



KONTAKT

Telefon: 08-88 71 00

Telefontid: vardagar

klockan 10.00–12.00

E-post: fhls-stockholm@telia.com

Hemsida:

www.hjart-lung.se/stockholm



Monica
Strömblad,
kanslist.

Bilaga som följer med Riksförbundet HjärtLungs medlemstidning Status.

Styrelsen har ordet

En spännande dialog med er är viktig

Det kändes riktigt bra när jag satt mig ned och skulle skriva några rader till er inför sommaren. Jag menar då mina tankar om vad som är på gång i vår förening i en nära framtid.

Promenadgruppen vill förnya sig med promenader på lite nya platser. De tänker kolla vilka "Hälsans stigar" som finns i Stockholm och använda sig av dem. Låter riktigt spännande!

Vi förbereder en uppvaktning i Stockholms stad för att diskutera vårt ekonomiska stöd. Det bestämdes en träff med Socialförvaltningen den 5 maj. Det kommer vi att skriva om i nästa blad.

Vi har kontakt med akutsjukhusens ansvariga om framtidens vård och hur tryggheten för våra medlemmar ska uppfattas. Det kommer att redovisas kontinuerligt.

Till sist känns det också så bra med inbladningen, som gör att vi kommer er medlemmar närmare. Jag hoppas att vi får gensvar och en spännande dialog med er. Det är viktigt!

Så alla medlemmar nu stämmer vi in i sången

*Nu grönskar det i dalens
famn nu doftar äng och lid*

*Så drick min vän drick sol
och doft ty dagen den är din*

En fin sommar önskar jag dig!

Birgitta Nilsson
ordförande



En skön paus innan promenaden fortsätter.

Välkommen att gå ut och gå tillsammans

I ur och skur. Namnet på tisdagspromenaden.

Låter det avskräckande? Nej Nej! Välkommen att vandra med oss längs Stockholms stränder och gränder när vi beundrar naturen, skulpturer, monumenter och fasader.

Vi utbyter tankar och livserfarenheter, skrattar som tonåringar för det är inget fel på våra hjärnor. Det är benen som ta det lungnare, men vad gör det, alla går i sin takt och så träffas vi på en restaurang senare där vi njuter av maten och löser alla

världens problem. Sedan går vi hem och längtar efter nästa tisdagspromenad.

Tid: tisdagar kl. 11.30 samling på Drottninggatan i hörnet Drottninggatan- Klarabergsgatan vid uppgång T-centralen.

Vintern rasat ...

Ja, våren är kommen och våra personliga förberedelser inför sommaren börjar ta form. Härlig tid väntar.

I vår styrelse och kansli är det bråda dagar. Färdigställande av höstens program pågår för fullt. Tilläggspaneringen av de efterlängtrade Hjärt- och Lungfikorna är inte riktigt på plats ännu.

Delar av styrelsen är också involverad i mycket spännande samtal med verksamhetsansvariga

hjärtläkare på Stockholms stora sjukhus. Vår ordförande, Birgitta Nilsson, redovisar detta lite längre fram i tiden.

Vi jobbar stenhårt på, och för, att ni medlemmar även kommer att gilla hösten och dess nya aktiviteter.

Ju mer vi är tillsammans ... , ja ni vet. Må så bra.

Sture Svensson, EVO

På gång



● **Höstupptakt 4 september**

Föreningens ordförande Birgitta Nilsson har bett mig "skvallra" lite om höstens program men eftersom det inte är riktigt klart kan jag idag bara säga att vi ska gå på teater, lunchkonsert, visningar, lyssna på föreläsningar lära oss hjärtlungräddning och lite annat smått och gott som vi hoppas ska passa er medlemmar.

Den 4 september startar vi hösten med att bjuda in dig till Höstupptakt. Vi informerar då om höstens program och du får chansen att träffa aktiva medlemmar. Vi håller öppet kl. 17.00-19.30 i föreningens lokal på Stora Essingen. OBS om du åker kommunalt tänk på att tvärbanan till Stora Essingen är avstängd.

God dryck med tilltugg kommer FHLIS att bjuda på. Varmt välkommen!

Lena Holmbeck
programgruppen

Ny Hälsans Stig på gång

Hjärtlung Riks/Stockholmsföreningen planerar med Farsta stadsdelsnämnd att inrätta en ny sträckning av Hälsans stig på cirka 1,5 km i Fagersjö. Den ska kopplas ihop med stigen i Hökarängen. Stigen är tänkt att gå nära bostäder och längs den fina sjön Magelungen och i trevliga parkområden utan backar och svåra passager. Det kommer att finnas sittbänkar cirka var 100-meter och rastplats om man vill fika vid en brygga. Två busshållplatser finns i närheten av stigen/parkvägen. Stadsdelsnämnden hoppas att få upp skyltar under sommaren. Gå in på Stadsdelsnämndens hemsida där information kommer att finnas om den nya sträckningen i Fagersjö när stigen är klar.



Smygtitt på höstens program

Det är nu dags att börja tänka på vad som är intressant i utbudet av höstens aktiviteter och som vanligt finns mycket att välja på. Styrelsen vill naturligtvis att utbudet ska locka dig att delta i olika sammanhang. Höstprogrammet skickas ut i mitten av augusti.

Vi fortsätter att inbjuda till föreläsningar i olika ämnen. Det har hittills visat sig vara uppskattat. Vi vet redan nu att Karolinska

sjukhuset planerar för tre olika föreläsningar om hjärtat. Jag tror att bra kunskap om sin sjukdom skapar trygghet i vardagslivet och det är det vi vill förmedla via föreläsarna. Har du förslag på något ämne som är intressant delge detta till styrelsen så ska vi se hur vi kan ordna med en bra föreläsning. Det kan handla om helt andra saker än sjukdomar.

Som tidigare inbjuder vi till olika möjligheter till motion i

trevliga grupper. Missa inte det! Våra ledare är välutbildade och de anpassar motionen för dig med hjärt-lungsjukdom. Jag lovar att din kropp kommer att känna glädje efteråt. Du kan prova på en motionsaktivitet vid ett tillfälle utan kostnad för att sedan välja det som lämpar sig bäst för dig. Alla motionsaktiviteter är ordentligt subventionerade för att det är så viktigt för välbefinnandet.

FÖRENINGEN STOCKHOLM HJÄRTLUNGS STYRELSE



Birgitta Nilsson
ordförande
E-post: birgitta.berndt@gmail.com



Klaus Dürhagen
ledamot
E-post: klaus_durhagen@hotmail.com



Anita Ödman
kassör
E-post: odman.anita@telia.com



Sture Svensson
EVO hjärta
E-post: sturesvensson@outlook.com



Hjördis Almgren
Gärdesmon
EVO lunga
Telefon: 08-99 79 69



Lena Holmbeck
ledamot
E-post: lenaholmbeck@gmail.com



Olle Bohlers
ledamot
E-post: bohlers@live.se



Eva Lundqvist
ledamot
E-post: eva.lundqvist44@gmail.com



Hans Caroll
ledamot
E-post: hans@caroll.se