



Einladung ins  Herz Bistro

HERZ BISTRO

Das Herz Bistro im Gesundheitszentrum Dy-Fit in Münchenstein, dient Menschen mit einer Herz-Kreislauf-Krankheit oder einer Lungenerkrankung als Plattform zum Erfahrungsaustausch und zur gegenseitigen Unterstützung. Am runden Tisch können zu ausgewählten Zeiten folgende Angebote genutzt werden:

- ▶ **Austausch mit Betroffenen, die an einer Herz-Kreislauf- oder Lungenerkrankung leiden**
- ▶ **Praktische Tipps von Betroffenen und Experten für den Alltag**
- ▶ **Empfehlungen für den Wiedereinstieg in den Alltag nach einem Spitalaufenthalt**



Durch eine positive Stimmung in einer grösseren oder kleineren Gruppe von Patientinnen und Patienten, die vom gleichen oder einem ähnlichen Schicksal betroffen sind, lernen Sie, mit Ihrer Krankheit besser umzugehen und allenfalls notwendige Lebensstiländerungen nicht als Verzicht sondern als Chance zu sehen. Davon profitiert nicht nur Ihre körperliche Gesundheit, sondern auch Ihre Psyche.

Kommen Sie vorbei – wir freuen uns auf Sie!

Mit Unterstützung von  Schweizerische Herzstiftung

Keine Anmeldung erforderlich, Parkplätze vorhanden, Lokalitäten rollstuhlgängig

Jeden Montag
9.30 – 10.30 Uhr

 Walzwerkareal
Tramstrasse 66, 4142 Münchenstein
 061 411 16 05

 info@dy-fit.ch
 www.dy-fit.ch


HÖFERLIN INSTITUT
PHYSIOTHERAPIE


Dy-Fit
Gesundheitszentrum
Münchenstein