

13:40–14:15 Uhr

**Workshop 12 (Raum 3)**

**Agilando. Bewegung, Lebensfreude, Tanz und Mobilität (kein Tanzpartner notwendig)**

Corinna Sadowski, Tanzeria Leipzig

**Workshop 13 (Raum 1)**

**Der gesunde Kaffeeeklatsch: Wie Wildkräuter die Herzgesundheit verbessern können –**

**Ernährungstipps mit kleiner Verkostung**

Christiane Sendler, Köchin und Dipl.-Pädagogin, Leipzig

14:20–14:55 Uhr

**Workshop 14 (Raum 2)**

**Fit in den Frühling! Wie die richtige Ernährung**

**Herzrhythmusstörungen vorbeugen kann**

Kathrin Dorst, Ernährungsberaterin, Leipzig

**Workshop 15 (Raum 4)**

**Wirkung der Aromatherapie von der Nase**

**zum Herzen. Herstellung einer beruhigenden**

**Herzsalbe**

Anke Döring, Heilpraktikerin Leipzig

**Aktionen**

12:30–13:30 Uhr

**Teampower für ein starkes Herz!**

Ein Spezialistenteam steht Ihnen in dieser Zeit

in der Lounge für Fragen rund um das Thema

„Herz“ zur Verfügung

*Lounge Eingangsbereich –*

*keine Voranmeldung nötig!*

12:00–12:30 Uhr

**Treffen der Mitglieder „Gesundheit für Sie“**

**Wir stellen unsere Fortschritte vor**

(nur für eingeladene Teilnehmer)

Julia Fürstenhoff\*



Deutsche  
Herzstiftung

In Kooperation mit der  
Deutschen Herzstiftung  
[www.herzstiftung.de](http://www.herzstiftung.de)

**Unser Tipp:** Lesen Sie regelmäßige Experten-Tipps für Ihre Herzgesundheit im Newsletter der Deutschen Herzstiftung. Einfach anmelden unter: [www.herzstiftung.de/newsletter](http://www.herzstiftung.de/newsletter).

**Veranstaltungstag**

**Samstag, 30. März 2019**

**Einlass ab 09:00 Uhr, Beginn: 10:00 Uhr**

**Ende: ca. 15:15 Uhr**

**Veranstaltungsort**

Herzzentrum Leipzig

Strümpellstraße 39, 04289 Leipzig

Die Vorträge finden im Hörsaal statt (Zugang

über Helios Park-Klinikum Leipzig).

ÖPNV: Sie erreichen uns mit der Straßenbahnlinie 15 Haltestelle Probstheida (Busbahnhof). Von dort aus fahren Sie mit der Buslinie 76 bis zur letzten Station (Herzzentrum). Der Fußweg von der TRAM-Haltestelle bis zum Herzzentrum beträgt ca. 15 Minuten.

Pkw: Für Anreisende mit Pkw stehen Parkplätze an der Klinik zur Verfügung (kostenpflichtig).

**Anmeldung erforderlich**

Bitte melden Sie sich unter folgenden Link an:

[www.helios-gesundheit.de/leipzig-herzseminar](http://www.helios-gesundheit.de/leipzig-herzseminar)

oder telefonisch werktags von

11:00–12:00 und 14:00–15:00 Uhr

unter (0341) 865-252624

*Die Veranstaltung ist kostenfrei.*



HERZZENTRUM  
LEIPZIG

**Herzzentrum Leipzig**

Strümpellstraße 39

04289 Leipzig

Ansprechpartnerin: Julia Fürstenhoff

T (0341) 865-252624

(werktags von 11–12 und 14–15 Uhr),

F (0341) 864-1460

[rhythmio.herzzentrum@helios-gesundheit.de](mailto:rhythmio.herzzentrum@helios-gesundheit.de)

[www.helios-gesundheit.de/leipzig-herzseminar](http://www.helios-gesundheit.de/leipzig-herzseminar)

**IMPRESSUM**

Verleger: Herzzentrum Leipzig GmbH, Strümpellstraße 39, 04289 Leipzig

Druckerei: SAXOPRINT GmbH, Enderstraße 92c, 01277 Dresden

Herzseminar für Patienten, Angehörige und Interessierte

Vorträge, Workshops, Infostände, Beratung

**Taktvoll in den Frühling: Was Sie unbedingt wissen müssen über ...**

30. März 2019

10:00 bis ca. 15:15 Uhr

Herzzentrum Leipzig, Hörsaal



Helios

[www.helios-gesundheit.de](http://www.helios-gesundheit.de)

# Sehr geehrte Damen und Herren,

auch dieses Mal möchten mein Team und ich Sie zum 14. Herzseminar für Patienten am 30. März 2019 einladen!

Wie die letzten Male etabliert, haben Sie die Möglichkeit einen interessanten Vortrag oder einen der parallel laufenden spannenden Workshops zu besuchen, sodass Sie sich Ihr ganz individuelles Programm zusammenstellen können. Sie entscheiden, welche Vorträge Sie besuchen, an welchen Workshops Sie teilnehmen, wann Sie eine Pause einlegen und wann Sie sich an den vielen interessanten Informationsständen umsehen. Teilnehmer, die an mindestens drei Vorträgen und zwei Workshops teilgenommen haben, erhalten am Ende der Veranstaltung die Möglichkeit auf tolle Preise bei unserer Tombola. Erstmals informieren wir Sie zudem in unseren neuen Übersichtsvorträgen „Kurz und Knapp informiert“ über Themen, die sich Teilnehmer beim letzten Mal wünschten. Bereits im Vorfeld können Sie sich für das Herzseminar und die begehrten Workshops verbindlich anmelden und die limitierten Plätze sichern! Wir würden uns sehr freuen, Sie bei unserem Herzseminar begrüßen zu dürfen.

Mit freundlichen Grüßen

**Ihr Prof. Dr. Gerhard Hindricks und Team**

**Prof. Dr. Dietrich Andresen,  
Deutsche Herzstiftung**



## Vorträge im Hörsaal

**Vorsitz: Prof. Dr. Gerhard Hindricks,  
Priv.-Doz. Dr. Sergio Richter, Dr. Arash Arya**

10:00–10:40 Uhr

**... Herzensfreude und Herzschmerz: Wie Emotionen unsere Herzgesundheit beeinflussen und von uns beeinflussbar sind**

Anne-Katrin Dawidjan, Dipl.-Psychologin, Chemnitz

10:40–11:10 Uhr

**Neu: Kurz und knapp informiert in zehn Minuten über:**

**Grippeschutzimpfung: Vor- und Nachteile**  
Torsten Kämmer\*

**Plötzlich schneller Puls: Muss ich mir Sorgen machen?**  
Prof. Dr. Gerhard Hindricks\*

**Jeder Patient muss diese Alarmsignale kennen**  
Dr. Arash Arya\*

11:20–12:00 Uhr

**... Erste Hilfe Maßnahme im Notfall – wie wirklich jeder helfen kann**

Marco Böhmert\*

12:00–12:40 Uhr

**Teilnahme an Studien: Vorteil oder Nachteil für Sie?**  
Dr. Katharina Schöne\*

12:40–13:00 Uhr Pause

**Vorsitz: Prof. Dr. Gerhard Hindricks,  
Prof. Dr. Michael Borger, Dr. Sebastian Hilbert**

13:00–13:40 Uhr

**Wissenswertes aus Kardiologie und Herzchirurgie:  
... Neueste Therapiemöglichkeiten in der Kardiologie bei Herzklappenerkrankungen (Vortrag 1)**  
Priv.-Doz. Dr. Mohamed Abdel-Wahab\*

**... Neueste Therapiemöglichkeiten in der Chirurgie (Vortrag 2)**  
Prof. Michael A. Borger\*, MD PhD

13:40–14:20 Uhr

**Herzrhythmusstörungen: Welche Unterschiede gibt es zwischen Frau und Mann? Naturheilkundliche Aspekte und Behandlungsmöglichkeiten**  
Anke Döring, Heilpraktikerin, Leipzig

14:20–15:00 Uhr

**... Technische Fortschritte bei der Behandlung von Herzrhythmusstörungen**  
Dr. Sebastian Hilbert\*

15:00–15:15 Uhr

**Zusammenfassung, Verlosung und Abschiedsworte**

Bitte wählen Sie maximal zwei Workshops aus. Eine Anmeldung ist aufgrund der begrenzten Teilnehmerzahl unbedingt erforderlich.

## Workshops

10:40–11:15 Uhr

**Workshop 1 (Raum 2)**

**Reisen im In- und Ausland –**

**Was ist für herzkranken Patienten und deren Angehörige zu beachten?**

Dr. Frank Lindemann\*

**Workshop 2 (Raum 3)**

**BodyTalks: Bewegung für Herz und Seele**

Tina Schütze, Personal Coach und Autorin, Berlin

**Workshop 3 (Raum 1)**

**Sport trotz Herzerkrankung – was ist geeignet? (Übungen vor allem im Sitzen)**

Henriette Bruder-Wood, Fitnesstrainerin Leipzig

11:20–11:55 Uhr

**Workshop 4 (Raum 4)**

**Wirkung der Aromatherapie von der Nase zum Herzen. Herstellung einer beruhigenden Herzsalbe**

Anke Döring, Heilpraktikerin Leipzig

**Workshop 5 (Raum 1)**

**Sport trotz Herzerkrankung – was ist geeignet? (Übungen vor allem im Sitzen)**

Henriette Bruder-Wood, Fitnesstrainerin, Leipzig

**Workshop 6 (Raum 2)**

**Für Ihre Herzgesundheit: Wie Sie freudvolle Emotionen unterstützen und schmerzvolle Gedanken reduzieren**

Anne-Katrin Dawidjan, Personal Coach, Chemnitz

12:00–12:35 Uhr

**Workshop 7 (Raum 2)**

**Für Ihre Herzgesundheit: Wie Sie freudvolle Emotionen unterstützen und schmerzvolle Gedanken reduzieren**

Anne-Katrin Dawidjan, Personal Coach, Chemnitz

**Workshop 8 (Raum 3)**

**BodyTalks: Bewegung für Herz und Seele**

Tina Schütze, Personal Coach und Autorin, Berlin

13:00–13:35 Uhr

**Workshop 9 (Raum 3)**

**Agilando. Bewegung, Lebensfreude, Tanz und Mobilität (kein Tanzpartner notwendig)**

Corinna Sadowski, Tanzeria Leipzig

**Workshop 10 (Raum 1)**

**Der gesunde Kaffeeplätzchen: Wie Wildkräuter die Herzgesundheit verbessern können – Ernährungstipps mit kleiner Verkostung**

Christiane Sendler, Köchin und Dipl.-Pädagogin, Leipzig

**Workshop 11 (Raum 2)**

**Reisen im In- und Ausland – Was ist für herzkranken Patienten und deren Angehörige zu beachten?**

Dr. Frank Lindemann, Leipzig

\* Herzzentrum Leipzig