

FRIVILLIG!

Har du lyst til at være frivillig i Hjerteforeningen,
så kontakt Formanden på:

jvchris@nordfiber.dk,

som også kan fortælle mere om arbejdet i
Hjerteforening Frederikshavn. Som frivillig får du
oplevelser og glæde ved at løse opgaver i et
fællesskab, tilfredsstillelsen ved at gøre en indsats
og få personlige kvalifikationer gennem kurser,
foredrag og lærerige oplevelser.

Du kan altid sige nej til opgaver, som du ikke har lyst
eller kvalifikationer til at påtage dig.

Deltag med specifikke opgaver og kun det,
ingen bestyrelsesarbejde og andre forpligtigelser.

Det kunne være som tovholder på enkelte
arrangementer og områder eller en mindre gruppe:
Arbejd kun med det der har din interesse og gør det
til dit personlige projekt.

Som: Madlavning - Hjertecafe – Blodtryksmålinger,
enkeltstående arrangementer.

Lokalområde repræsentanter m.m.

Har du gode ideer til arrangementer eller andet,
hører vi også gerne fra dig.

Hjertecafé

HJERTEFORENINGEN



Hjertecafé

**ONSDAGE I ULIGE UGER KL. 13.00 – 15.00
& KL. 19.00 – 21.00**



Hjerteforeningen Frederikshavn

HJERTECAFE 2017

Hjertecafe 2017 - onsdage i ulige uger.

kl. 13.00 – 15.00 & kl. 19.00 – 21.00

i De Frivilliges Hus, Danmarksgade 12.

Frederikshavn

Sundhedscenter Frederikshavn og Hjerteforeningen Frederikshavn / Skagen har fra 2014 samarbejdet om at starte en netværksgruppe for borgere med Hjerte-kar sygdom.

Vi oplever, at borgere der har fået konstateret hjertesygdom, har behov for et sted at mødes og tale med andre, der forstår hvilke problemer de går og tumler med. Mange tager imod sygehusets eller kommunens tilbud om hjerterehabilitering. Men når forløbet er ovre kan man fortsat have lyst og behov for at snakke og bibeholde kontakten til andre med hjertesygdom.

Hjertecaféen vil være et frit sted at mødes, selvfølgelig også for de der ikke har deltaget i rehabilitering.



Hyggeligt samvær og en god snak er meget værd. Vi har også mulighed for at arrangere foredrag og diskussioner, motionsture og besøg ud af huset. Det er deltagerne af Hjertecaféen, der bestemmer hvad der skal ske.

Vi har kun få og enkle spilleregler. Det er vigtigt, at hvad der bliver talt om, bliver i gruppen og ikke bragt videre til andre - en frivillig pålagt tavshedspligt.

Besøg vores Hjertecafe og se om det er noget for dig. Er du i tvivl så kontakt en af deltagerne i gruppen:

Kontaktperson for Hjertecafeerne og Aftenholdet:

Charlotte Falk Jensen, tlf. 6048 5884,
Mail: lucasfj@live.dk



Kontaktperson for Eftermiddagsholdet:

Bodil Marie Jensen, tlf. 2860 6792.
Mail: bodil-marie@webspeed.dk



Eller kontakt Jørgen Christensen, Formand for Hjerteforeningen Frederikshavn,
Tlf. 9842 3379 - Mail: jvchris@nordfiber.dk

Glæd jer til en god og hyggelig stemning.