

Selbsthilfe bedeutet:

Kontakt:

Herz in Wetzlar e.V.

Horst Peter Pohl

Beauftragter der Deutschen Herzstiftung

Laufdorfer Weg 30

35578 Wetzlar

**Mut fassen.
Krankheit verstehen.
Unterstützung finden.**



herz-in-wetzlar.de



info@herzwetzlar.de



06441 3805767



facebook.com/herzwetzlar



instagram.com/herzinwetzlar



- Ein mündiger Patient werden
- Genügend Informationen für das Arztgespräch
- Fachinformationen durch kompetente Referentinnen und Referenten
- Genügend Informationen für das Arztgespräch
- Andere informieren können
- Sich mit anderen Betroffenen austauschen
- Als Angehöriger das Krankheitsbild verstehen
- Über alles reden können

Mit freundlicher Unterstützung von



**Herzgesundheit und Selbsthilfe
in Mittelhessen**



**Mut fassen.
Krankheit verstehen.
Unterstützung finden.**

Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind als Todesursache Nummer eins für ca. 1/3 aller Todes-fälle in Deutschland verantwortlich.

Herzinfarkt, Koronare Herzkrankheit mit eventuell notwendigem Stent oder Bypass, Herzschwäche bis hin zur Notwendigkeit eines Defibrillators oder gar eines Kunstherzens sowie wiederkehrendes Vorhofflimmern sind nur einige der möglichen Formen.

Herzerkrankungen lösen bei Betroffenen und Angehörigen Ängste aus. Das Vertrauen in das eigene Herz geht verloren.

Die Einschränkung der körperlichen Leistungsfähigkeit, die Nebenwirkungen der Medikamente, aber auch die mit der Krankheit verbundenen Ängste beeinträchtigen die Lebensqualität oft erheblich.

Betroffene und Angehörige müssen lernen, mit der Krankheit zu leben und versuchen, ihren Lebensstil der Erkrankung anzupassen.

Ängste und Unsicherheit können durch Informationen über die Erkrankung und ihre Folgen abgebaut werden.

Herzkrankheiten können Menschen jeden Alters betreffen – auch junge Menschen und Menschen mit angeborenen Herzfehlern.

**Gemeinsam.
Stark fürs Herz.
Miteinander.**

Ein Leben mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Herzinfarkt, Rhythmusstörungen oder Herzschwäche ist herausfordernd - für Betroffene wie für Angehörige.

Wir sind da – für Gespräche auf Augenhöhe, gegenseitige Unterstützung und fundierte Informationen.

Die Selbsthilfegruppe arbeitet ohne professionelle Leitung, aber in engem Kontakt mit den Lahn-Dill-Kliniken und niedergelassenen Kardiologinnen und Kardiologen.

Die Teilnahme steht allen interessierten Betroffenen und Angehörigen offen. Sie ist unabhängig von der Mitgliedschaft im Verein möglich. Gäste sind jederzeit herzlich willkommen. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an die auf der Rückseite angegebene Kontaktadresse.

Das erwartet Sie in unserer Selbsthilfegruppe:

- Regelmäßiger Austausch mit anderen Betroffenen
- Fachvorträge
- Mutmachgeschichten und Alltagstipps
- Informationsmaterialien
- Gemeinsame Unternehmungen

Die Selbsthilfegruppe trifft sich in der Regel an jedem 2. Freitag im Monat von 17 - 19 Uhr in der Volkshochschule Bahnhofstr. 3, 35576 Wetzlar

Wir möchten Menschen mit Herzproblemen Mut machen und sie auf ihrem Weg begleiten.

Durch Information, Austausch und Vernetzung helfen wir, Herzkrankheiten besser zu verstehen und Risiken zu verringern.

Gemeinsam mit unseren medizinischen Partnern setzen wir uns für Prävention, Aufklärung und Selbsthilfe ein.

Das machen wir konkret:

- Selbsthilfegruppe für Betroffene und Angehörige
- Patientenseminare und andere Veranstaltungen zur Herzgesundheit
- Enge Zusammenarbeit mit Kliniken und niedergelassenen Kardiologinnen und Kardiologen
- Online-Informationen zur Herzgesundheit auf unserer Webseite und Facebook
- Beratung per Mail, Telefon und Signal-Messenger
- Installation von rund um die Uhr erreichbaren Defibrillatoren

Mitglied in unserem Verein kann jeder werden, der unsere Ziele unterstützt, unabhängig von der Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe.

Wir finanzieren uns ausschließlich über Mitgliedsbeiträge, Spenden und Zuschüsse von Krankenkassen, Stadt und Landkreis.

Transparenz ist uns wichtig – daher legen wir unsere Ziele, Strukturen und Finanzen vollständig offen.