



# Länsinfo

Nr 2-2022

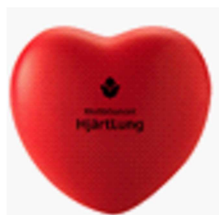


## Aktuellt från Riksförbundet HjärtLung Västra Götalands län

### Ordföranden har ordet!



**GOD JUL**



#### *Hjärtat mitt...*

Det var en tidig morgon, vid pass kl. 5  
sisådär, och målet var att hinna med 6.24-  
tåget till Stockholm. Flera av resans sträckor  
var redan avklarade, bilfärden, färjan och  
bussen. Nu väntade 1:ans spårvagn, "den  
vita" som göteborgarna säger trots att även  
denna spårvagn är blå och bara har en liten  
vit skylt ovanför framrutan. Hur många  
turister har inte lurats av detta och tittat  
efter en vitmålad vagn som aldrig dök upp?  
Nåväl, denna dag svängde 1:ans spårvagn in  
på hållplatsen vid Järntorget strax efter kl. 5.  
Någon minut senare fortsatte den bort i en  
stark sväng emot Stenpiren för vidare färd  
till Centralstationen. Innan den hade  
kommit särskilt långt, skrek hjulen till mot  
skenorna och vagnen passerade det enda  
ställe i Göteborg där den gamla  
befästningsvallen fortfarande är synlig.

Platsen låg i nästan fullständigt mörker  
förutom att det i de träd som stod där, hängde  
stora röda lysande glashjärtan. Inuti dessa  
tändes otaliga gula slingor som hastigt  
blixtrade till och lika hastigt släcktes ner  
igen... Vad var det jag såg egentligen? Ett  
Göteborg som hade tänt sina första  
julbelysningar? Nej, för mig blev det helt klart  
en fantastisk och symbolisk bild av alla oss  
som har hjärtan med flimmar. Oordnade  
elektriska impulser som ställer till med  
besvär, bekymmer och oro...

Förresten, tänk så många olika sjukdomar  
inom hjärta-, kärl- och lungområdet som vi i  
våra föreningar har att sprida kunskap kring  
– utöver allt annat som ska förverkligas i de  
löpande aktiviteterna.

Tur då att vi har så många initiativrika  
föreningar i vårt län. Alla möjliga idéer tas  
tillvara för att bli till en positiv händelse i  
föreningen. Se bara i detta julnummer av  
Länsinfo där flera föreningar träder fram och  
delar med sig av några glimtar från den egna  
verksamheten!

En av de "ledstjärnor", som vi lever under i  
Riksförbundet HjärtLung är "gemenskap".  
Hur bra är vi på att ordna så att alla "kommer  
in i värmen", blir sedda och medräknade? Inte  
minst viktigt är detta ju i dessa bistra tider...  
Kan vi göra mer och hur gör vi?

"En glädje driver hundra sorger på flykten." /  
*Kinesiskt ordspråk*

Så till sist några av Nils Ferlins tankvärda rader:

I livets villervalla  
Vi gå på skilda håll  
Vi mötas och vi spela  
vår roll –

Vi dölja våra tankar  
vi dölja våra sår  
och vårt hjärta som  
bankar och slår –

I livets villervalla  
så nära vi gå -  
men så fjärran från varandra  
ändå.

*Monica Nyström*



## Länsföreningens årsmöte 2023

Årsmötet 2023 kommer att genomföras den 25 mars 2023 på Julia Hotel i Skara. Redan den 19 januari ska kallelsen till årsmötet skickas ut och alla handlingar ska sedan vara på plats senast 14 dagar innan årsmötet.

Dan Nyberg ställer upp som ordförande för årsmötet 2023, vilket vi är mycket tacksamma för!

## Länsföreningens styrelsemöten 2023

- ♥ 9 januari
- ♥ 20 februari
- ♥ 25 mars Konstituerande
- ♥ 17 april
- ♥ 15 maj
- ♥ 12 juni
- ♥ 28 augusti
- ♥ 11 september
- ♥ 9 oktober
- ♥ 6 november
- ♥ 1 december



# Julstängt!

Kansliet är stängt fr.om. 22/12 2022  
t.o.m. 4/1 2023

# Vad är Hjärtamyloidos?

Riksförbundet HjärtLung Västra Götalands län har i samarbete med Pfizer ordnat en utbildningseftermiddag torsdagen den 29 september på Quality Hotel i Vänersborg.

Fokus var på området Hjärtamyloidos, som är en sjukdom där hjärtat blir stelt och tappas sin funktion på grund av inlagring av ett protein i kärlväggen.

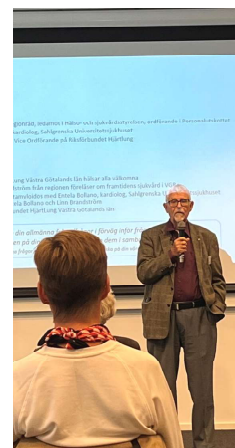
Det krävs att sjukvården identifierar de patienter som har sjukdomen och sätter in behandling i tid för att minska riskerna för död.

Bengt Eliasson, som är v. ordförande på Länsföreningen hälsade alla besökare välkomna och tackade för visat intresse.

Föreläsare var **Linn Brandström**, Regionråd, ledamot i Hälso- och sjukvårdsstyrelsen och ordförande i Personalutskottet, som pratade om framtidens sjukvård i VGR och **Entela Bollano**, kardiolog på Sahlgrenska Universitetssjukhuset, som pratade om hjärtamyloidos.

Moderator var vår egen Jörgen Warberg, som är 1:e vice ordförande på Riksförbundet HjärtLung.

Gå in på vår hemsida [hjart-lung.se/vastragotaland](http://hjart-lung.se/vastragotaland) och lyssna på en inspelad version av föreläsningen.



Riksförbundet  
**HjärtLung**  
Västra Götalands län

## ORDFÖRANDE- OCH PLANERINGSKONFERENS

Den 12-13 september samlades c:a 30 personer för en ordförande- och planeringskonferens på Ronnums Herrgård i Vänersborg.

Efter att vår ordförande Monica Nyström hälsat alla välkomna inleddes dag ett med information om kommande kurser m.m. samt en presentation av de två föreläsarna:

Efter lunch dag ett föreläsning av Kristina Rosengren Sahlgrenska Akademien "Personcentrerad vård" och förmiddagen dag två professor och författare Bertil Marklund "Må bättre och lev längre".

Båda höll fängslande och engagerade presentationer

Personcentrerad vård är ett angeläget och viktigt ämne som behöver hållas aktuellt. Arbetssättet skall vara att "utgå från att patienten är en person med en sjukdom och inte en sjukdom i en patient". Detta var en av rubrikerna i presentationen från forskningen vid Göteborgs Universitet. Fördjupad information ges på hemsidan [gpcc.gu.se](http://gpcc.gu.se)

Att vi delvis kan påverka vår livslängd var ämnet för föreläsningen av professor Bertil Marklund som också skrivit en bok i ämnet. "Tio tips". Boken finns hos samtliga lokalföreningar. Det går också att lyssna på Bertil Marklund på en pod där han samtalar med en tidigare journalist på Aftonbladet. Gå in på [hej@saleverdulangre.se](mailto:hej@saleverdulangre.se).

Några punkter för ett längre liv.

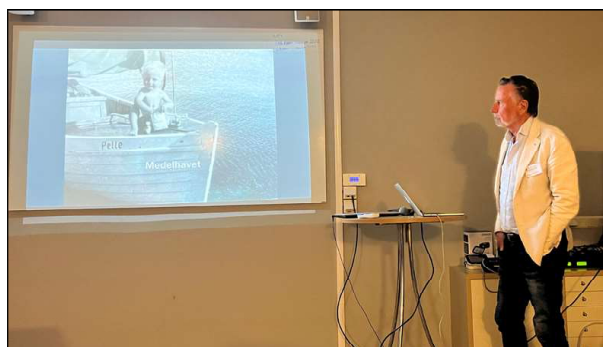
- Var positiv. Optimisten lever längre än pessimisten.
- Fysisk aktivitet. Rör dig så mycket du orkar och kan. Bäst är den aktivitet som blir av.
- Ät rätt. Fukt och grönt som innehåller mycket antioxidanter. T.ex. röda frukter, jordgubbar, röda äpplen, tomater, morötter m.m. Fiberrikt bröd.



Läs gärna boken.

Efter en god middag underhöll Jörgen Warberg med bildspel och berättelse om en segling från Hälsö till Medelhavet som han gjort tillsammans med hustru Karin. En resa som innehöll både äventyr och vackra vyer.

*Brita Joneskär*





# Borås 80-årsfest lördagen den 24 september 2022

Vår förening bildades för 80 år sedan och detta jubileum ville vi fira ordentligt tillsammans. Det var närmare 100 medlemmar som kom till festen.



Tillställningen ägde rum i Parkhallen, Borås. Där har väl de flesta i föreningen någon gång i sin ungdom och även kanske senare i livet snurrat runt på parketten.

När vi fått vår välkomstdrink så hälsade vår ordförande Björn Kristensen oss medlemmar hjärtligt välkomna med en kortare tillbakablick av föreningen.



Därefter satte vi oss till de vackra dukade borden och blev serverade med nedanstående Festmeny:

- Klassisk Toast Skagen med handskalade räkor på rågbröd med romtopping
- Rosastekt kalvrygg med rödvinsreduktion och bakade småtomater serverades med potatisgratäng med västerbottenost
- Lyxig Belgisk chokladmousse med vispgrädde och sockrade blåbär

Vi fick en utomordentligt god och vällagad mat. Maten utföll verkligen till belåtenhet.

Forts.

Före och under rätterna bjöds vi på underhållning av hög klass utav Skoglund Entertainment. De har sedan 2002 producerat Dinnershow, konserter & teater. Sin hemvist har de i Ulricehamn.

Det var en blandad repertoar som vi fick lyssna till. Många utav låtarna kunde vi även sjunga med i och klappa händerna till. Låtar från 60-talet är alltid populära. Det var några som till och med tog en liten svängom på dansgolvet.



Strax efter tio var festen slut och vi begav oss hemåt nöjda och belåtna efter kvällens trevliga samvaro.

Ett stort tack framfördes till Stig Örnborg och Anna-Greta Wiklund för deras engagemang att festen genomfördes.

Nedtecknat av Lena Bengtsson

## Hjärtstartardagen i Alingsås

Som HLR- instruktörer i Föreningen HjärtLung Alingsås deltar vi på Hjärtstartardagen den 16 oktober genom att i affärshuset Vimpeln visa upp vår förening och våra aktiviteter men främst vårt arbete med HLR.

Här skapar vi kontakt med intresserade föreningar och enskilda personer och delar ut föreningens informationsmaterial. Detta har visat sig vara en god rekryteringsväg till våra utbildningar i HLR men även till medlemskap i föreningen. Mycket marknadsföring sker sedan via mun till mun metoden.

Just nu är det många bostadsrättsföreningar som visar sitt intresse både av utbildningen men även i att införskaffa en hjärtstartare.

Då vi har en mycket fin och anpassad föreningslokal kan 13-15 utbildningar per år genomföras med möjlighet till 8 personer per tillfälle. Det innebär att vi utbildar runt 100-120 personer per år vilket vi är väldigt stolta och glada över.

Utöver att vara HLR- instruktör har vi också andra uppdrag i föreningen. Iréne är ledare för vattengymnastik och Kenneth är ledare för redskapsgymnastik.



# Hälsans Stig

## Gullspångs kommun

Gullspångs kommun anlade två områden för Hälsans stig 2019 och Riksförbundet HjärtLung Norra Skaraborg tillsammans med Gullspångs kommun invigde Hova hösten 2019.

Eftersom pandemin satte käppar i hjulen blev uppehållet två och ett halvt år och nästa Hälsans stig i Gullspångs kommun invigdes i maj 2022. Vid båda tillfällena bjöd föreningen på varm korv och kaffe och kaka.

Vid invigningen i Töreboda den 7 maj 2022 deltog Riksförbundet Norra Skaraborg tillsammans med kommunens kommunalråd och berörda tjänstemän, dessutom invigdes en ny gästhamn och restaurang. Där deltog vi från Norra Skaraborg under pompa och ståt och musikkår och avtäckte tavlan med karta över Hälsans stig.

Marianne Kjellquist, ordförande i Riksförbundet HjärtLung N. Skaraborg och ledamot i förbundsstyrelsen



## Falköping på HLR-kurs på Ronnum i Vargön



*Kursdeltagarna med dockorna på golvet.*

Den 24 oktober var vi 5 medlemmar från Riksförbundet HjärtLung Falköping som åkte till Vargön för att utbilda oss till instruktörer i hjärt/lung-räddning. Vi fick en heldagsutbildning under ledning av Helene Silfver, ansvarig för HLR och huvudinstruktör på riksförbundet samt kursledarna och huvudinstruktörerna Yvonne Haglöf och Johnny Jakobsson.

Förmiddagen var teoretisk utbildning och eftermiddagen gick till praktiska övningar med övningsdockor. Det var en jobbig men mycket rolig kursdag och mycket lärorik. Vi åkte hem med bra självförtroende och med planeringar på hur vi skall lära ut HLR i första hand till våra medlemmar i Falköping men senare gå ut till andra föreningar. Vi har nu beställt ett antal träningsdockor och en hel del förbrukningsmaterial och ligger i startgroparna för att börja med kurser. Vi kommer inte starta någon kurs före jul/nyår men i början av nästa år kommer vi starta kurser för våra medlemmar. Vi börjar även få förfrågningar från andra föreningar i närområdet men det startar vi inte förrän senare i vår.

Leif Brandt Ordförande i  
Riksförbundet HjärtLung Falköping



## Falköping gör reklam för föreningen i Falköpings närradio

Den 15 oktober premiärsände HjärtLung i Falköping en timmes radioprogram i den lokala Falköpingsradion. Flera ur styrelsen medverkade i premiärprogrammet och berättade om föreningens aktiviteter nu och tidigare genom åren. Bernt Gustafsson, tidigare flerårig ordförande, gav lyssnarna glimtar från åren med föreningen, Anders Zetterberg, som bland annat är kassör och motionsledare, redogjorde för bland annat motionsgymnastiken för medlemmar, Jan "Jonte" Holmgren är föreningens sekreterare och medlem av Länsföreningens styrelse. Han gav lyssnarna en inblick i det arbetet. Föreningens ordförande Leif Brandt pekade bland annat på alla de aktiviteter i form av underhållning och resor, som medlemmarna har chansen att ta del av. Och naturligtvis finns hjärta och lunga i förgrunden med besök av företrädare från sjukhus vid olika medlemsträffar. Det framgick också under programmets gång. Programmet leddes av föreningens styrelsemedlem "Bässe" Johansson och under premiärtimmen spelades också en del musik. Tekniker var Radio Falköpings Roger Andersson.



Bo "Bässe" Johansson

# Ett magnifikt serbiskt bröd på julbordet!

Vi brukar ju på senare tid alltid ha recept med i vårt Länsinfo. Dessa har hela tiden varit hämtade från våra omgivningar men nu gör vi en vidare utblick och publicerar ett recept från vår kära Annas hemtrakt. Ni ska inte tro att det var särskilt lätt att övertala Anna att lämna ifrån sig receptet, nej det satt riktigt långt inne. Till slut blev det ett jakande svar och se så fint upplagt det är, väldigt pedagogiskt i en riktig serie med text och instruerande bilder! Mina två döttrar och jag har redan bestämt en dag då vi ska baka tillsammans. Lite nervösa är vi inför alla dekorationerna men vi är ju tre, hur svårt kan det vara? Lycka till med julbaket!

Monica Nyström

*Ortodoxa kristna firar juldagen den 7 januari eftersom man använder sig av den julianska kalendern som ligger tretton dagar ur fas jämfört med den gregorianska.*

*Julen firas i dagarna tre, med start Juldagen. Under dessa dagar hälsar man på varandra med frasen "Kristus är född", vilket besvaras med "Sannerligen är han född".*

*Julbröd (Ėesnica) placeras på julaftonbordet, men förbrukas inte förrän juldagen.*

## Serbiskt julbröd (Ėesnica)

### Ingredienser:

2,5 dl mjölk  
15 g torrjäst  
2 tsk socker  
2 tsk mjöl  
2 ägg  
2 strukna teskedar salt  
1 dl olja  
2.5 dl yoghurt  
ca 900 g mjöl

### Du behöver också:

1 äggula  
1 tsk mjölk  
1 tsk olja  
lite smör för att smörja formen

### Gör så här:

1. Värm mjölken så att den blir ljummen. Tillsätt jäst, socker och 2 teskedar mjöl. Låt stå.
2. Under denna tid, blanda ägg, salt, olja, yoghurt. Tillsätt mjölken med jästen.
3. Tillsätt nästan hela mängden mjöl. Knåda degen och tillsätt mer mjöl vid behov.
4. Låt degen vila tills den fördubblats i storlek. Knåda den igen, lägg i ett mynt som du tidigare desinficerat i kokande vatten (mynt tros ge pengar och lycka till den som hittar det) och vänta på att degen jäser igen. Denna gång behöver du inte vänta så länge ...
5. Häll ut degen på ett mjölstrött underlag. Dela den i två delar.
6. Forma den första delen i en cirkel och lägg den sedan i en rund smord form med en diameter på 28 cm. Forma till degen så att den täcker botten.  
Dela den andra delen av degen i två delar. Dela en av de två delarna i två och den andra i sex delar.  
Forma alla 8 delarna till rullar som är cirka 20 cm långa och låt sedan stå stilla i 5 minuter. Ta sedan sex lika och rulla dem till rullar som är cirka 40 cm långa, så att när de vrids är de tillräckligt långa för att täcka hela kakan. Ordna dem på det sätt som visas på bilderna och gör flätor av dem. Överför flätorna till den runda delen som redan finns i formen.

Rulla nu de återstående två rullarna till en sådan längd, att när de vrids runt varandra är de tillräckligt långa för att göra en cirkel runt kakan.

7. Låt brödet jäsa i ungefär en halvtimme.
8. Sätt ugnen på 200°C. Vispa en ägggula med lite mjölk och olja. Pensla försiktigt brödet med gulan. Grädda i cirka 40 minuter.



**Du kan också dekorera brödet som du själv vill,**



### Gör en skulpturdeg och dekorera

1. Medan bröddegen jäser gör du en skulpturdeg. Blanda 1 kopp mjöl, 1 äggula och tillräckligt med mjölk för att göra en smidig deg.
2. Knip av bitar av degen och rulla för hand för att skapa dekorationerna. Doppa dekorationerna i äggvita och "limma" dem på brödet.



## Vid bassängkanten...

### En liten rapport om resultatet av ”bassängenkäten”

Under en mängd av år har frågan om vilka bassänger lokalföreningarna har att tillgå när det gäller den betydelsefulla vattengymna-stiken, varit aktuell. Vid ordförandekonferensen i Ronnum i september togs frågan upp igen: Hur många varmvattenbassänger finns det egentligen i Västra Götalands län?



Anna Lena Ericson fick i uppdrag av konferensen att göra en enkät för att bringa reda i det hela. Nu föreligger resultatet, visserligen inte så uttömmande eftersom enbart nio föreningar har svarat. – För att göra undersökningen mer fullständig kan man kanske tänka sig en komplettering senare? Nåväl, vi gör en enkel översyn av den genomförda delen nedan och redovisar antal och eventuella kommentarer.

#### 1. På frågan om hur många varmvattenbassänger som finns i bruk fördelat på respektive huvudmän, blev svaren:

- *kommunen* 8 st. (Alingsås, Falköping, Kungälv, Lidköping, N. Skaraborg , Skövde, Trollhättan och Öckerö), 1 svarade vet ej (Mölndal).
- *regionen/sjukvård* 1 st. (Skövde), 1 st. vet ej (Mölndal), och
- *annan huvudman* 1 st. (Falköping), 1 vet ej (Mölndal).

#### 2. Nästa fråga ” Har någon varmvattenbassäng lagts ner?” besvarades med 2 ja, (Alingsås o. Falköping), medan 7 st. (Kungälv, Lidköping, Mölndal, N. Skaraborg, Skövde, Trollhättan och Öckerö) svarade nej.

- På följdfrågan ”Om ja, hur har nedläggningen påverkat er verksamhet?” svarade N. Skaraborg att kommunen har övertagit driften medan Falköping redovisade att de inte har någon verksamhet sedan regionen stängde bassängen och att det inte finns några tider hos kommunen. Alingsås svarade att de inte påverkas nämnvärt eftersom de fått förhandlat till sig tid i kommunens anläggning.

#### 3. Angående om föreningen ifråga bedriver vattengymnastik svarar 7 ja (Alingsås, Kungälv, Lidköping, Mölndal, N. Skaraborg, Trollhättan och Öckerö) och 2 svarar nej (Falköping och Skövde).

- På följdfrågan ”Om ja, hur omfattande är den?” kommenterar 8:

- En grupp med 30 deltagare som ryms i bassängen samt 18 på väntelista (Alingsås).
- En grupp 10 – 12 st. (Kungälv och Lidköping).
- Föreningen har 4 grupper, sammanlagt 39 deltagare (Mölndal).
- Två grupper, tisdag och torsdag (N. Skaraborg).
- Vi saknar sjukgymnast. Har ev. på gång att starta upp vattengympa på sjukhuset i Skövde.

- Två grupper tisdagar och torsdagar med ca 30 deltagare (Trollhättan).
- Vi har vattengymnastik 1 gång/vecka, 15 deltagare/gång, 4 på väntelista (Öckerö).
  - Här finns ytterligare en följdfråga: Om ja, vilken typ av bassäng använder ni, kom., reg. eller annan?
- Fem svarar kommunal bassäng (Alingsås, Kungälv, Lidköping, Trollhättan och Öckerö).
- N. Skaraborg svarar en (Mariestads kommun sköter driften medan Regionen sköter lokalen.)
- Regionens/sjukvårdens (Skövde) och sjukvårdens bassäng används efter dagverksamhetens slut (Mölndal).

**4. På frågan ”Har ni alltför få platser för att tillgodose efterfrågan?”** görs följande kommentarer:

- En förening skulle vilja ha ytterligare en timme i veckan (Alingsås) medan en annan (Mölndal) skulle vilja erbjuda två träningstillfällen i veckan och har också önskemål om annan veckodag.
- Fyra föreningar anger att de inte behöver fler platser (Kungälv, Lidköping, Trollhättan och Öckerö).
- På grund av renovering finns det för få platser (N. Skaraborg).

När det gäller **”Övriga Kommentarer”**, så har tre föreningar gjort sådana och deras svar har olika karaktär.

- En (N. Skaraborg) uttrycker ”Vi är tacksamma att Kommunen har tagit ansvar för verksamheten.”
- De två övriga (Skövde och Falköping) präglas av ett annat förhållande: ”Får ej låna bassängen utan att ha en sjukgymnast från sjukhuset.” och ”Vi försöker arbeta för att antingen VGR eller kommunen skall öppna bassängen på SKAS Falköping”.

Av det här enkätresultatet att döma så framgår det väl tydligt att vi ska fortsätta arbetet med att utveckla såväl vattengymnastiken som det antal bassänger som denna ska bedrivas i?

***Anna Lena genomförde enkäten, Anna sammanställde resultaten och Monica skrev...***





## Lär dig rädda liv!

Varje dag sker ca 27 plötsliga hjärtstopp utanför sjukhus i Sverige. Hjärt-lungräddning (HLR) tillsammans med användning av en hjärtstartare inom 3 minuter ökar överlevnadschansen till upp emot 70 %. Allt detta enligt HLR-rådets hjärtstartarregister mars 2014.

Gå en kurs i hjärt-lungräddning ("Vuxen-HLR med hjärtstartare")! Under ca tre timmar får du lära dig teorin och dessutom träna praktiskt på en docka.

Ta kontakt med någon av alla HjärtLungföreningar i landet för att få mer information. I flertalet av dessa föreningar finns utbildade HLR-instruktörer, som håller kurser. Så kan även du bli en livräddare.

Tveka inte - ALLA KAN LÄRA SIG HLR!

*God Jul  
och  
Gott Nytt År*



## STYRELSEN

### Ordförande/AU/V.SO

Monica Nyström  
Korsviksvägen 33  
47545 FOTÖ  
073-8491032  
[monicanystrom@telia.com](mailto:monicanystrom@telia.com)

### V. Ordf./EVO ♥- kärl/HLR ers./AU

Bengt Eliasson  
Björkhagegatan 6 lgh 1301  
44144 ALINGSÅS  
070-7198912  
[benel@telia.com](mailto:benel@telia.com)

### Kassör/AU

Ann-Britt Lindgren  
Valhallagatan 69 B  
44151 ALINGSÅS  
070-7308474  
[hulteflisan@hotmail.com](mailto:hulteflisan@hotmail.com)

### Studieorg./EVO Lunga ers.

Anna Lena Ericson  
Engelbrektskatan 5 lgh 1402  
41127 GÖTEBORG  
0317115118  
[annalenae083@gmail.com](mailto:annalenae083@gmail.com)

### Sekreterare/V. Kassör

Brita Joneskär  
Frostvägen 41 lgh 1002  
44134 ALINGSÅS  
070-8214418  
[britajoneskar37@gmail.com](mailto:britajoneskar37@gmail.com)

### Ledamot/Länsinfo

Jan Holmgren  
Vallmogatan 20  
52141 FALKÖPING  
070-6634476  
[jonte@falkoping.net](mailto:jonte@falkoping.net)

### EVO Lunga

Lars Börje Bäck  
Västra Torp 14  
44460 STORA HÖGA  
0763-927749  
[herr.back@gmail.com](mailto:herr.back@gmail.com)

### Ersättare/EVO ♥-Kärl ers./HLR

Jörgen Warberg  
Stuvövägen 14, box 22  
47510 HÄLSÖ  
070-3331310 [jorgen@warberg.se](mailto:jorgen@warberg.se)



## REVISORER

### Revisor Ordinarie

Agneta Adriansson  
Sandhålevägen 8  
45178 FISKEBÄCKSKIL  
070-2495298  
[agneta.adriansson@telia.com](mailto:agneta.adriansson@telia.com)

### Revisor Ordinarie

Marianne Kjellquist  
Bigatan 13 lgh 1003  
54244 MARIESTAD  
070-5522043  
[markje4510@gmail.com](mailto:markje4510@gmail.com)

### Revisor Ersättare

Rolf Sundberg  
Anna-Lisas gård 29  
43891 LANDVETTER  
070-5430779  
[sundberg1937@gmail.com](mailto:sundberg1937@gmail.com)

### Revisor Ersättare

Hans Örtlund  
Mariestadsvägen 18 F  
54330 TIBRO  
070-9621584  
[hans.ortlund@gmail.com](mailto:hans.ortlund@gmail.com)

## GOD JUL

**Har du tips till  
länsföreningens  
nyhetsbrev?**

Hör i så fall av dig  
till vårt kansli på  
telefon 076-199 88 78  
eller maila till  
[info@vastragotaland.hjart-lung.se](mailto:info@vastragotaland.hjart-lung.se)



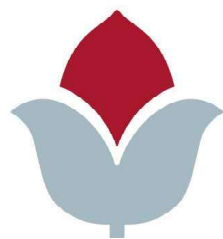
## VALBEREDNING

### Valberedning Ordinarie

Bernt Ljungqvist  
Östra Eriksbergsgatan 12  
41760 GÖTEBORG  
070-4941864  
[berntljungqvist@telia.com](mailto:berntljungqvist@telia.com)

### Valberedning Ordinarie

Elsie Ågren  
Syrengatan 9  
44156 ALINGSÅS  
073-3815657  
[elsie.agren@gmail.com](mailto:elsie.agren@gmail.com)



# Riksförbundet HjärtLung

## Västra Götalands län

Föreningen är ansluten till Riksförbundet HjärtLung och utgör en sammanslutning av lokalföreningar för hjärt- kärl- och lungsjuka inom Västra Götalands län.

I länsföreningens uppgift ingår att inom det egna länet särskilt verka för att utöva stödverksamhet bland lokalföreningarnas medlemmar och att stödja dessa föreningar i deras verksamhet.

---

## Länsinfo

**Utkommer två gånger per år, vår och höst.**

Manusstopp för nr 1-2023 den 10 maj  
med utgivning den 1 juni 2022



Ansvarig utgivare:  
Monica Nyström  
073-849 10 32

Redaktör och layout:  
Jan "Jonte" Holmgren  
070-663 44 76,  
e-post; jonte@falkoping.net



*God Jul  
och  
Gott Nytt År*



*önskar styrelsen för Riksförbundet HjärtLung Västra Götalands län*