



Riksförbundet
HjärtLung
Öckerö

Hjärtbladet

Medlemsblad nr 17

Augusti 2023



Vårt medskapande är till för att avlasta vården genom att erbjuda kunskap, engagemang och gemenskap för att ge våra medlemmar ett längre och rikare liv.



Ordföranden har Ordet!

Hej alla medlemmar!

I skrivande stund sitter jag nere i kajutan på S/Y WATERLOO, vår Wasa 42:a här nere i Medelhavet. Vi seglade från Torrevieja till Ibiza och sedan till Mallorca. Just nu ligger vi i boj i Porto Colom, en underbar vik med ett mindre samhälle på Mallorcas sydostkust.

Augusti går fort och snart är det dags för nya, härliga aktiviteter för oss alla medlemmar i Riksförbundet HjärtLung Öckerö. Som framgår av programmet börjar aktiviteterna den 4, 6 respektive den 7 September. Strandstädning den 9 September, HLR-kurs den 11 September. **Glöm inte att anmäla er!**

Vårt 25-årsjubiléum går av stapeln den 3 oktober kl 17:00, i Betelkyrkans festlokal.

Likt 20-årsjubiléet underhåller Uno Sevréus och Geni Demitrov oss med fina låtar.

Jag längtar verkligen efter att få träffa er snart igen.

Hjärtligt välkomna och ta gärna med er några gäster!

Jörgen Warberg



25 år



Det vill vi fira den 3 oktober i Betelkyrkans festlokal
på Hönö **Klockan 17.00 (obs tiden)**



Underhållning av:
musicalartisten Uno Sevreus
och Geni Demitrov

Hjärtligt Välkomna!



Pris 120 kr betalas till **Bg 266-8606** senast den **20 september**.

Det ingår en delikatesstallrik samt kaffe och kaka.

Anmälan till:

Mona Ringius, tel. 0706-96 12 96

Kjell-Ove Bryngelsson, tel. 0767-78 49 59

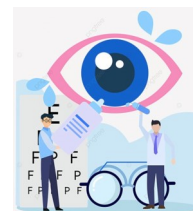
Medlemsmöten hösten 2023

Medlemsmöte tisdagen den 5 september

kl. 16.30 på Solhöjden

Vi får besök av Tims Optik som pratar om ögonens sjukdomar och glasögon.

Vi bjuder på fika.



Medlemsmöte tisdagen den 3 oktober kl. 17.00

25-års Jubileum i Betelkyrkans festlokal

Underhållning av **Uno Sevreus** och **Geni Demitrov**

Anmälan till: Mona Ringius, tel. 0706-96 12 96

Kjell-Ove Bryngelsson, tel. 0767-78 49 59

Pris 120 kr

Betalas in till **BG 266-8606** senast den **20 september**



Medlemsmöte tisdagen den 7 november

kl. 16.30 på Solhöjden

Vi får besök av en läkare som håller föredrag för oss och svarar på våra frågor.

Vi bjuder på fika.



Medlemsmöte tisdagen den 5 december

Kl. 16.30 på Solhöjden

Julsånger framförs av en grupp Utbultare.

Vi bjuder på kaffe och smörgås.

Ingen anmälan.



Våra aktiviteter hösten 2023

Sakta Bugg NY AKTIVITET!

Start Torsdagen den 7 september.
Tid/lokal Kl. 17.00 på Solhöjden
Ledare Karl Erik Zakrisson
Anmälan: Elisabeth Bryngelsson, tel. 0760-09 34 32



Spanska fortsättningskurs

Start /avslut Måndagen den 4 september — 20 november
Tid / lokal Kl. 17.00, träffpunkten på Solhöjden
Ledare Spanskfödda Gene Karlsson, tel. 0706-42 60 03
Anmälan: Elisabeth Bryngelsson, tel. 0760-09 34 32

Hjärtskola/gympa

Start /avslut Onsdagen den 6 september — 13 december
Tid / lokal Kl. 9.30—10.30 på Solhöjden
Ledare Lillemor Landekrans, tel. 0702-14 52 40

Lungskola/gympa

Start /avslut Onsdagen den 6 september — 29 november
Tid / lokal Kl. 14.00—15.00 på Solhöjden
Ledare Anita Jensen, tel. 0762-47 08 46

Vattengympa

Start /avslut Torsdagen den 24 augusti — 14 december
Tid / lokal Kl. 12.00—13.00. Hedens by, Hönö
Ansvarig Ulla Kjäll tel. 0707-92 69 10
Ledare Ingrid Piman tel. 0706-09 11 01

QiGong

Start /avslut Onsdagen den 6 september — 29 november
Tid / lokal Kl. 13.00 på Solhöjden
Ledare Margareta Sörensson, tel. 0722 -52 86 23

Linedance

Start /avslut Onsdag 6 september — 22 november
Tid / lokal Kl. 11.00 på Solhöjden
Ledare Bojan Walfridsson, tel. 0733-56 56 55

**Det kostar
totalt
100 kronor
per säsong
För att
deltaga
I alla
Aktiviteter
utom
Vatten-
gympan
som kostar
580 kronor**

Vi samarbetar med  vid våra aktiviteter

Våra aktiviteter hösten 2023

Släktforskning

Start /avslut

Tid / lokal

Ledare

Torsdagen den 7 september — 26 oktober
Kl. 9.30-12.00. Samlingssalen på Bovieran, Hönö
Kenneth Quick, tel. 0761-11 63 86

Boule

Start /avslut

Tid / lokal

Ledare

Torsdagar kl. 14.00 — så länge vädret tillåter,
Prästängen Öckerö
Kjell-Ove Bryngelsson, tel. 0767-78 49 59

Bridge

Start

Tid / lokal

Ledare

Ni är välkomna att spela bridge med SPF
Måndagar Kl. 10.00 på Solhöjden
Kjell-Ove Bryngelsson, tel. 0767-78 49 59

HLR kurs

Måndag 11 september

Kl. 17.15 på Solhöjden

Anmälan till:

Kjell-Ove Bryngelsson, tel. 0767-78 49 59

Kenneth Quick, tel. 0761-11 63 86



HLR är en **livsviktig kunskap** som kan rädda liv.

Anmäl dig idag!

Strandstädning

Lördagen den 9 september kl. 11.00

Vår förening har även i år fått kommunens förtroende att städa stränderna på Hälsö.

Tag på lämpliga kläder, tag med eget fika.

Välkomna till Hälsö fotbollsplan



Falkenbergsrevyn

Den 7 januari 2024 är det dags för revy!

Buss avgår från Lilla Varholmen **kl. 11.00**

Till Lunch serveras det fiskgryta med räkor, vitlöksbröd, kaffe och kladdkaka

Något läskande på hemvägen

Hemkomst ca 19.00

Anmälan görs senast den 15 oktober till:

Elisabeth Bryngelsson, tel. 0760-09 34 32

Kjell-Ove Bryngelsson, tel. 0767-78 49 59



Priset är 925 kr
som betalas in på
BG 266-8606
senast den
1 november



Årsmöte 7 februari

Ordföranden Jörgen Warberg avtackar: René Ahlberg, Christina Quick, Ingela Bryngelsson och Lillemor Landekrans.

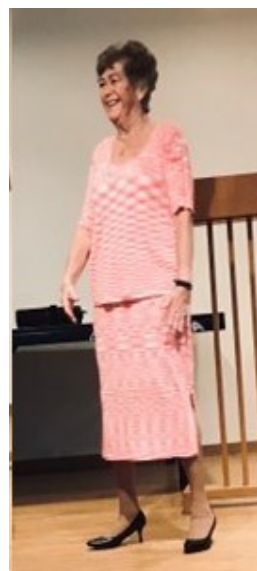
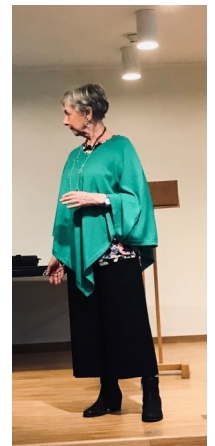
Therese Söderberg från kommunen berättade om stöd och avlastning till anhöriga.



Medlemsmöte 7 mars

Mannekänguppvisning
Vackra damer med kläder
från KajArt, Hönö Klova.

Pernilla underhöll oss med-
sång.





Medlemsmöte 2 maj Spansk afton



Det serverades Sangria och Tapastallrik med spanska godsaker. Vår ordförande Jörgen Warberg berättade om sin seglats till Spanien som han och hans fru gjorde sommaren 2022. Bengt Åkerberg underhöll oss med spansk musik som lockade till dans. Humöret var på topp!

