Hjärtats hus

- En mjuk plats att landa på. För dig som lever med långvarig hälsoutmaning, och för dig som är närstående.

Hjärtats hus erbjuder social gemenskap och hälsofrämjande aktiviteter som stärker din förmåga till ett gott liv, anpassat efter dina förutsättningar.
Träffa andra och dela erfarenheter, häng med på promenader eller delta i rörelseaktiviteter efter din dagsform. Lyssna till intressanta föreläsningar som tar upp allt från existentiella frågor till hur du kan känna dig tryggare och bli mer delaktig i mötet med vården.

Ta gärna med en vän, ingen anmälan behövs.

Våra mötesplatser är kostnadsfria. Fika till självkostnadspris.

För mer information om träffar och aktiviteter, besök **hjartats hus.se** eller scanna QR-koden för att komma till hemsidan.

För att hitta till oss, öppettider och kalender se:
www.hjartatshus.se
E-post: hjartatshus@rjl.se
Vi finns också på Facebook och Instagram

Hjärtats hus i Jönköping

Ryhovs herrgård hus M9

Varje onsdag 14.00–17.00

Hjärtats hus i Värnamo

Gränsgatan 13 Träffpunkt Höjden

Varannan onsdag 14.00–17.00

Hjärtats hus verksamhet i Eksjö i samarbete med Hälsocenter.

Promenadgrupp varje tisdag

Samling Södra Kyrkogatan 7 klockan 14.00. Kaffe och frukt.

Föreläsning 1gg/månad.

NÄR SJUKDOM FÖRÄNDRAR LIVET
HJÄRTATS HUS
GIVANDE MÖTESPLATSER