

# Hjärtbladet

Medlemsblad nr 7

Februari 2019



En uppskattande ros och ett hjärta till en del av  
våra frivilliga



Föreningen Öckerö

# HjärtLung

**Vi räddar liv!**



## *Ordföranden har Ordet!*

Hej alla,

Nu har jag varit ordförande under två år i föreningen och blev dessutom omvald på årsmötet i februari. Jag känner mig stolt och hedrad över ert förtroende och skall göra mitt yttersta för att vi skall ha så trevligt som möjligt på våra styrelse- och medlemsmöten, aktiviteter, kurser och resor!

Jag vill tacka styrelsen och alla andra engagerade medlemmar, vilka på olika sätt berikat vår förening med idéer, arbete och sammanhållning.

I detta 8-sidiga programblad finner du våra kommande möten, kurser och aktiviteter. Spara därför Hjärtbladet! Ring gärna någon av oss i styrelsen om du har idéer eller frågor om verksamheten.

Vi välkomnar våren med hjärtlig samvaro!

Jörgen Warberg

**Ansvarig utgivare:** Jörgen Warberg **Sättning:** Bernt Ljungqvist

# Våra aktiviteter

Alla våra aktiviteter på Solhöjden kostar 100 kr per säsong

## Hjärtgympa

Start: 9 Januari

Avslut: 24 April

Tid: Onsdagar, kl. 09.30-10.30

Lokal: Stora salen, Solhöjden

Ledare: Lillemor Landekrans.

Tel: 070-214 52 40



## Lungskola

Start: 23 Januari

Avslut: 10 April

Tid: Onsdagar, kl.14.00-16.00

Lokal: Studierum, Solhöjden

Ledare: Barbro Karlsson, Tel: 076-106 78 56

Diskussion, vad kan man göra för att leva gott trots lungproblem? Vi har också lätt lunggymnastik.



## Vattengympa

Start: 10 Januari

Avslut: 13 Juni

Tid: Torsdagar, kl.12.00-13.00

Lokal: Hedens by, Hönö

Ansv.: Ulla Käll, Tel: 070-792 69 10

Ledare Ingrid Piman



## QiGong

Start: 6 Februari

Avslut: 17 april

Tid: Onsdagar kl: 13.15-14.00

Lokal: Stora salen, Solhöjden

Ledare: Margareta Sörensson

Tel: 070-896 79 81



# Våra aktiviteter

Alla våra aktiviteter på Solhöjden kostar 100 kr per säsong

## Släktforskning

Start: 17 Januari

Avslut: 21 Mars

Tid: Torsdagar, kl. 09.30-12.00

Lokal: Konferensrum, Solhöjden

Ledare: Kenneth Quick,

Tel: 031-96 79 97



## Linedance

Start: 9 Januari

Avslut: 24 April

Tid: Onsdagar kl: 11.00-12.00

Lokal: Stora salen, Solhöjden

Ledare: Borghild Walfridsson

Tel: 073-356 56 55

OBS grundstegen bör du kunna



## Alla kan måla!

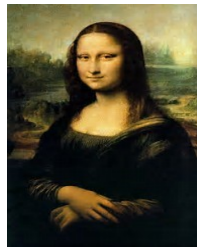
Start: 14 Januari

Avslut: 27 Maj

Tid: Måndagar, kl. 09.30-12.30

Lokal: Konferensrum, Solhöjden

Ledare: Ylva Colliander,



## RESA 14 Maj i Södra Bohuslän

Avresa 08.30 från Lilla Varholmen Kärrstegens gård, Ljungskile Inrednings butik för alla sinnen Kaffe med fralla

Bohusläns Museum, Uddevalla

- utställning med holländska konstnärer
- butik

Stallgården, Roteviksbro

- lunch
- hantverksbutik

Sundby säteri, på Tjörn

- vacker park och köksträdgård
- butik

(vid regn kan vi åka till Göksäter och handla)

Kostnad: 500 kr



Kontakta: Pirkko Bårman Tel: 070-856 40 22 för anmälan

# Medlemsmöten

## **MEDLEMSMÖTE SOLHÖJDEN**

**Tisdagen 5/2 kl: 16.30 Årsmötesförhandlingar**

## **MEDLEMSMÖTE SOLHÖJDEN**

**Tisdagen den 5/3 kl: 16.30**

**Magnus och Liv visar intressanta bilder från sin 3 års långa segling**

## **MEDLEMSMÖTE SOLHÖJDEN**

**Tisdagen den 2/4 kl: 16.30 Allsång med Stig Utbult och Dan Eriksson**

**Dietiststuderande Lina Johansson talar om kostens betydelse, för att vi skall må bra**

## **MEDLEMSMÖTE SOLHÖJDEN**

**Tisdagen den 7/5 kl: 16.30**

**Räkfest med tillbehör Kaffe och kaka Ta gärna på dig räkdekoration eller motsvarande. Kostnad 70 Kr Anmälan till Kjell-Ove Bryngelsson 076-778 49 59  
14-mannakören Matroserna som underhåller!**

## **HJÄRT OCH LUNGRÄDDNING**

**Datum är ej fastställt. Meddelande skickas ut via mail och informeras om på månadsmötet.**

**Kontaktman Kjell-Ove Bryngelsson 076-778 49 59**

# Hjärtlung Öckerös Jubileum

9 oktober 2018



# Styrelsen består av

Styrelsen består av

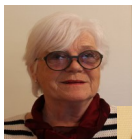
**Ordförande Jörgen Warberg**

**Tel: 070-333 13 10**

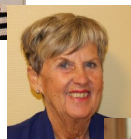


**Sekreterare Monica Nyström**

**Tel: 073-849 10 32**



**Kassör Elisabeth Bryngelsson Tel: 070-452 72 35**



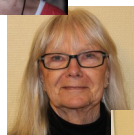
**Kjell-Ove Bryngelsson Tel: 076-778 49 59**



**Ylva Colliander Tel: 031-96 33 16**



**Lillemor Landekrans Tel: 070-214 52 40**



**Vice Ordf. Kenneth Quick**

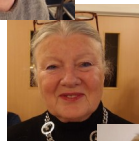
**Tel: 031-967997**



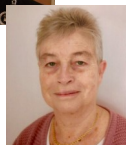
**Pirkko Bårman Tel: 070-8564022**



**Margareta Warfvén Tel: 070-2816952**  
ersättare i styrelsen



**Marita Oskarsson Tel: 031-96 64 74**  
ersättare i styrelsen



## Bilder från höstens medlemsmöten



Bankgiro för betalning av resor är: 266-8606

Tänk gärna på Gåvo- och minnesfonden i Föreningen Öckerö HjärtLung. Skänk oss ditt stöd till Gåvofonden  
Bankgiro är: 741-0236

Vi samarbetar med ABF vid våra aktiviteter

Ansvarig: Lillemor Landekrans

Mobil: 070-214 52 40



SYDVÄSTRA GÖTLAND

Gör en annan  
värld möjlig