

**Föreningslokal:** Eskilsgatan 8 A, 432 45 Varberg  
Telefon: 0340-62 79 78  
Bankgiro: 681-1376  
E-mail: [info@varberg.hjart-lung.se](mailto:info@varberg.hjart-lung.se)  
Hemsida: [www.hjart-lung.se/varberg](http://www.hjart-lung.se/varberg)

Medlemsavgift 200: - per år, **OBS faktureras via Riksförbundet.**

**OBS! Kansliet är öppet på torsdagar kl. 10.00 - 11.00.**  
Övriga tider har vi en telefonsvarare inkopplad. Tala in ett meddelande så kontaktar vi dig så snart vi kan.

**Kontaktpersoner i styrelsen:**

Inger Nilsson, kassör 0705-83 46 40  
Christina Bermudez 0761-92 92 50  
Anna-Liza Lindqvist 0733-76 35 22  
Monika Hermanson 0730-50 75 58

**UTHYRNING AV FÖRENINGSLOKALEN**

Föreningslokalen hyrs ut till medlemmar. 500:- per tillfälle.

Kontakta Anna-Liza Lindqvist 0733-76 35 22

Vi omfattas av en försäkring via Folksam som gäller deltagare till och från och under aktiviteter vi arrangerar.

Försäkring nr K 66104.

Vid skada ring Folksam tel. 0771-96 09 60

Svar: **1. Fablernas värld, 2. Cabaret, 3. Flexnes**



# Riksförbundet HjärtLung

Varberg

## Program Sommar, höst och vinter 2021

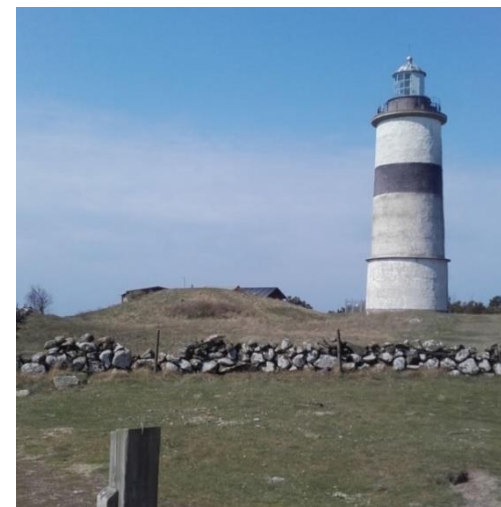


Foto: Nilsson

**Vi följer myndigheternas rekommendationer.  
Kontrollera med respektive kontaktperson om och när  
aktiviteterna startar.  
Om du är förkyld eller har andra symptom bör du stanna  
hemma.**

## Medlemsmöte



**Vid jultid ställer vi till med gille och bjuder på julmat till alla.**

**Vi träffas på Restaurang Monark den 14 december kl. 17.00**



**Edward C Johansson underhåller.**

Anmälan till vår telefon/svarare 0340-62 79 78 eller till Christina Bermudez [christinabermudez@icloud.com](mailto:christinabermudez@icloud.com) alt. 0761-92 92 50 eller Inger Nilsson [inger.n46@gmail.com](mailto:inger.n46@gmail.com) alt. 0705-83 46 40. **Anmäl helst per mail eller SMS.**

***OBS absolut senast 2021-11-12.***

## AKTIVITETER UNDER VECKAN

### Måndag

Städning av Lokalen jämna veckor kl. 7.00 – 10.00.  
Boule kl. 10.30 Apelvikshöjd, sommartid  
Styrelsemöte första måndagen i månaden 10.00.

### Tisdag

Sittgymnastik kl. 10.30 Lokalen  
Öppet Hus kl. 14.00 se program, Lokalen  
Hallandsbygd kl. 14.00 Två gånger per månad. Lokalen  
Kolonin 14.00 varannan tisdag under sommarhalvåret.

### Onsdag

Stick-kafé ojämn vecka 10.00 Lokalen  
Sittgympa 11.00 Lokalen  
Bokcirkel var 4e vecka kl. 14.00

### Torsdag

Kontoret öppet kl. 10.00 - 11.00  
Promenad kl. 10.00 vid Nöjesparken  
Golvgymnastik kl. 16.00 Flickskolans gymnastiksal,  
Engelbrektsg. 6

### Fredag

Canasta 10.00 Lokalen

### Lördagar

### Söndag

Promenad Hälsans Stig kl. 10.00 vid Simhallen, Håsten



## BOULE

Måndagar kl 10.30 under  
sommarhalvåret spelar vi på Apelvikshöjd.

**Kontaktperson** Berit Svenbring 0340-171 13 och Gerd  
Rydström 033-10 10 47

## VATTENGYMNASTIK



**Vi vet inte hur möjligheterna att erbjuda  
vattengymnastik ser ut vid tryckning av programmet. Vi  
återkommer med besked när vi vet mera.**

**Kontaktperson:** Christina Bermudez 0761-92 92 50,  
christinabermudez@icloud.com

## FIKA TILLSAMMANS



**Tisdagar kl 14.00 - 16.00 i Föreningslokalen  
enligt nedanstående kalender**

|                     |                           |
|---------------------|---------------------------|
| <b>21 september</b> | Bingo                     |
| <b>12 oktober</b>   | Fika tillsammans          |
| <b>26 oktober</b>   | Bingo                     |
| <b>16 november</b>  | Fika tillsammans          |
| <b>30 november</b>  | Bingo                     |
| <b>14 december</b>  | Julkalas. Se medlemsmöte. |

Fikakostnad 20: -

**Kontaktpersoner:** Anna-Liza Lindqvist 0733-76 35  
22, Christina Bermudez 0761-92 92 50 och Monika  
Hermanson 0730-50 75 58



## CANASTA

På fredagar kl. 10 spelar vi Canasta i föreningslokalen året runt. **Kontaktperson:** Lars Svensson, 0340-66 51 21

## BRIDGE



Bridgen tar paus, men startar så snart någon/några kan ta på sig ansvaret för verksamheten.  
Vi spelar för att det är trevligt att träffas

## KOLONIN



**Gökotta 13 maj kl 8.00**

Fortsätter under sommaren, **varannan tisdag** kl. 14.00.  
Startar 1 juni sedan 15 juni, 29 juni, 13 juli, 27 juli, 10 aug, 24 aug och avslutning 7 sept.  
Kaffekorg tar man med sig.

**Kontaktperson:** Anna-Liza Lindqvist 0733-76 35 22

## HJÄRT- LUNGRÄDDNING MED HJÄRTSTARTARE (D-HLR) Kedjan som räddar liv

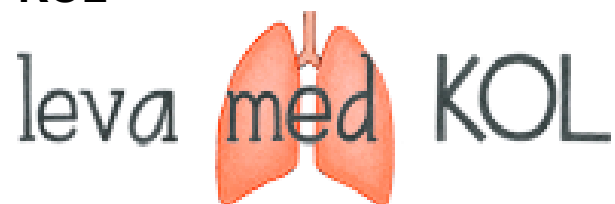


Vår förening har instruktörer som utbildats för att tillhandahålla kurser i D-HLR. Vi söker fler personer som vill bli instruktörer.

**Anmäl Dig till utbildning i hjärt-lungräddning** och uppmana Dina släktingar och vänner att lära sig rädda liv. Kursen tar ca 3 timmar. Föreningen bjuder på enkel fika. Utbildningen är kostnadsfri för medlemmar och anhöriga. Övriga betalar 100 kr.

**Kontaktpersoner:** Vivi-Anne Nilsson, 0340-150 52  
Anders Henrik-Klemens 0706-97 21 36

## KOL



**Vi söker någon som kan/vill bli egenvårdsombud Lunga**

## SITTYGYMNASAIK



**1. Tisdagar** kl. 10:30 i föreningslokalen, Pågår hela året.

**Kontaktpersoner:** Britt Gabrielsson, tel. 0734-45 13 77  
Vivi-Anne Nilsson, tel. 0705-12 60 78

**2. Onsdagar** kl. 11.00 i föreningslokalen.

**Kontaktpersoner:** Gunnel Mårtensson tel. 0340-140 43

## GOLVGYMNASAIK



Torsdagar kl.16:00, Flickskolans gymnastiksal  
Engelbrectsgatan 6.  
(Bokningen är ännu inte bekräftad)

**Kontaktperson:** Vivi-Anne Nilsson, tel. 0705-12 60 78  
Bo Johansson tel. 0725-67 61 77

## PROMENADER MED ELLER UTAN STAVAR



**TORSDAGAR** kl.10:00. Start vid Nöjesparken.  
Pågår hela året med undantag av juluppehåll.

**Kontaktpersoner** Nils-Bertil Svenbring 0340-171 13  
Hasse Nyman 0701-44 36 48

**SÖNDAGAR** kl.10:00, Hälsans Stig. Start vid Håstens simhall. Pågår hela året med undantag av juluppehåll.

**Kontaktpersoner:** Nils-Bertil Svenbring, 0340-171 13  
Hasse Nyman 0701-44 36 48

## SÅNGKÖREN HJÄRTANS FRÖJD



Det skulle vara trevligt om vi kunde få igång kören igen.  
Hör av dig om du vill ta hand om Hjärtans Fröjd

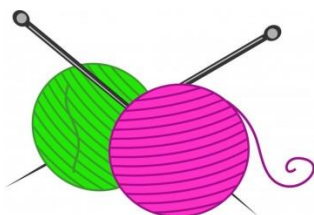
## HALLANDSBYGD

### Minnen från ett svunnet Halland



**Anmälan** till Tommy Carlsson,  
[tommycarlsson82@yahoo.se](mailto:tommycarlsson82@yahoo.se)  
eller 0706-46 66 12.

Vi träffas på tisdagar kl. 14.00 varannan vecka.



## STICK-Kafé

Vi träffas och stickar tillsammans, kanske lite fika och snack emellanåt.

Onsdagar ojämna veckor kl. 10.00 - 12.00. Start 1 sept..

**Kontaktperson:** Anna-Liza Lindqvist tel. 0733 76 35 22

## BOKCIRKEL



**Startar den 8 september. Vi ses på onsdagar kl. 14-16 var fjärde vecka. Alltså 6 oktober, 3 november och 1 december.**

**Kontaktperson:** Anna-Liza Lindqvist tel. 0733-76 35 22



### Frågesport:

1. Detta år 1971 har en serie för barn svensk premiär. Serien sänds i 119 avsnitt och en av berättarrösterna tillhör Bert-Åke Varg. Avsnitten är 5 minuter långa och avslutas med klassiska frasen "samma lugnt". Vad heter serien?
2. Musikal från 1966 blir film 1972 med Liza Minelli i huvudrollen. Hon spelar den nyckfulla Sally Bowles som arbetar i Berlin. För rollen vinner hon en Oscar. Vad heter filmen?
3. 1973 dök en dumdryg pratsam ungtkarl från Norge upp i svensk tv. Ofta hördes han med sitt karakteristiska stridsrop "Day-o!" Norrmannen spelas av skådespelaren Rolv Wesenlund. Vad heter karaktären?

Svar på sista sidan.