

Bestyrelse

Formand:

Lissie Rosenager
Mobil 2885 5770
rosenager123@gmail.com
lokal.hjerteforeningen.dk/frederikssund

Næstformand

Helle Neergaard

Kasserer:

Henny Bøgh

Sekretær:

Anne-Lise Elmer Christensen

Bestyrelsesmedlemmer:

Ulla Christophersen
Margit Ryberg
Anne-Grethe Rahbek

Suppleanter:

Keld Rosenager
Kjeld Rasmussen

Hjerteforeningen Frederikssund

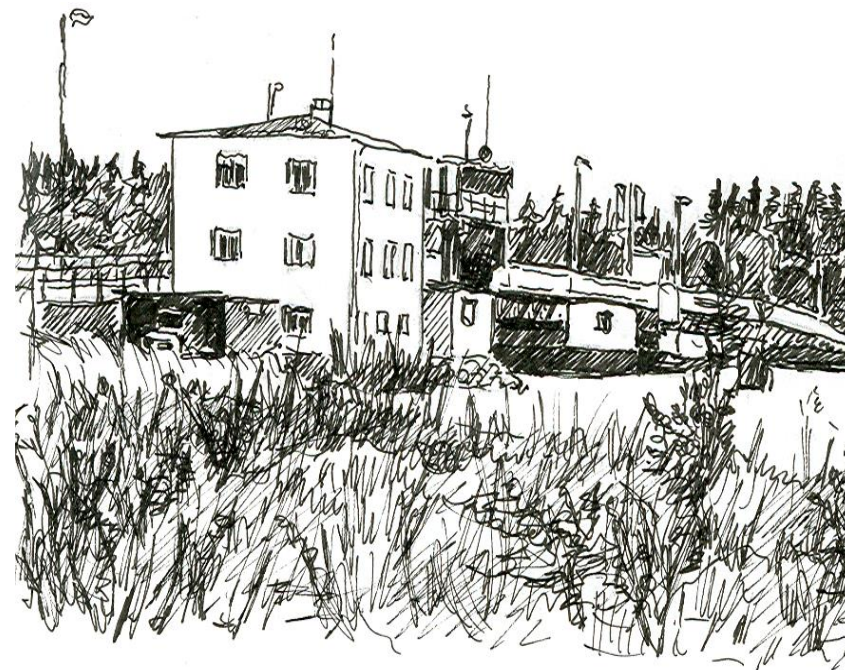
er en afdeling af Hjerteforeningen og har til opgave at forestå foreningens arbejde i lokalområdet.

Hjerteforeningen Frederikssund er oprettet i juni 2005 og har over 1700 medlemmer i lokalområdet, som omfatter:

- Frederikssund
- Jægerspris
- Slangerup
- Skibby

Hjertepatienter og pårørende, der har brug for råd og vejledning kan kontakte formand Lissie Rosenager, eller Hjerteforeningen København

Tlf.: 7025 0000, hverdage kl. 9.00 - 16.00 eller
www.hjerteforeningen.dk



Stregtegning: Hanne Hansen 2006
Kronprins Frederiks Bro

2. halvår 2021
1. halvår 2022

Arrangementer/aktiviteter

Blodtryksmåling

Indtil videre er blodtryksmåling stillet i bero fra Hjerteforeningen.

Livreddende førstehjælp – afholdes den 15. september 2021

Frivillighuset

Lundevej 7, Frederikssund

Tidspunkt og tilmelding annonceres senere.

Hjertemotion

Afvikles nu. Holdet er fuldt booket.

Vandreture i Frederikssund og omegn. Vi fortsætter vore vandreture ud i naturen. Alle er velkomne.

Mødested: Hver torsdag kl. 10.15, i forhallen ved hovedindgangen til Sillebros Shopping.

Sonja Stricker, tlf.: 2484 1747.

Hjertestien i Jægerspris Slotshegn

Hjertestien (5 km) begynder ved Rejsestalden på Hovedgaden 29A i Jægerspris. Stien er markeret med røde hjerter malet direkte på træerne.

Hjertestien i Ådalen i Frederikssund

Hjertestien (4,5 km) begynder ved parkeringspladsen lige efter Ågade nr. 16 og går gennem det fredede naturområde i Ådalen, Grønlien grusgrav og Grønlien skov. Stien er markeret med Hjerteforeningens hjertestiskilte.

Hjertestien i Lystrup skov

Hjertestien (4,5 km) begynder ved det store lindetræ ved Skovfogedvej (parkeringspladsen ved skovlegepladsen) og er markeret med orange mærker på træerne.

Hjertestien i Skibby

Hjertestien (3,3 km) går gennem Nordmandsskoven og Normandsmosen. Stien er markeret med Hjerteforeningens hjertestiskilte.

Hjertecafé

Sidste onsdag i oktober og november 2021 fra **kl. 14.00-16.30**, samt januar og februar 2022, i **Elværket, Ved Kirken 6, Frederikssund**.

Cafeen er et forum, hvor man mødes og udveksler erfaringer. Der er repræsentanter fra Hjerteforeningen Frederikssund til stede, som kan give råd og vejledning. Vi serverer frisk frugt, kaffe og the

Hjertecafeer 2. halvår 2021

Hjertecafé onsdag den 27. oktober 2021

Forebyggelse af forhøjet blodtryk og kolesterol

v/Overlæge Mogens Tangø, Rigshospitalet

Hjertecafé onsdag den 24. november 2020

Pas godt på dine tænder, når du er hjertepatient, mundsundhed har større betydning end du tror

v/Professor, dr.odont., Palle Holmstrup, Tandlægehøjskolen



Hjertecafeer 1. halvår 2022

Hjertecafé onsdag den 26. januar 2022

Søvnens betydning og indflydelse på vores helbred og livskvalitet

v/Psykolog Michael Danielsen

Hjertecafé onsdag den 23. februar 2022

Nyeste udvikling i stamcelleforskning

v/Professor, overlæge Jens Kastrup, Rigshospitalet

Foredrag og generalforsamling onsdag den 9. marts 2022

Kl. 19 i Elværket.

Annonceres senere.

**Alle vore arrangementer og aktiviteter annonceres i lokalpressen og på vores hjemmeside:
lokal.hjerteforeningen.dk/frederikssund**