

Hälsans stig LIDINGÖ



Hälsans stig
Riksförbundet
HjärtLung

www.hjart-lung.se Bli medlem!



TECKENFÖRKLARING

- Hälsans stig
- Förbindelseväg
- Km-skylt
- Infotavla
- Tågstation
- Busshållplats
- Bilparkering
- Sevärdhet
- Idrottsplats
- Fotbollsplan
- Sjukhus

Välkommen till Hälsans stig, en naturskön slinga i omväxlande miljö. Starta var du vill och räkna själv ihop hur långt du har vandrat. Slingan i Lidingö är 6 km och varje km är utmarkerad.

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

LILLA
VÄRTAN

LIDINGÖ STAD

din hälsa Lidingö

**Riksförbundet
HjärtLung**

HÄLSANS STIG LIDINGÖ INVIGDES 2006-09-09

Välkommen till Hälsans stig på Lidingö

Lidingö centrum började byggas 1906. Hjalmar Arwin, villastadens grundare, såg framför sig ett centrum med villakarakter. Fornboda, idag Lidingö museum, och Solgården, till vänster om denna, var konditori och mataffär från 1906-07. På 1910- och 1920-talen tillkom större byggnader i form av Centralpalatset med bland annat apotek och sybehör och senare Vasaborgen med post, polis och biograf. 1964 började planeringen för ett nytt centrum, vilket inte förverkligades förrän 1995.

Näsets kvarn ska enligt den muntliga traditionen ha flyttats från Stockholm 1843 till nuvarande plats, som då tillhörde Hersby gård. Kvarnen var en gång i tiden en av sju kvarnar på Lidingö och är idag en av två bevarade.

Lidingö kyrka och Hersby gård. Trakten kring Lidingö kyrka och kyrkogård har sedan forntiden varit bebyggd. Namnet Hersby kommer troligen från ordet hersir som tyder på att här fanns en bygdehövding. Hersby gårds nuvarande byggnader kom till från mitten på 1700-talet och var Lidingös största egendom fram till 1900.

Missionskolan/Lidingö Folkhögskola. Målarmästare J W Wirström på Stockby gård skänkte marken om 38 000 kvadratmeter till dåvarande föreståndaren, lektor P P Waldenström. Denne startade en insamling för skolbyggnaden. Hösten 1908 stod den färdig och 66 elever, lärare och Waldenström själv flyttade in. Idag är Lidingö Folkhögskola utbildningscentrum.

Hersby vattentorn ritades 1949 på uppdrag av Armerad Betong AB. Hersby vattentorn är ett av tre vattentorn. De andra hittar man i Käppala och på Näset.

Lidingö stadshus byggdes 1972-75 efter ritningar av professor Sten Samuelson. Vid stadshuset står skulpturerna "Samothrake" av Eric Grate och "Den lilla fiskarflickan" av Ansgar Almqvist.

Stort tack till vår samarbetspartner

LIDINGÖLOPPET



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 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.