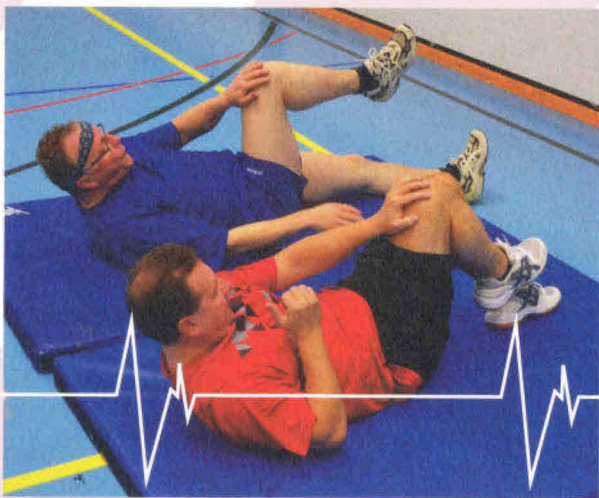




Herzgruppe Nidwalden

Die Herzgruppe Nidwalden engagiert sich in der Prävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen und unterstützt Sie, sportlich aktiv zu bleiben und sich «herzfreundlich» zu verhalten.



Was bieten wir an?

Um die Prognose bei Herzerkrankungen langfristig zu verbessern, sind operative Eingriffe und medikamentöse Therapien wichtige Bestandteile der Behandlung.

Ebenso entscheidend ist die Umstellung des eigenen Lebensstils mit regelmässiger Bewegung und einer gesunden Ernährung. Dabei wollen wir Sie unterstützen.

Die Herzgruppe Nidwalden

ist seit Februar 2009 als Verein organisiert. Informationsveranstaltungen, sportliche und gesellige Anlässe sind unser Betätigungsfeld.

Die Herzgruppe bietet Ihnen die Gelegenheit, die schon in der Rehabilitation erprobte Bewegungstherapie in der Nähe ihres Wohnortes fortzusetzen.

Schwerpunkt bildet unser wöchentliches Training für Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit. Die Übungen – angepasst an Ihre individuellen Möglichkeiten – stehen unter der Leitung von speziell ausgebildeten Herztherapeutinnen und Herztherapeuten.

Ihre allgemeine körperliche Leistungsfähigkeit wird gesteigert, und das Herz wird widerstandsfähiger. Sie verbessern Ihre Lebensqualität.

Die Herzgruppe Nidwalden mit ihren Therapeutinnen und Therapeuten erfüllt die Anforderungen der Arbeitsgruppe für kardiale Rehabilitation der Schweizerischen Gesellschaft für Kardiologie SAKR

Wen sprechen wir an?

- Patienten mit koronarer Herzerkrankung
 - mit stabiler Angina Pectoris
 - nach einer Bypassoperation
 - nach einem Herzinfarkt
 - nach Herzkatheter-Untersuchung und Ballondilatation
- Patienten mit Herzfehlern und Herzklappenfehlern, insbesondere auch nach operativer Korrektur
- Patienten nach einer Herztransplantation
- Patienten mit Herzmuskelerkrankungen
- Patienten nach einer Schrittmacher- oder Defibrillator-Implantation
- Personen mit Bluthochdruck, Diabetes, Übergewicht und eingeschränkter Leistungsfähigkeit sind bei uns ebenfalls herzlich willkommen.

Wer steht hinter der Herzgruppe Nidwalden?

Ärztliche Leitung

Dr. med. Christian Schüpfer, Kardiologe
Kantonsspital Nidwalden, 6370 Stans

Therapeutische Leitung

Roger Jud, Sportlehrer und Herztherapeut SAKR
Claudia Oppliger, Physiotherapeutin und Herztherapeutin SAKR

Unsere Trainingszeiten

Montag 15.00 bis 16.00 Uhr

Gruppenkurs im Fitnesszentrum ONE, Stans

Montag 18.15 bis 19.15 Uhr

Gruppenkurs in der Turnhalle Kollegium Stans

Montag 19.30 bis 20.30 Uhr

Gruppenkurs in der Turnhalle Kollegium Stans

Information und Anmeldung

Sekretariat Dr. med. Christian Schüpfer

Tel. 041 622 20 40

E-Mail: info@kardiologie-schuepfer.ch

Auf unserer Homepage erfahren Sie mehr.

www.herzgruppe-nw.ch

Die Schweizerische Herzstiftung gibt ebenfalls

Auskünfte unter

www.swissheartgroups.ch



Werden Sie Mitglied!

Die Herzgruppe Nidwalden bietet Ihnen vielfältige Möglichkeiten, wie Sie Ihre körperliche Fitness, ihre seelische Verfassung und einen positiven Lebensstil nachhaltig und mit einfachen Mitteln fördern können.

Sie werden jeweils rechtzeitig und schriftlich über unsere aktuellen Angebote und Vergünstigungen informiert.

Wir freuen uns ausserordentlich, wenn auch Sie dem Beispiel der über 160 Mitglieder unserer Vereinigung folgen und der Herzgruppe Nidwalden beitreten.

Auf der Rückseite finden Sie unser Anmeldeformular. Schicken Sie es bitte an:

Herzgruppe Nidwalden
Edgar Riedo
Allmendstrasse 21a
6373 Ennetbürgen

Wenn Sie den Jahresbeitrag von Fr. 10.00 gleich der Anmeldung beilegen, ersparen Sie uns unnötigen administrativen Aufwand.

Mit einem Dankeschön für Ihre Anmeldung
Herzgruppe Nidwalden

Beitrittserklärung

Ich trete dem Verein Herzgruppe Nidwalden bei:

Name _____

Vorname _____

Strasse _____

PLZ/Ort _____

Geburtsdatum _____

Tel. Privat _____

Tel. Geschäft _____

Tel. Mobil _____

E-Mail _____

(Bitte unbedingt angeben, wenn vorhanden.
Sie helfen uns, Portokosten zu sparen)

Datum _____

Unterschrift _____

