

Selbsthilfegruppe „Herz ohne Stress“

IKOS Jena, Kastanienstraße 11,
Telefon 03641/8741-160.

Anmeldung und Information:

Volker Dörsing

volker.doersing@herz-ohne-stress.de

Unsere Selbsthilfegruppe ist organisiert unter dem Dach des Vereins

Psychisch belastete Herzpatienten e. V.

kontakt@herz-ohne-stress.de

Facebook: @herzohnestress

Instagram: herzohnestress



Erfahren Sie mehr über den Verein:

www.herz-ohne-stress.de



Herz ohne Stress

Gemeinsam mehr Lebensfreude.



Sie haben eine Herzgeschichte?

Die Diagnose einer Herzerkrankung ist immer ein schwerer Schlag. Plötzlich geht es um Fragen, die vorher nie ein Thema waren.

Wir wollen Brücken schlagen zwischen unserer Krankheit, der Medizin und unserem Alltag. Wir wollen uns und unsere Situation neu kennenlernen und sie annehmen.

Verständnis füreinander

Uns ist es ein großes Anliegen, dass Menschen **jeden Alters** mit ihren Herzgeschichten zusammenfinden und sich austauschen können, um ihre eigenen Wege zu einem veränderten Lebensentwurf zu finden.

Wir freuen uns über **Jede und Jeden, die Lust haben** teilzunehmen – egal ob regelmäßig oder gelegentlich.

Die Selbsthilfegruppe

Sie sind betroffen von

Herzinfarkt, Herzrhythmusstörungen, Koronarer Herzkrankheit, Schrittmacher oder Defibrillator, Bypass-Operation, Aneurysma oder Herzfehler?

Herz ohne Stress

Bei vielen ist Stress ein Mit-Auslöser der Herzerkrankung, die uns dann zusätzlich Stress macht - im Privaten und im Beruf. Damit wollen wir uns u.a. beschäftigen.

Herz ohne Stress

Gemeinsam mehr Lebensfreude

- Ein schöner Gruppenraum steht für gute Gespräche und Austausch bereit
- Wir wollen etwas erleben oder organisieren z. B. Vorträge von Fachleuten

Start am Dienstag, 21. Februar 2023

Zeit: 17.00 bis 19.00 Uhr,
jeden 3. Dienstag im Monat

Ort: IKOS Jena, Kastanienstraße 11

Anmeldung bei: Volker Dörsing

volker.doersing@herz-ohne-stress.de