

Riksförbundet HjärtLung

Falköping

Nyhetsbrev

Hösten 2023

Vår förening arbetar för att bevaka hjärt/kärl- och lungsjukas intressen genom opinionsbildning.

Vi bedriver motionsaktiviteter i olika former flera dagar i veckan.

Välkommen som medlem!

OBS! Allt nytt som händer i vår förening kommer att finnas på vår hemsida:

www.hjart-lung.se/falkoping



Annika Markström heter jag.

Ny ordinarie ledamot i styrelsen i år samt egenvårdsombud lunga.

Uppvuxen i Stockholm och Kalifornien. Efter medicinstudier i Umeå och AT i Trollhättan hamnade jag i Falköping pga makens jobb.

Här har jag arbetat som Distriktsläkare under större delen av mitt yrkesverksamma liv. Numera pensionär, aktiv i flera föreningar. Hämtar kraft i naturen och musiken. Aktiv körsångare sedan barnsben. Intresserad av mycket, gillar möten med människor. Promenerar o kallbadar. Älskar katter. Intresserad av samhällsfrågor o mycket orolig över klimatet.

Det var lite om mig.

Upptaktsmöte i Folkets Park den 23/8 kl. 18.00

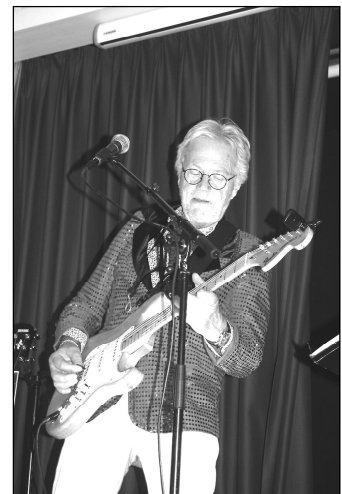
Obs! Tipspromenaden börjar kl. 17.30

på scenen:

Kenneth Holmström

**Tipspromenad - kaffeservering
- lotteri - Inträde 60 kr.**

Hjärtligt välkomna!





VÅRA MOTIONS- LEDARE 2023

Måndagar: **Linedance** i Hambovännernas lokal på Eriksgatan.
Tid 14.00 – 16.00. Start den 4 september.
Ledare: Mary Silow, 0761-27 96 17 och
Yvonne Wallin, 0725-60 08 85

Tisdagar: **Motionsgymnastik på Träningskompaniet.** Postgårdsgatan 15
Falköping Start den 5 september
Lätt/sittg kl. 9.00-10.00 ledare Doris Andersson, 0727-16 38 79,
Birgit Svensson, 0705-71 11 79 och Kristina Falk, 0706-79 14 05
Medel kl. 10.00-11.00 ledare Brita Molin, 0762-30 86 18 och
Inga-Lill Josefsson, 0705-93 27 81.

Tisdagar: Motionsgymnastik på STC, Bangatan 14, Falköping
start den 5 september
Medel kl. 10.00-11.00 ledare Renée Olofsson, 0730-30 98 45 och
Marie Ingvarsson, 0705-29 83 83.

På torsdagar är det fri styrketräning på både TK och STC mellan kl. 10.00-16.00

Onsdagar: **Promenader/Stavgång** på Mösseberg. Start den 6 september
Samling vid campingens parkering kl. 10.00. Tag gärna med stavar och
en kaffekorg!
Ledare/kontaktpers.: Clary Pettersson, 070-832 74 56.

Motionspingis i Odenhallens bordtennislokal,

Tisdagar på kvällen.
Fredagar på förmiddagen.
Kontaktperson: Anders Zetterberg, 073-218 78 60.

Terminsavgifter: Linedance 200:-, Motionsgymnastiken 250:-.

OBS! sätt in pengarna på vårt bankgiro 898-8958



Gruppgymnastik och styrketräning på **Träningskompaniet**

Postgårdsgatan 15, Falköping

STC

Bangatan 14, Falköping

Tisdag förmiddag

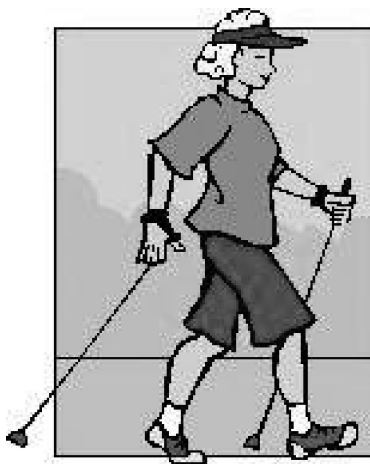
och styrketräning både på STC och TK
torsdagar kl.10-16



Linedance

i Hambovännernas lokal
på Eriksgatan

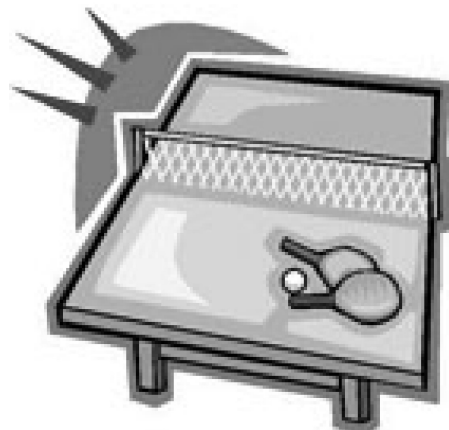
Måndag eftermiddag



Stavgång

Start vid Motionscentralens
parkering på Mösseberg eller vid
annat utflyktsmål

Onsdag förmiddag



Bordtennis

i IFK-Falköpings
bordtennislokal

**Tisdag kväll samt
fredag förmiddag**

Samarbetspartner

Studie
främjandet

Lotterisponsorer

PACS
ON
PacsOn
Pelviks

Falbygdens
OSTERIA
BUTIK OCH RESTAURANG

Övriga aktiviteter!

Onsd.23 augusti, kl. 18.00 i Folkets Park

Se annonsen på sidan 2 i Nyhetsbrevet

Onsd. 20 september, Hjorten, kl.18.00 kommer Sömmenheten från Skaraborgs sjukhus Skövde att berätta lite om sömnapné.

Kaffeservering och lotterier.

Torsd. 28 september, kl. 14.00

MÅ-BRA-DAG se sep. annons på sid. 7

Onsd. 18 oktober på Hjorten, kl. 18.00 kommer den kända radiorösten Claes Astin och kåserar om falbygdsskalden Jönn och mycket annat

Kaffeservering och lotterier..

LÖRDAGEN den 21 oktober, resa till Kulturhuset Spira i Jönköping och lyssna på Sven-Ingvars.

Anmälan till Stig Johansson 070-304 38 56

Onsd. 22 november, Hjorten,kl 18.00 kommer Tage Brolin från Nossebro att visa film och berätta om svenskbyn i Ukraina.

Kaffeservering och lotterier.

Torsd. 14 december på Hjorten kl. 18.00 kommer Dubbla Gubba att underhålla oss med musik.

Kaffeservering och lotterier.

Hemsidan: hjarlung.se/falkoping:

Där kommer det senaste när det gäller våra aktiviteter som trivselkvällar, möten och resor m.m. att finnas. Vill du ha med något på hemsidan eller ändra på något så får du gärna höra av dig till någon i styrelsen eller Jan Holmgren på telefon 070-6634476 så fixar vi detta!



Styrelsen 2023-2024

Leif Brandt	0702-82 82 71	Ordförande
Bernt Gustafson	070-623 84 86	Vice ordf. Medl.reg.
Bo Johansson	070-334 00 65	vice sekr./Trivs.gruppen
Anders Zetterberg	073-218 78 60	Kassör
Annika Markström	070-460 82 18	Ledamot/EVO-Lunga
Stig Johansson	070-304 38 56	Ledamot/Trivs.gruppen,
Agneta Sterner	0733-26 56 27	Ledamot
Kristina Falk	070-679 14 05	Ledamot/EVO-Hjärta/Kärl
Birgit Svensson	070-571 11 79	Ersättare
Lennart Pettersson	0515-72 00 51	Ersättare

Vår hemsida: [www. hjart-lung.se/falkoping](http://www.hjart-lung.se/falkoping)
Vår e-post: info@falkoping.hjart-lung.se
Bankgiro konto: 898-8958

Högt blodtryck?

Vill du kolla upp ditt blodtryck eller har ändrat på medicineringen?

Låna en blodtrycksmätare/blodsyremätare av föreningen en vecka eller två för att själv kunna hålla koll på blodtrycket!
Ring och boka en blodtrycksmätare till någon i styrelsen eller Jan Holmgren på tel. 070-663 44 76



Må - Bra - Dagen **FALKÖPING**



**Torsdagen den 28 september kl. 14.00,
Stadsteatern, Hotell Falköping.**

Vår förening ordnar med en Må-Bra-Dag för alla Riksförbundet HjärtLung föreningar i Skaraborg.

**Mikael "Soldoktorn" Sandström
kåserar.**

MUSIKUNDERHÅLLNING:

Lenart Green, har tidigare spelat i Drifters

Lotterier m.m.

**Inträde: 180:- kronor,
i priset ingår fika!**

Anmälan och förfrågningar: Leif Brandt, 0702-82 82 71, Bernt Gustafson 070-623 84 86,
Stig Johansson 070-304 38 56 eller Bo Johansson 070-334 00 65

I samarbete med Studieförbundet

Returadress till:
Riksförbundet HjärtLung, Falköping
c/o Leif Brandt, Falegatan 5 F,
52133 FALKÖPING



Riksförbundet HjärtLung

Falköping

c/o Leif Brandt

Falegatan 5 F, 521 33 Falköping

Kurser och cirklar i höst

Matlagningskurs i oktober.

Anita Jacobson är ansvarig.

Anmälan till Anita Jacobsson senast den 1 oktober, tel. 0730-61 40 52.

Stickcafé, i september med start måndagen den 4 sept. i lokal: "Hjorten"

Anmälan till Anita Jacobson, tel. 0730-61 40 52 eller Inga Turin

tel. 0704-100 363, senast den 28 augusti.

Ut och äta grupp - vi åker (buss, bil el. tåg) ut till olika matställen runt om i Länet och äter en god middag. En grupp med damer och en med herrar! Vid frågor eller anmälan ring: Damer till Monica Segerfeldt 0703-34 06 43 eller Inga-Lill Roosvald 0708-34 75 36.

Herrar: Stig Johansson 070-304 38 56.