

Hälsans stig STRÄNGNÄS

Slí

Hälsans stig
Riksförbundet
HjärtLung
www.hjart-lung.se Bli medlem!



TECKENFÖRKLARING

- Hälsans stig
- Järnväg
- Infotavla
- Bilparkering
- Kommunhus
- Vårdcentral
- Tågstation
- Busstation
- Sevärdhet
- Utsiktsplats
- Tennisplan
- Ankringsplats
- Bad
- Bibliotek
- Utegyrn
- Grillplats
- Boulebana
- Minigolfbana
- Lekplats
- Toalett
- Kilometerskylt

Välkommen till Hälsans stig, varje km utmarkerad. Starta var du vill och räkna själv ihop hur långt du har vandrat. Slingan i Strängnäs är 4 km.

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

Alla Hälsans stig-kartor finns samlade på appen Hälsans stig och 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.



STRÄNGNÄS KOMMUN



Välkommen till Hälsans stig i Strängnäs

Genom att regelbundet gå Hälsans stig kan du lägga grunden till ett aktivare och hälsosammare liv. Strängnäs kommun arbetar kontinuerligt med att skapa olika miljöer för utevistelse under hela året, vilket har positiva effekter på vår fysiska, psykiska och sociala hälsa. Hälsans stig passar alla!

Hälsans stig i Strängnäs är ett samarbete mellan Strängnäs kommun, gymnasiesärskolan Thomasgymnasiet och Riksförbundet HjärtLung.



STRÄNGNÄS KOMMUN



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

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.