

Hjerterehabilitering



Træningsenhedens tilbud til dig som har deltaget i hjerterehabilitering på sygehus.



Få flere oplysninger om kommunens tilbud på www.billund.dk

Hvem kan modtage Træningsenhedens tilbud

Du skal bo i Billund Kommune, være over 18 år og have deltaget i et hjerterehabiliteringstilbud på sygehus. Du vil derfra blive henvist til videre til Billund Kommune

Du bliver kaldt ind til en afklarende samtale hos en fysioterapeut, hvor I sammen vurderer hvilke tilbud, der er rigtig for dig. Forløbet varetages af sundhedsfagligt personale og er gratis.

Hvad tilbyder vi

Træning

- Indledende samtale med planlægning af mål.
- 2 gange ugentligt træning i 6-8 uger.
- 3 gange undervisning med relevante emner.
- Introduktion til lokale motionstilbud og til anden motion.
- Hensyntagen til dine ressourcer.

Kost

- Praktisk madlavning ved diætist x 2 (egenbetaling til råvarer).
- Mulighed for individuel vejledning.



Henvendelse

Du må gerne kontakte os, inden du afslutter hjerterehabilitering på sygehuset, så opstart hos Billund Kommune kan planlægges. Har vi ikke hørt fra dig, når vi modtager din henvisning fra sygehuset, vil vi kontakte dig.

Transport

Du skal selv sørge for transport – du kan evt. benytte FLEXTUR tlf.: 76 608 608.

Træningen foregår i Træningsenheden på Sydtoften 102, 7200 Grindsted



Vil du vide mere

Træningsenheden, Sydtoften 102, 7200 Grindsted,
Tlf.: 7213 1669 man. til fre. kl. 08.00 - 10.00
man. til tors. Kl. 12.00 - 13.00