



HJERTETUR MED NATUROPLEVELSER



TORSDAG 12. MAJ KL. 18.30 TIL 21.00

inviterer naturvejleder Bo Storm

Hjerteforeningen Frederikshavn og sygeplejersker fra
hjerteafdelingen på Sygehus Vendsyssel, Hjørring
på en frisk gåtur i Vandværksskoven.
Kom og vær med, alle er velkommen

I samarbejde med Hjerteforeningen i Frederikshavn
skal vi på tur i Vandværksskoven.

Vi skal bruge vores hjerter og lære, at det ikke er
farligt at motionere, selv om man har
en hjertesygdom.

Mange med problemer med hjertet er nervøse for at
gå i naturen alene, og hvorfor det ikke er farligt og
spørgsmål om hjerteflimmer og meget andet,
skal vi høre om på denne tur.

Samtidig skal vi høre om denne vidunderlige skov,
og hvilke historier der gemmer sig her.

TURLEDER BO STORM:

Vi mødes til en samlet start på
Vandværksskovens P-plads ved Cloostårnet kl. 18.30

Arrangementet er for alle.
Hjerteforeningen i Frederikshavn er vært
ved frugt og vand efter turen.

FREDERIKSHAVN KOMMUNE



HJERTEFORENINGEN FREDERIKSHAVN



HJERTEFORENINGEN

PÅ RETTE STED

www.hjerteforeningen.dk