

❤️ Rehabilitering Hjärt- och kärlhälsa

När hjärtat har sagt ifrån behövs rätt förutsättningar för att komma tillbaka. Men ibland finns också möjlighet att agera innan sjukdom uppstår.

Under tre veckor i Rehabilitering Hjärt- och kärlhälsa får du stöd att återhämta dig efter hjärt-kärlsjukdom eller minska riskfaktorer som kan påverka din framtida hälsa. Genom individanpassad träning, livsstils-förändringar och ökad förståelse för hur levnadsvanor påverkar kroppen stärker du både din fysiska kapacitet och tilltron till den egna förmågan.

Programmet leds av en hjärtläkare som finns på plats under två veckor och bidrar med medicinsk kompetens och trygghet genom hela vistelsen.

Målet är att stärka hjärtat, minska riskfaktorer och skapa förutsättningar för en hållbar hälsa genom träning och egna aktiva val.

Finns det något viktigare än din hälsa?

Kontakta oss så berättar vi gärna mer:
info@svenska-re.se / 08-20 55 10

SvenskaRe
LÅNGSIKTIGT HÅLLBAR REHABILITERING