

## PROGRAMM

2009

**Di., 10. März 2009**

18.00 Uhr, HKZ, Rodenberg-Klinik 4.OG  
*Kraftquellen mit Entspannungsübungen*  
Leitende Psychologin Susanne Boettcher

**So., 19. April 2009**

12.30 Uhr, Treffpunkt Lomo Bad Hersfeld  
*Besuch im begehbaren Herzen in Fulda*

**Mo., 4. Mai 2009**

18.00 Uhr, HKZ, Institut für Klinische Forschung  
*Pflanzliche Alternative bei Prävention und Herzleiden*  
Dr. Jost H. Weber, Bad Hersfeld

**Sa., 16. Mai 2009**

10.00 - 15.00 Uhr, HKZ – *Erster-Hilfe-Kurs*, Bernd Lukacs

**Mo., 2. Juni 2009**

18.00 Uhr, HKZ, Institut für Klinische Forschung  
*Informations- und Erfahrungsaustausch*

**Sa., 18. Juli 2009**

15.00 Uhr, Schützenhaus Rotenburg  
*Sommergrillfete*

**Mo., 7. September 2009**

18.00 Uhr, HKZ, Rodenberg-Klinik 4.OG  
*Schwerbehinderung*, Sebastian Bönisch, Sozialdienst im HKZ

**Di., 8. September 2009**

18.00 Uhr, HKZ, Rodenberg-Klinik 4.OG  
*Selbstbestimmt, gesund und fit bis ins Alter*  
Seniorenberatung Landkreis Hersfeld-Rotenburg

**Mo., 5. Oktober 2009**

18.00 Uhr, HKZ, Institut für Klinische Forschung  
*Informations- und Erfahrungsaustausch*

**Mo., 2. November 2009**

18.00 Uhr, HKZ, Institut für Klinische Forschung  
*Vorstellung der Ambulanz für Herzinsuffizienz*  
Dr. Klaus Edel, Chefarzt kardiologische Reha am HKZ

**Di., 10. November 2009**

18.00 Uhr, HKZ, Institut für Klinische Forschung  
*Leistungen aus der Pflegeversicherung*  
Tatjana Keilert, Sozialdienst in der Neurologie u. Orthopädie am HKZ

**Mo., 1. Dezember 2009**

18.00 Uhr, HKZ, Institut für Klinische Forschung  
*Jahresabschlussfeier*



TREFFEN  
AUSTAUSCH  
VORTRÄGE

# DEFI- SELBSTHILFE ROTENBURG



## IHRE ANSPRECHPARTNER ...



Anni Maier  
Am Kirchrain 7  
36251 Ludwigsau-Reilos  
Tel. 0 66 21 – 7 58 91



Hans Keller  
Schillerstr. 5  
36282 Hauneck  
Tel. 0 66 21 – 6 21 01

... und im HKZ:

Martina Allmeroth-Akien  
Sozialberatung  
Heinz-Meise-Str. 100  
36199 Rotenburg a. d. Fulda  
Tel. 0 66 23 – 88 - 5419  
Fax 0 66 23 – 88 - 54 21

sozialdienst@hkz-rotenburg.de, [www.hkz-rotenburg.de](http://www.hkz-rotenburg.de)



DAS HERZ  
IST DER  DER WELT  
UND DES LEBENS

NOVALIS (1772-1801)

# DEFI-SELBSTHILFE ROTENBURG

Seit Mai 2008 treffen sich im Herz- und Kreislaufzentrum Rotenburg a. d. Fulda einmal im Monat Menschen, die alle eines gemeinsam haben: Sie leben mit ihrem kleinen **Notarzt in der Brust**, andere bezeichnen ihren Defibrillator als Schutzengel, Lebensretter. Oder aber sie sind Angehörige/r von einem Menschen, der sich in dieser Situation befindet.

Vorausgegangen sind meist erschreckende Ereignisse, starke Herzrhythmusstörungen, Vorhofflimmern, vielleicht gar Herzstillstand und Reanimation. Diese Tatsachen haben das Leben dieser Menschen verändert, innerhalb von Sekunden.

Und da diese Veränderungen erst einmal begriffen, verdaut und die neuen Verhaltensmuster erlernt und in den Alltag integriert werden sollen, ist es sehr hilfreich, sich mit Betroffenen und deren Angehörigen auszutauschen, immer wieder das Gespräch zu suchen. Außerdem entsteht so ein Forum, das es ermöglicht, Experten zum Thema einzuladen, die einem helfen, selbst Experte seiner eigenen Krankheit zu werden.

## WIR MÖCHTEN ...

- Erfahrungen austauschen
- Fachvorträge besuchen
- Aber nicht nur über Krankheiten reden, sondern auch miteinander fröhlich sein.

## WIR BIETEN AN ...

- regelmäßige Treffen
- Fachvorträge
- Informationsveranstaltungen
- Seminare
- aber auch gesellige Abende



*Treffen im Herz- und Kreislaufzentrum im November 2008 hier im Raum der Medizinischen Trainingstherapie im neu eingerichteten Therapiezentrum HKZ Aktiv.*

Neben den gesetzlichen Krankenkassen fördert uns auch das Herz- und Kreislaufzentrum.

## WIR HABEN PRINZIPIEN ...

- Alle Mitglieder sind gleich.
- Jeder bestimmt über sich selbst.
- Die Gruppe entscheidet selbstverantwortlich.
- Was in der Gruppe besprochen wird, dringt nicht nach außen.

## WIR TREFFEN UNS ...

... regelmäßig **jeden ersten Montag im Monat** im Herz- und Kreislaufzentrum, **18.00 Uhr** im Institut für Klinische Forschung, Untergeschoss des Neurologie-Gebäudes

Herz- und Kreislaufzentrum Rotenburg a. d. Fulda  
Hein-Meise-Straße 100  
36199 Rotenburg a. d. Fulda

## KURZ UND KNAPP ...

**Sie und Ihre Angehörigen haben Fragen vor oder nach der Implantation?**

**Rufen Sie uns an!**

**Besuchen Sie uns!**

**Sprechen Sie mit uns!**

**Machen Sie mit!**

**Wir freuen uns auf Sie!**

**Keine Mitgliedschaft!**

**Keine Beiträge!**

**Wann dürfen wir Sie in unserer Gruppe begrüßen?**