

Herzlich willkommen

bei der

Gesprächs- und Selbsthilfegruppe >Rund ums Herz< im Rhein-Sieg-Kreis

Wir

bieten vorwiegend „Selbsthilfe durch Information“ zur Förderung Ihrer Herzgesundheit.

Wir

informieren unter anderem in Vorträgen über medizinische Möglichkeiten zur Behandlung von Herzerkrankungen.

Wir

wollen hilfreich Wege aufzeigen, ob und inwieweit Ihnen eine Gesprächs- und Selbsthilfegruppe behilflich sein kann, über Ängste und Befürchtungen mit Fachleuten zu sprechen.

Wir

wollen auch helfen, vielleicht neue Freundschaften in einem Kreis zu schließen, in dem man sich anerkannt und verstanden fühlt.

Wir

wollen es mit Ihnen versuchen, versuchen Sie es auch einfach mal mit uns.

Ihre Gesprächs- und Selbsthilfegruppe >Rund ums Herz<

Bitte eventuelle Terminverschiebungen
>>>>>>>beachten, die durch die Presse bekannt
gegeben werden. 🍷🍷🍷🍷🍷

Gruppentermine 2019 jeweils am 1. Donnerstag des Monats um 18.30 Uhr

am	Thema	Referent	Treffpunkt
03.01.2019	„Alt-gegen-Neu“ Vorstellung des neuen Gruppenleiters/ Verabschiedung	Rainer Walterscheid/ Dr. Norbert Becker	Gesundheitszentrum >Am Lindenhof< 53757 Sankt Augustin Bonnerstrasse 81
07.02.2019	Hausnotruf	Christoph Hombach DRK	Gesundheits- zentrum
07.03.2019	Kardiologen- Gespräch	Drs: Rabahieh Schmidt ➔ Bitzen Esser	Gesundheits- zentrum
04.04.2019	Behandlung von Vorhofflimmern	PD Dr. René Andrié Helios Siegburg	Gesundheits- zentrum
02.05.2019	Medikamente „rund ums Herz“ wie sie wirken und was man wissen sollte	Dr. Norbert Göke ehem. Dreifaltigkeit, Wesseling	Gesundheits- zentrum
06.06.2019	Kardiologen- Gespräch	Drs. Rabahieh ➔ Schmidt Bitzen Esser	Gesundheits- zentrum
04.07.2019	Wund- Management	Ramona Glogowski Helios Siegburg	Gesundheits- zentrum
01.08.2019	Hören und verstehen	Aileen Zölller, Hörgeräte- Akustiker- Meisterin	Gesundheits- zentrum
05.09.2019	Kardiologen- Gespräch	Drs. Rabahieh Schmidt Bitzen ➔ Esser	Gesundheits- zentrum
2. Do. 10.10.2019	Geriatric, Medikamenten- zusammen- spiel	Dr. Anja Kraemer und Dr. Andreas Kraemer	Gesundheits- zentrum
07.11.2019	Multiresistente Keime - die unsichtbare Gefahr	Dr. Edith Fischnaller GFO Troisdorf	Gesundheits- zentrum
05.12.2019	Kardiologen- Gespräch	Drs. Rabahieh ➔ Schmidt Bitzen Esser	Gesundheits- zentrum

Unsere Ziele:

Wir wollen Ihnen helfen, gesund zu bleiben oder wenn Sie krank sind, mit Ihrer Krankheit besser fertig zu werden.

Die

Deutsche Herzstiftung e.V.

ist mit der Gesprächs- und Selbsthilfegruppe >Rund ums Herz< partnerschaftlich verbunden und sie kämpft für eine bessere Versorgung der Herzpatienten, insbesondere bei Herzinfarkt. Und die Alarmzeichen eines Herzinfarktes sollten Sie in jedem Falle kennen:

- ◆ schwere, länger als fünf Minuten anhaltende Schmerzen im Brustkorb, die in Arme, Schulterblätter, Hals, Kiefer, Oberbauch ausstrahlen
- ◆ starkes Engegefühl, heftiger Druck, Brennen im Brustkorb, Atemnot,
- ◆ zusätzlich: Übelkeit, Brechreiz, Angst,
- ◆ Schwächegefühl (auch ohne Schmerz) evtl. Bewusstlosigkeit,
- ◆ blasse fahle Gesichtsfarbe, kalter Schweiß,
- ◆ nächtliches Erwachen mit Schmerzen im Brustkorb ist ein besonderes Alarmzeichen,
- ◆ bei Frauen sind Atemnot, Übelkeit, Schmerzen im Oberbauch, Brechreiz und Erbrechen häufiger als bei Männern alleinige Alarmzeichen,
- ◆ wenn Brustschmerzen bei minimaler Belastung oder in Ruhe auftreten, muss genau so schnell gehandelt werden, nämlich dann sofort **NOTRUF 112**

Deutsche Herzstiftung e.V.
Bockenheimer Landstraße 94-96
60323 Frankfurt am Main.
Telefon: 069 955 128 0.

Mit mindestens 36,00 Euro Mitgliedsbeitrag pro Jahr können Sie die wertvolle Arbeit der Deutschen Herzstiftung e.V unterstützen.

Mitgliedsantrag beim Gruppenleiter.
Jahres-Beitrag ist steuerlich absetzbar.