

Kommande händelser under november

Öppet Hus, måndagen den 3:e kl. 14:00

Musikunderhållning av Birgitta och Janne Frisk.

Entréavgift är 50 kr och då ingår fika och programmet.

KONTAKTUPPGIFTER
Riksförbundet HjärtLung
Norrköping

Adress:
Vattengränden 9
602 22 Norrköping

Telefon:
073-596 95 81

E-post:
info@norrkoping.hjart-
lung.se

Hemsida:
hjart-lung.se/norrkoping

Facebook:
Föreningen Hjärtlung
Norrköping

Bankgiro:
5149-4037

Swish:
123 408 56 19



HLR-utbildning, lördagen den 15:e kl. 10:00

Varmt välkomna att delta på en hjärt- och lungräddningsutbildning med Oscar Olsson. Utbildningen är kostnadsfri för alla medlemmar inkl. en närstående som ej behöver vara medlem!

anmälan till Patrik Sandsveden, EVO: patrik.sandsveden@gmail.com



KOL-dagen, söndagen den 16:e mellan 13:00 och 16:00

Varmt välkomna och informera er om KOL.



Öppet Hus, måndagen den 17:e kl. 14:00

Modevisning med Seniorshoppen.

Entréavgift är 50 kr och då ingår fika och programmet.



AW fredagen den 21:a kl. 18:00 (ändrat datum från 7/11)

Varmt välkommen till årets sista vinprovning med förtäring. Temat för kvällen är "Ruggit rött"

Entréavgift är 250 kr och anmälan och betalning är snarast.

Anmälan görs till Patrik Wik: patrik.wik70@gmail.com alt. SMS

076-611 17 70



Temakväll, onsdagen den 26:e kl. 18:00

Doktorand Annette Waldemar kommer och pratar om förmaksflimmer och hjärtsvikt.



En tillbakablick, oktober

Öppet Hus, måndagen den 6:e

Marcus Georges, Linda Ulvan och Andreas Klubb från Östgötatrafiken. informerade om hur man kan hantera färdväg och betalning med hjälp av mobiltelefon.

Under drygt en timme berättade gästerna, med hjälp av både ord och bild, om de olika sätt som finns för att lösa resor och betalningar digitalt. Presentationen väckte stort intresse bland de cirka 25 deltagarna, som ställde många frågor. De tre tjänstepersonerna hade fullt upp med att besvara alla frågor och förklara olika lösningar.



Höstmöte, söndagen den 12:e

Ett 30-tal medlemmar som deltog på höstmötet fick en mycket bra information om hjärtproblem i allmänhet och hjärtflimmer i synnerhet av doktoranden Annette Waldemar. Hon är specialiserad inom hjärtsvikts- och arytmiområdet.

För bra egenvård bör man i kort sammanfattning – undvik stress, alkohol, socker och rökning. Man ska äta hälsosam kost och vid övervikt ska man försöka gå ner i vikt och motionera på en lagom nivå.

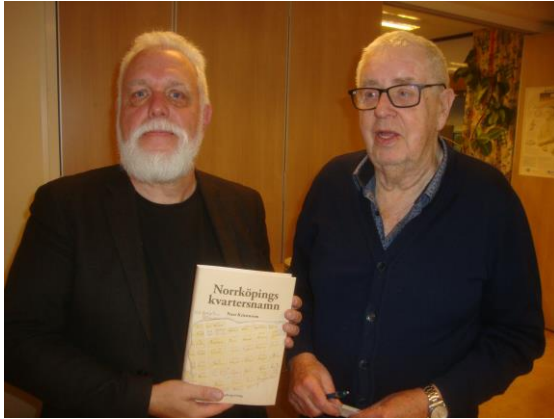


Kvällsöppet, måndagen den 20:e kl. 17:00

Peter Kristensson gästade föreningens första "Kvällsöppet".

Peter som är journalist och författare berättade och visade bilder från sin bok om Norrköpings kvartersnamn från 1728 till dags dato.

Peter svarade kunnigt om frågor gällande nuvarande kvartersnamn och gator i Norrköping. Efteråt fanns möjlighet att köpa några av hans böcker.



Kommande händelser senare under året

Lördagen den 6 december klockan 15:00 är det dags för julfirande.

Hagaskolan bjuder på traditionsenligt luciatåg.

Anmälan/betalning senast 23 november.

Anmälan görs genom att betala in 250 kr/person till föreningens konto alternativt betalning med swish.



Övrigt

Styrelsen tar tacksamt emot nomineringar på vem/vilka som ska få föreningens alla hjärtansdags stipendium, föreningens applåd och andra utmärkelser.

Mer om de olika utmärkelserna kommer i december numret av Nyhetsbrevet.