

Har du hatt hjarteoperasjon, hjarteinfarkt eller utblokking (PCI) ?

Regelmessig trening er viktig for eit godt liv !

Fleire kommunar i Sunnhordland tilbyr no trygg «kom i gang»-trening for personar med hjartesykje:

- Stord Frisklivssentral, tlf. 41405425/90750319
- Fitjar Fysioterapi, tlf. 90585586
- Bømlo Frisklivstilbod, tlf. 91516011
- Kvinnherad Frisklivssentral, tlf. 99169950

Tilvising til trening kan du få hos fastlege eller sjukehuslege.

Deltakarar i treningstilboda våren 2015 som har hatt hjarteoperasjon, hjarteinfarkt eller utblokking (PCI) siste året, kan og få tilbod deltaking i forskingsstudie om hjarterehabilitering.

For meir informasjon om HJARTEKURS OG TRENINGSTILBOD I 2015, ring telefonnr. 95838810

Treningstilboda og studien er del av eit samarbeidsprosjekt mellom kommunane, Helse Fonna og Høgskulen Stord/Haugesund. FoU-eining for samhandling (FOUSAM) er ansvarleg for forskingsstudien.