

# CARDIAfit

Rehabilitation für Herz- und Diabetes-Patienten.



## Herzrehabilitation

Ambulante kardiale Rehabilitation  
Berner Oberland



## Kardiale Rehabilitation

Die ambulante kardiale Rehabilitation hilft Ihnen nach einer Herzoperation, einem Herzinfarkt oder bei Herzinsuffizienz physisch und psychisch wieder in Form zu kommen, Ihre Leistungsfähigkeit zu verbessern und Ihre Lebensfreude zurück zu gewinnen. Die Erfolgsfaktoren der Rehabilitation sind körperliche Aktivität, bewusste Ernährung sowie das Wissen über die Krankheit, die zu einer Lebensstil-Veränderung führen.

## Ein wirksames und anerkanntes Programm

Die Rehabilitation dauert 12 Wochen und findet dreimal wöchentlich am späteren Nachmittag statt. In einer Gruppe von maximal 10 Personen sowie in zwei Leistungsstufen absolvieren Sie ein abwechslungsreiches Programm mit Spiel, Gymnastik, Wassertraining, Wandern, Velofahren, Tennisspielen sowie Training an Kraft- und Ausdauergeräten. Die Trainingsorte sind das Bödelibad, das Victoria Jungfrau SPA, das Spital Interlaken sowie die schöne Umgebung auf dem Bördeli. Nebst dem Trainingsprogramm erhalten Sie eine

«Das Training hat mir geholfen, den Tritt in den Alltag wieder zu finden – zudem macht sportliche Betätigung an der frischen Luft grossen Spass!»



## Durch ein kompetentes Team betreut

Einführung in Entspannung, Ernährungsberatung, Informationen über Ihre Krankheit und was Sie für Ihre Gesundheit tun können sowie Informationen zum Themenkreis Leib und Seele. Untersuchungen belegen, dass Patienten nach einer kardialen Rehabilitation eine bessere Prognose haben. Unser Programm entspricht den Richtlinien der Schweizerischen Arbeitsgruppe für kardiale Rehabilitation und ist von dieser anerkannt.

Sie werden von einem kompetenten Team bestehend aus Herzspezialisten, erfahrenen Ärzten, diplomierten HerztherapeutInnen, PhysiotherapeutInnen, Sportlehrern, ErnährungsberaterInnen und PsychotherapeutInnen betreut.

Gerne geben wir Ihnen weitere Informationen zu unserem Programm. Eine Vorbesprechung ist bei uns problemlos möglich.





## Kosten

Die Kosten werden durch die Krankenkassen mit dem üblichen Selbstbehalt bei ambulanten Leistungen übernommen.

## Kontakt

cardiafit  
Kardiologie Interlaken  
Spital Interlaken  
3800 Unterseen  
Tel. 033 826 27 71  
E-Mail sekretariat@cardiafit.ch

Weitere Angaben finden Sie auch auf unserer Homepage im Internet.  
[www.cardiafit.ch](http://www.cardiafit.ch)

