

# Hjerterehabilitering



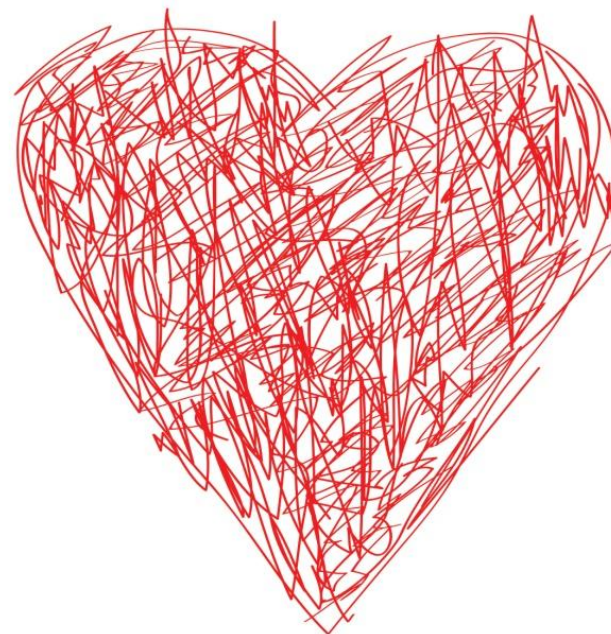
## Vil du vide mere

Sundhed og Træning  
Sydtoften 102  
7200 Grindsted

## Telefon

Tlf.: 7213 1669  
Man. til Fre. kl. 08.00 - 10.00  
Man. til Tors. kl. 12.00 - 13.00

Få flere oplysninger om kommunens tilbud på [www.billund.dk](http://www.billund.dk)



Oktober 2020



Billund  
kommune



Billund  
kommune

## Hjerterehabilitering henvender sig til borgere i Billund Kommune med nyligt diagnosticeret hjertekarsygdom.

Du henvises af sygehuset til hjerterehabilitering i Billund Kommune ved Sundhed og Træning.

### Hvad kan vi tilbyde dig?

- Afklarende samtale ved sygeplejerske og fysioterapeut.
- Start og slutttest ved henvisning fra Sygehus Lillebælt
- Træning ved fysioterapeut
- Hjerteskolet
- Vejledning og mulighed for individuelle samtaler ved hjertesygplejerske, diætist, rygestopvejleder, mindfulnessinstruktør og ergoterapeut.

### Sådan kommer du i gang

Forløbet starter med en samtale ved sygeplejerske og fysioterapeut.

Vi opfordrer til, at din pårørende også deltager til samtalen.

### Forløbet giver dig

- Fysisk genoptræning
- Øget indsigt i egen sygdom
- Undervisning om mad og helbred
- Hjælp til at mestre livet med en kronisk sygdom
- Støtte og vejledning til en aktiv hverdag

### Afbud

Er du forhindret i at deltage, skal du melde afbud i god tid og gerne dagen før på telefon 7213 1669 .

### Sted

Træningen foregår ved Sundhed og Træning på Sydtoften 102,7200 Grindsted.

