

Hjertelinjen – telefonisk rådgivning

Hjertelinjen er Hjerteforeningens rådgivningstilbud. Er du hjertepatient eller pårørende til en hjertepatient, så er hjertelinjen et tilbud til dig.

Man skal ikke være medlem af hjerteforeningen for at få rådgivning, og det er gratis at få rådgivning på hjertelinjen.

Ring til Hjertelinjen på 7025 0000 alle hverdage 9-16

Har du brug for flere informationer, så kontakt os.

Hjerteforeningen Stevns

Preben Hansen

Tlf.: 5628 6837

Mail: hyl25@elvercom.dk

Stevns Frivillighedscenter

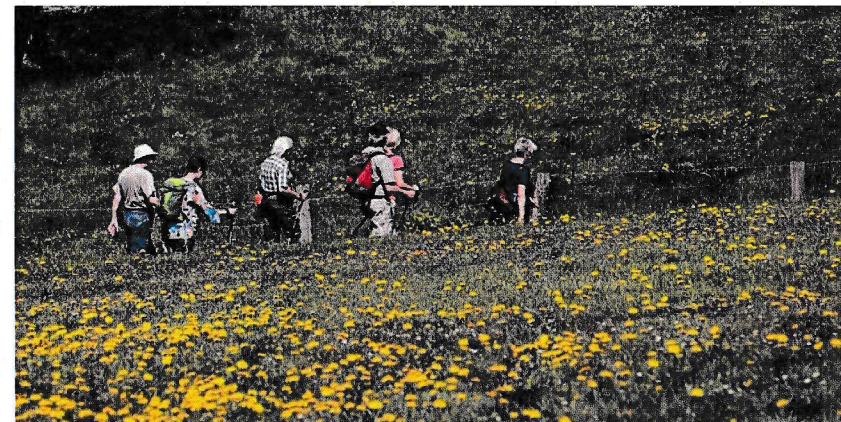
Daglig leder Lena Bach

Tlf.: 6113 1274

Mail: kontakt@stevnsfrivillighedscenter.dk



Samarbejde mellem Hjerteforeningen & Stevns Frivillighedscenter



Overblik over lettere motionsformer



Gå-grupper



Gang/Stavgang

Dag: Lørdage

Sted: Gjorslev Bøgeskov

Kontakt: Kirsten Tlf.: 2037 3070

HG TRIM

Dag: Tirsdage (sommer)

Sted: P-pladsen Salbyvej

Kontakt: dora_bruun@hotmail.com

Gå-ture i Hårlev

Dag: Søndage

Sted: Pladsen v/ SFC kl. 10.50

Kontakt: Pia B. Lyngge — Tlf.: 4036 2223

Forening: Mænds mødesteder Stevns

Dag: Mandage

Tid: kl. 10.00

Mødested: P-pladsen v/ Prambroen i Strøby Egede Mødested: Se FB & hjemmeside

Forening: Mænds mødesteder

Dag: Onsdage

Tid: kl. 10.00

Forening: Boblberg

Der kan du selv oprette gå gruppe, eller måske er der allerede én.

Andre træningsmuligheder

- Ældresagen St. Heddinge , træning for pensionister
kontakt Karsten Tlf.: 4244 3355
- STG — Vallø Fitness — www.stgvallo.dk/motionscenter
- AIK Fitness — www.aikfitness.dk
- Sydstevns fitness & motion — www.sydstevns.dk
- Roklubben Stevns Fitness—www.roklubbenstevns.dk
- Acaciebo Stolegymnastik—kontakt Connie Tlf.: 4161 4555
- Ældresagen Vallø, motion for pensionister, kontakt
Hanne tlf.: 2179 2078

