



VERKSAMHETSPLAN 2018

HJÄRT & LUNGSKOLAN

Motionsgrupper

För hjärtsjuka	Fem gemensamma promenader Hälsans Stig
För lungsjuka	- ” -
Vattengymnastik	I samverkan övriga HSO-föreningar

Samtalsgrupper

Vän med ditt hjärta	Ingen
Innan hjärtat slutar slå	-”-
Nya andetag	-”-

Kostgrupper

Ingen

Rökavvänjning

Ingen

Hjärt-lungräddning

I samverkan med lokalföreningarna i Uppsala och Tierp

Stresshantering

En studiecirkel

Föreläsare

Läkare	I samband med möten och andra aktiviteter
Sjukgymnast	-”-
Dietist	-”-
Psykolog / Beteendevetare	-”-
Övriga	-”-

MEDLEMS- OCH STYRELSEAKTIVITETER

Medlemsmöten	Årsmöte	2500:-
Styrelsemöten	1 + 6	0:-
AU-möten	Efter behov	0:-
Studiecirkelar¹	Inga	
Övrigt	Inspektionspromenad Hälsans Stig	1000:-

¹ Som inte ingår i Hjärt & Lungskolan

ANDRA AKTIVITETER

Informationsmöten	”Bokbord” med utlottning av kokböcker. Filmvisning. Se nedan.	
Alla Hjärtans Dag 14/2	Östhammars vårdcentrum	1000:-
World Heart Day	Inget	0:-
Europeiska donationsdagen	Inget	0:-
Internationella KOL-dagen	Östhammars vårdcentrum Apotek Kronan	1000:-
Internationella handikappdagen	Stödja HSO	0:-
Medlemsrekrytering	Målet är 20 nya medlemmar	¹⁾
Lotterier	Två ² , Rohden Marknad	0:-
Övrigt	Två Medlemsmöten	1000:-
Utflykter		2000:-

¹⁾ Medlemsrekrytering enligt plan framtagen hösten 2017. Totalt 6000:- enligt särskilt anslag från länsföreningen. För 2018 återstår 3800:- . Av detta anslag föreslås att 1500:- avsätts för annonsering, 1000:- för ”bokbord” samt resterande 1300:- för öppna informationsmöten, t.ex. filmvisning med fika.

²⁾ Två lottringar för utlottning av två matkorgar