

# Hälsans stig

## DJURGÅRDSBRUNNSVIKEN

**Välkommen** till Hälsans stig, en naturskön slinga i omväxlande miljö med varje km utmarkerad. Starta var du vill och räkna själv ihop hur långt du har promenerat. Slingan runt Djurgårdsbrunnsviken är 7 km. 1995 etablerades den första Hälsans stig (Slí na Sláinte) på Irland av irländska Hjärtfonden.

Alla Hälsans stig-kartor finns samlade på appen Hälsans stig. Du kan även hitta dem på: [www.halsansstig.se](http://www.halsansstig.se)  
Ge en gåva med hjärtat. Riksförbundet HjärtLung verkar för att personer med hjärt-, kärl- och lungsjukdom skall ha ett bra liv. Swisha ditt bidrag till 90 101 09.



**Hälsans stig**  
Riksförbundet  
**HjärtLung**

[www.hjart-lung.se](http://www.hjart-lung.se) Bli medlem!



### TECKENFÖRKLARING

- HÄLSANS STIG
- INFOTAVLA
- BILPARKERING
- BUSS
- T-BANA
- SPÅRVAGN
- SEVÄRDHET
- MATSERVERING
- KAFÉ
- KM-SKYLT





Foto Lillemor Broni

## Hälsans stig

Vi vill att en promenad på Hälsans stig ska vara en del av en sundare livsstil. Ett enkelt och tillgängligt sätt att komma ut och röra på sig i trygga omgivningar. Välkommen till Hälsans stig, låt den bli en del av ditt dagliga liv.

Bidra till ett bättre liv för människor med hjärt-, kärl- och lungsjukdom. Stöd Riksförbundet HjärtLungs arbete.

BIDRA  
TILL ETT  
BÄTTRE LIV

Swisha ditt bidrag  
till 90 101 09

Läs mer på  
[www.halsansstig.se](http://www.halsansstig.se)



### Riksförbundet HjärtLung

Riksförbundet HjärtLung arbetar för att människor med hjärt-, kärl- och lungsjukdom ska kunna leva ett så bra liv som möjligt. Det gör vi genom socialt stöd och livsstilsaktiviteter, genom engagemang i hälso- och sjukvårdsfrågor och genom att stödja forskning.