

KALENDER



Riksförbundet
HjärtLung

Skellefteå

Information om aktiviteter vårterminen år 2024

STYRELSE & Kontaktuppgifter

ORDFÖRANDE	Henry Dahlbäck	070-654 41 80
Vice ordförande	Yvonne Fälldin	0910-26 00 67
Kassör	Margitta Larsson	073-835 98 96
Sekreterare (adj.)	Sara Flodman	0760-222 826
Ledamöter	Erik Holmgren	0910-58 91 37
	Yvonne Fälldin	0910-26 00 67
	Håkan Malm	076-845 23 83
Suppleanter	Marianne Malm	070-309 39 84
	Anita Lundgren	070-391 80 81
EVO Hjärta	Gunilla Forsell	070-284 81 61
EVO Lunga	Marianne Malm	070-309 39 84
Valberedning	Arne Andersson	070-315 73 50
	Håkan Malm	076-845 23 83
	Gunilla Forsell	070-284 81 61

KANSLIET

E-post	info@skelleftea.hjart-lung.se
Hemsida	www.hjart-lung.se/skelleftea
Tel KANSLIET	0760-222 826, SPARA gärna i "Kontakter" på din telefon!
Besöks- & postadress	Riksförbundet HjärtLung Skellefteå Skeppargatan 16 (portkod vid besök) 931 30 Skellefteå

Januari 2024

mån	tis	ons	tor	fre	lör	sön
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
KANSLIET öppnar 9/1 (telefonsvarare vid frånvaro) Öppettider mån-tors kl. 08-15, lunchstängt kl. 12-13 TEL 0760-222-826						
15	16	17	18	19	20	21
Burträsk & Skelleftehamns GYMNASTIK grupper startar 15/1-2024!			Anderstorp GYMNASTIK grupp startar 18/1-2024! Tidigare Sunnanå-gruppen!			
22	23	24	25	26	27	28
Rörelsebingo Dutt`N`GO samt FÖRELÄSNING Fina priser & fika!						
29	30	31	GYMNASTIKGRUPPER			
Björnåkersskolan, Burträsk mån & torsdag kl 16-17, Margitta Larsson, tel 073-835 98 96 Örjanshallen, Skelleftehamn mån & torsdag kl 17-18, Sonja Eriksson, tel 073-098 23 67 Spegelsalen, Anderstorp torsdagar kl 16-17 Laila Brännström, tel 070-356 50 60						
ANMÄLAN TILL LEDAREN eller KANSLIET!						

Kallelse ÅRSMÖTE

DATUM & TID - 27/2 kl 13-15

PLATS - Skeppargatan 16

ANMÄLAN—till KANSLIET tel 0760-222 826,
senast 21/2 för FIKA (semilor)



Rörelsebingo Dutt`N`GO

Vi spelar BINGO—med rörelser!

DATUM 24/1, 25/3 & 23/4

PLATS - Skeppargatan 16, kansliets lokaler

ANMÄLAN - till KANSLIET tel 0760-222 826

Fina priser & avslutningsfika till deltagarna!

GRATIS FÖR MEDLEMMAR, pris ej medlem 50 kr/gång

Februari 2024

Hjärtemånaden

mån	tis	ons	tor	fre	lör	sön
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
	<p>ABF erbjuder prova på: "Våga vara Kreativ" Endast för medlemmar i HjärtLung, gratis! OBS! Begränsat antal platser!</p>					
12	13	14	15	16	17	18
	<p>ABF erbjuder prova på: "Våga vara Kreativ" Endast för medlemmar i HjärtLung, gratis! OBS! Begränsat antal platser!</p>					
19	20	21	22	23	24	25
	<p>FÖRELÄSNING 20/2 kl 13-15 Kurt Boman & Mona Olofsson Anmälan till KANSLIET, begränsat antal platser!</p>	<p>VATTENGYMNASTIK start 21/2 kl 15.30 Eddahallens varmvattenbassäng Anmälan till Kansliet!</p>				
26	27	28	29			
	<p>ÅRSMÖTE 27/2 kl 13-15 Anmälan till Kansliet, senast 21/2 för FIKA (semior)</p>	<p>VATTEN- gymnastik Eddahallen, tid kl. 15.30</p>	<p>SKOTTDAGEN</p>			

VATTENGYMNASTIK!

- DATUM & TID: start onsdag 21/2 kl 15.30
 - SISTA ANMÄLAN: 15/2 till KANSLIET tel 0760-222 826
 - PLATS: Eddahallens varmvattenbassäng
 - PRIS (hela) vårterminen: 500 kr för medlem, 700 kr för icke-medlem
- Varmt välkommen!*

Lär känna DIN Mobiltelefon!

PASSA PÅ att lära Dig mer om din mobiltelefon – digitala tjänster & internet!

OBS! Begränsat antal platser!

- Datum—5/3, 12/3, 19/3 & 26/3
- Tid — kl 10-12
- Plats—Skeppargatan 16, stora Odenrummet
- Anmälan—till KANSLIET tel 0760-222 826, senast 29/2
- PRIS—100 kr/person för hela kursen (endast medlemmar)



I samarbete med ABF!

Mars 2024

mån	tis	ons	tor	fre	lör	sö
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
	"Lär känna Din mobil-telefon" en kurs i samarbete med ABF!	VATTEN-gymnastik Eddahallen, tid kl. 15.30		KANSLIET (telefonsvarare vid frånvaro) TEL 0760-222-826		
11	12	13	14	15	16	17
	"Lär känna Din mobil-telefon" en kurs i samarbete med ABF!	VATTEN-gymnastik Eddahallen, tid kl. 15.30				
18	19	20	21	22	23	24
	"Lär känna Din mobil-telefon" en kurs i samarbete med ABF!	VATTEN-gymnastik Eddahallen, tid kl. 15.30	Sista anmälan RÖRELSEBINGO (25 mars)			
25	26	26	27	28	29	30
Rörelsebingo Dutt`N`GO samt FÖRELÄSNING Fina priser & fika!	"Lär känna Din mobil-telefon" en kurs i samarbete med ABF!	VATTEN-gymnastik Eddahallen, tid kl. 15.30				
31						

Köp digitala Bingolotter

& nya digitala lotten **JOYNA!**

Och stötta Din lokala HjärtLung-förening i Skellefteå!

Se hemsidan www.hjart-lung.se/skelleftea!

FLER MEDLEMSFÖRMÅNER

- Medlemstidningen *STATUS* 6 ggr/år, medicinska nyheter & reportage!
- *GRATIS* utbildning i HjärtLung-räddning, studiecirkelar & föreläsningar! Information & kunskap för en bättre hälsa!

Dessutom förmånliga medlemspriser vid resor, fester (jul/surströmming), gymnastik & vatten-gymnastik etc.

April 2024

mån	tis	ons	tor	fre	lör	sön
1	2	3	4	5	6	7
Annandag Påsk		VATTEN- gymnastik Eddahallen, tid kl. 15.30				
8	9	10	11	12	13	14
	VÅRFEST MIDDAG & LOTTERI Se hemsidan & facebook för uppdaterad info längre fram!	VATTEN- gymnastik Eddahallen, tid				
15	16	17	18	19	20	21
		VATTEN- gymnastik Eddahallen, tid kl. 15.30	Sista anmälan RÖRELSEBINGO! (23 april)			
22	23	24	25	26	27	28
	Rörelsebingo Dutt'N'GO samt FÖRELÄSNING Fina priser & fika!	VATTEN- gymnastik Eddahallen, tid kl. 15.30	KANSLIET (telefonsvarare vid frånvaro) TEL 0760-222-826			
29	30					

MEDLEMSRESA Mårdseleforsen med Art of Lapland och Vindeln 27/5

Bussresa, besök Art of Lapland, förmiddagskaffe & lunch i Vindeln ingår i resan!

- **Avresa Skellefteå Folkpark kl 08.00** (åter ca 16.30)
- **Pris 600 kr/person** (medlemspris)

Sista anmälan (bindande) **10/5-2024** till Kansliet tel 0760-222 826! *OBS! Begränsat antal platser.*

Riksförbundet HJÄRTLUNG Skellefteå erbjuder:

- *Stöd, trygghet & gemenskap*
- *Glädje & engagemang*
- *Livsstilsförändringar*
- *Information & opinion*

Riksförbundet HJÄRTLUNG Skellefteå

Bankgiro 624-7498 Swish-nr 123-29 552 50

Maj 2024

mån	tis	ons	tor	fre	lör	sön
		1	2	3	4	5
Första maj						
6	7	8	9	10	11	12
	TACK för gott Samarbete!		GYMNASTIK- grupperna avslutas för terminen!	10/5 Sista anmälan Medlemsresan 27/5		
13	14	15	16	17	18	19



Följ gärna föreningen på Facebook!

20	21	22	23	24	25	26
		MEDLEMSAVGIFT 200 kr /år OBS! Riksförbundet HjärtLung (ej Skellefteå) skickar inbetalningskort!		KANSLIET (telefon svarare vid frånvaro) TEL 0760-222-826		
27	28	29	30	31		
MEDLEMSRESA 27/5 Avresa kl 08.00 från Folkparken, åter i Skellefteå ca kl 16.30! <i>Begränsat antal platser!</i>						

MINNESGÅVA

Gåvan kommer den lokala föreningen

Riksförbundet HjärtLung Skellefteå

till godo!

Vi ombesörjer utskrift av MINNESBLAD—med valfri vers, och vidarebefodrar dessa till berörd part.

Kontakta KANSLIET på telefon 0760-222 826 eller e-post info@skelleftea.hjart-lung.se

Bankgiro 624-7498

Swish-nr 123-29 552 50

JUNI månad



Se HEMSIDAN www.hjart-lung.se/skelleftea eller följ oss på FACEBOOK för uppdaterad information om Hälsans stig och andra aktiviteter under månaden!