



KARDIOPORADENSKÁ SKUPINA

Trápí Vás nemoci srdce a cév?

Nabízíme nefarmakologickou
intervenci onemocnění srdce a cév

Zdravotně sociální fakulta JU v Českých Budějovicích nabízí
od října 2016 skupinové nebo individuální kurzy
nefarmakologické léčby onemocnění srdce a cév.

Jak často, kdy a kde?

- vždy ve středu od 16:30 do 18:00 hod.
- Nerudova 53a, 370 04 České Budějovice

Co je cílem?

Cílem naší poradenské skupiny je dlouhodobá změna životních návyků, které jsou součástí léčby onemocnění srdce a cév. Tento kurz poskytne návod, jak docílit změny životního stylu. Témata, kterých se v kurzu budeme dotýkat, jsou: nadváha a obezita, pohybové aktivity, stresové situace a jejich zvládnání, kouření cigaret – to vše v kontextu léčby onemocnění srdce a cév.

Pro koho je kurz vhodný?

Lidé, kteří se léčí s vysokým krevním tlakem, po infarktu myokardu, s anginou pectoris atd.

Těšíme se na setkání s Vámi

Koordinátorka projektu: Mgr. Lenka Šedová, Ph.D.

*Zájemci se mohou hlásit do konce září na tel. +420 606 050 597
nebo na e-mail: lsedova@zsf.jcu.cz*