

HJERTEFORENINGEN

er en patientforening, der:

- vil vinde kampen mod hjertesygdom gennem forskning, forebyggelse og patientstøtte.
- har mere end 130.000 medlemmer.
- har ca. 10.000 frivillige, der er organiseret i 93 lokalforeninger i hele landet.
- indsamler midler til foreningens aktiviteter og til forskning i hjerte-kar-sygdomme.
- bruger hvert år ca. 30 millioner kr. til forskning i hjerte-kar-sygdomme.

Hvis du ønsker at støtte Hjerterforeningens arbejde, kan du:

- melde dig ind i foreningen. Som hjertepatient eller pårørende til en hjerte-patient, er det første halve år som medlem gratis.
- give et økonomisk bidrag til Hjerterforeningens arbejde.
- støtte Hjerterforeningens lokale aktiviteter.
- melde dig som frivillig.
- udbrede kendskabet til Hjerterforeningen.



Vognmagergade 7, 3. sal, 1120 København K
hjerterforeningen.dk



Hjertermotion

GØR EN FORSKEL FOR DIT HJERTE



tilbyder Hjertermotion nær dig

ØNSKER DU AT GØRE NOGET FOR DIT HJERTE OG **FORBEDRE DIN SUNDHED OG LIVSKVALITET?**

Så kom, og lav hjertelig motion i trygge rammer sammen med andre hjertepatienter.

Hvad er Hjertemotion

Hjertemotion består af et motionsforløb, der strækker sig over 32 uger, hvor undervisningen varetages af dygtige fysioterapeuter.

I løbet af de 32 uger modtager du som deltager 1 times motion om ugen, der følges op af en 1/2 times socialt samvær og erfaringsdeling.

Træningen tilrettelægges af instruktøren, og du har mulighed for at få gode råd og vejledning af instruktøren under træningen.



HJERTEMOTION
er støttet af
VELUX FONDEN


HVOR OG **HVORDAN**

Tilmelding og kontakt

Pris og betaling

Pris:

Betaling:

Sted, dato og tidspunkt

Tilmeldingen foregår efter "først til mølle" princippet.