivt sätt att rädda liv

Kurs i HRL med HJÄRTSTARTARE

I kursen ingår teori och praktik med Mini-Ann-docka.

Du får lära dig hur en Hjärtstartare används.

Du lär dig också teknik att åtgärda luftvägsstopp.

Max 10-12 deltagare per kurs.

*Plats:* Gamla Stationshuset

Kursen är kostnadsfri.

Fika ingår.

Kl. 9.30-12.00

*Anmälan till Gunilla Nilsson*

070 399 38 05



**Riksförbundet HjärtLung Laholm/  
Civilförsvarsförbundet.**

## Vad händer hösten 2023

### Augusti

22/8 Resa Varberg (*Rem.*)

### September

14/9 Stationsfika

27/9 Mannekänguppvisning

### Oktober

1/10 Resa till Bingolotto (*Rem.*)

5/10 Stationsfika

11/10 Resa till Ullared (*Rem.*)

18/10 Musikunderhållning

### November

2/11 Stationsfika

15/11 Hjärt- o Lungräddning

### December

6/12 Julfest/Musikunderhållning

### Februari 2024

21/2 Årsmöte

## Aktiviteter



Riksförbundet  
**HjärtLung**

Laholm

### Boule

Onsdagar kl. 13.30-16.00

*Plats:* Folkhälsocenter

Gratis för medlemmar i HjärtLung och Reumatikerna

*Kontakt: Per Ivansson 073 837 50 65.*

---

### Vattengympa

Start vecka 36. Måndagar kl. 11.00-12.00.

*Plats:* Folkhälsocentrums aktivitetsbassäng.

**Pris: 250 kr/termin.** Betalning bankgiro 820-8902.

*Anmäl till Anita Åkesson 070 992 81 54.*

---

### Bassängträning

Tisdagar kl. 12.00-13.00.

*Plats:* Folkhälsocentrums aktivitetsbassäng.

Gratis för samtliga FFR föreningar. Utan ledare.

---

### Gympa Lätt o Lagom, Sitt o Stå

Start v 39. Tisdagar kl 16.00-17.00

*Plats:* Parkskolans gymnastiksal.

**Pris: 150 kr/termin.** Betalning bankgiro 820-8902.

*Anmäl till ledare Gunilla Nilsson 070 399 38 05.*

---

### Promenader

Måndagar 9.30. Tillsammans med Träffpunkten på Hökagården.

Man går så långt man orkar. *Ingen anmälan, bara kom.*

*Ledare:* Maria Wernant

### **Resor:** (Arrangeras av Reumatikerna)

**22 augusti - Resa till Varberg** Pris: 995 kr. *Anm. senast 14 aug.*

**1 oktober - Resa till Bingolotto** Pris: 595 kr. *Anm. senast 15 sept.*

**11 oktober - Ullared** 100 kr för medlem, 200 kr icke medlem.

*Anm. senast 1 okt.*

*Anmälan till Kerstin Kristoffersson 0430-132 12 / 073-040 43 00  
eller Roy Runesson 073 631 46 06.*

***Föreningens styrelse och funktionärer:***

|                         |                               |                      |
|-------------------------|-------------------------------|----------------------|
| <b>Ordförande</b>       | <b>Karl-Fredrik Klinker</b>   | <b>070 664 10 44</b> |
| <b>Vice ordförande:</b> | <b>Bo Birgersson</b>          | <b>070 598 58 72</b> |
| <b>Kassör</b>           | <b>Bo Birgersson</b>          | <b>070 598 58 72</b> |
| <b>Sekreterare</b>      | <b>Ann-Margreth Nilsson</b>   | <b>073 037 15 69</b> |
| <b>Ledamot</b>          | <b>Kerstin Kristoffersson</b> | <b>073 040 43 00</b> |
| <b>Ledamot</b>          | <b>Gunilla Nilsson</b>        | <b>070 399 38 05</b> |
| <b>Ledamot</b>          | <b>Barbro Troedsson</b>       | <b>072 303 59 65</b> |
| <b>Ledamot</b>          | <b>Anita Åkesson</b>          | <b>070 992 81 54</b> |
| <b>Ersättare</b>        | <b>Per Ivansson</b>           | <b>073 837 50 65</b> |
| <b>Revisor</b>          | <b>Nils Danred</b>            | <b>072 002 33 93</b> |
| <b>Revisor</b>          | <b>Olle Benjaminsson</b>      | <b>0430-714 88</b>   |
| <b>Revisor</b>          | <b>Nils Perlhagen</b>         | <b>070 523 85 06</b> |
| <b>Boule</b>            | <b>Per Ivansson</b>           | <b>073 837 50 65</b> |
| <b>Vattengympa</b>      | <b>Anita Åkesson</b>          | <b>070 992 81 54</b> |
| <b>Gymnastik/HLR</b>    | <b>Gunilla Nilsson</b>        | <b>070 399 38 05</b> |

*Kansliet: 0430-266 73 Christina Kopp  
Mån-Tisd, Tors-Fred 9.00-11.30 (Onsdagar stängt)  
Bankgiro: 820-8902*