

Hälsans stig ÅKERSBERGA

Slí



Hälsans stig
Riksförbundet
HjärtLung

www.hjart-lung.se Bli medlem!

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. Slingorna i Åkersberga är 6 och 4 kilometer. Förbindelsevägen mellan slingorna är 2,7 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 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.



- TECKENFÖRKLARING**
- Hälsans stig
 - Förbindelseväg
 - Järnväg

- Km-skylt
- Infotavla
- Bilparkering
- Busstation
- Tågstation
- Idrottsplats
- Simhall/badplats
- Fotbollsplan
- Sevärdhet
- Fornminne
- Vårdcentral
- Kommunhus
- Motionsslinga
- Restaurang
- Minigolf
- Lekplats
- Park
- Frisbeegolf
- Busshållplats



Riksförbundet
HjärtLung

Österåker

Hälsans stig Åkersberga invigdes 2013



Välkommen till Hälsans stig i Åkersberga!

Här kan du få frisk luft och en hälsobringande promenad samtidigt som du får lära känna Åkersbergas själ.

Norra rundan tar dig genom Åkersberga centrum och stationsområdet. Du bjuds på en mycket vacker sträcka längs kanalen förbi Slussholmen och Slussen. Rundan passerar genom villaområden i Åkerstorp och tangerar det fina naturområdet Röllingby backar.

Södra rundan för dig genom välskötta villaområden i Margretelund med en liten bokskog i Malmskogen som extra bonus.

Flera små parker och konstverk ger njutning för ögat. En mycket spännande och effektfull ljussättning längs vissa avsnitt gör rundorna intressanta även kvällstid.

 **Österåker**
Läs mer på www.osteraker.se



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.

 **Riksförbundet HjärtLung**