

### Ordförande

Bo Normand  
Skogsta 54, 824 92 Hudiksvall

070-657 33 56  
bo.normand@gmail.com

### Vice ordförande

Ragnar Tollet  
Mora 415, 824 74 Delsbo

### Sekreterare

Marianne Normand  
Skogsta 54, 824 92 Hudiksvall

072-239 32 43  
marianne.normand@gmail.com

### Kassör

Karin Eriksson  
Svartjärnsv. 11, 824040 Hudiksvall

070-647 83 85  
karin@linblommans.se

### Ledamöter

Bengt Näsfors  
Näsvikensv. 48, 820 64 Näsviken

070-335 54 35  
ab.nasfors@hotmail.com

### Ersättare

Ann-Charlotte Gradin  
Åkerv. 1a, 829 95 Harmånger

070-205 74 88  
kruslock7@yahoo.se

Sören Persson  
Näset 51, 824 61 Forsa

070-392 06 31



# Riksförbundet HjärtLung Norra Hälsingland



## **Medlemsblad Hösten 2024**

**Inom föreningen fortsätter vi att arbeta för att du som hjärt- eller lungsjuk skall få möjlighet till ett aktivt liv.**

- ♦ Vi har våra motionsgrupper, golv-, vattengympa och bowling är också bra motion. Kanske kan du se andra former som vi kan satsa på.
- ♦ Våra medlemsmöten kommer vi att fortsätta ha på Stengatan 5.
- ♦ Mötena hålls på onsdagseftermiddag.
- ♦ Har du någon i din bekantskrets som är hjärt- eller lungsjuk så berätta om vår förening. Bjud gärna med dom på något av våra medlemsmöten.
- ♦ Medlemsavgiften är 200kr/år för alla medlemmar.

**GYMNASTIK**

**Hudiksvall måndagar**

**Kl. 13.30—14.30**

Ledare: Håkan Andersson,  
070—323 16 45

**Start måndag 9 sep**



## VATTENGYMPA

Hudiksvall, torsdagar kl. 16.00—17.00

Ledare: Bo normand, 070-657 33 56

**Start torsdag 12 sep**



- ♦ Tänk även på vår förening vid hedrande av någons bortgång.

**Vårt bankgiro är 211-5913**

Vill du komma i kontakt med någon i styrelsen, se telefonlista på baksidan

## Medlemsmöten

### Funktionsrätts lokal, Stengataunktionsrän 5

- 18 sept**  
**kl. 13.00** Sjulsbergsskolan, Delsbo  
Gåbingo, kolbullar och fika
- 23 okt**  
**Kl. 15.00** Sop sortering. Astrid Svalfors pratar  
om hur man sorterar sopor.
- 4 dec**  
**Kl. 15.00** Julfest.

29 aug och 17 okt kommer vi att ha öppet hus med fika och umgås. Mellan 13.00 och 15.00 Stengatan 5

## BOWLING

**Bowlinghallen fredagar**

**Kl. 09.30—11.00**

Ledare: Mariann Persson

070-231 86 31

**Start fredag 30 aug**

