

Hälsans stig BRUNNSVIKEN

Slí



Hälsans stig
Riksförbundet
HjärtLung

www.hjart-lung.se Bli medlem!

TECKENFÖRKLARING

- Hälsans stig
- Kraftig backe
- Infotavla
- Sevärdhet
- Kulturminne
- Parkering
- Busshållplats
- Tågstation
- Tunnelbana
- Matservering
- Kafé
- Småbåtshamn
- Badplats
- Tennisbana
- Utegyrn
- Km-skylt



Välkommen till Hälsans stig, en naturskön slinga i omväxlande miljö med varje kilometer utmarkerad. Starta var du vill och räkna själv ihop hur långt du har promenerat. Ett helt varv runt Brunnsviken är 12 kilometer.

1995 etablerades den första Hälsans stig (Slí na Sláinte) på Irland av irländska Hjärtfonden.

Alla Hälsans stig-kartor finns samlade på appen Naturkartan. Du kan även hitta dem på: 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 BRUNNSVIKEN INVIGDES 1998



Välkommen till Hälsans stig Brunnsviken!

Här väntar en fin vandring i parkmiljö, genom skogspartier, förbi koloniträdgårdar, badplatser och Bergianska trädgårdens artrika grönska.

Hagaparken

På Brunnsvikens västra sida sträcker Hagaparken ut sig, en uppskattad oas anlagd på 1700-talet på initiativ av Gustav III. Med engelska parker som förebild skapades här en miljö av skog, ängar och närhet till vatten. Carl Michael Bellman som gärna vistades här på sin tid diktade 1791:

*"Fjäril vingad syns på Haga,
Mellan dimmors frost och dun..."*

Man kan lätt se skalden framför sig, med luta och ett uppsluppet sällskap, på en av de många pelouserna (gräsmatta på franska).

Krönet av den "Stora Pelousen" smyckas av de vackra Koppärtälten som ritades av arkitekt Louis Jean Desprez. Han har även ritat Haga slott där kronprinsessan med familj bor idag.

Bergshamra

På andra sidan viken kommer man så småningom via charmiga koloniträdgårdar till Bergshamra, en lugn och trivsamt stadsdel med närhet till naturen.

För att sedan ta sig vidare på andra sidan Ålkistan (kanalen) går man över motorvägsbron och sedan ner till vänster via en gångväg under broarna. Denna passage kan upplevas lite obekvämt men tills planerna på en separat gångbro över kanalen är realiserad är det så man tar sig fram.

Bergianska trädgården

För den naturintresserade väntar här ett eldorado av växter och träd både inne och ute. Utmed stigen rundar man Victoriahuset, ett vackert litet växthus med bl a jättenäckrosor. I närheten finns också Orangeriet, ett växthus som används som restaurang och café. Ännu fler träd och växter från världens alla hörn hittar man i Edvard Andersons växthus, väl värt ett besök.

Brunnsvikens strandbad är ett fint litet bad med sandstrand och brygga.



Stockholms
stad



SOLNA STAD



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 omgivelningar. Välkommen till Hälsans stig, låt den bli en del av ditt dagliga liv.

BIDRA
TILL ETT
BÄTTRE LIV

Bidra till ett bättre liv för människor med hjärtsjukdom och lungsjukdom. Stöd Riksförbundet HjärtLungs arbete.

Swisha ditt bidrag till 90 101 09

Läs mer på www.halsansstig.se



Riksförbundet HjärtLung

Riksförbundet HjärtLung arbetar för att människor med hjärtsjukdom 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.



Riksförbundet
HjärtLung