



E-Mail Newsletter

8. NOVEMBER 2018

AUSGABE 11 / 2018

Ambulante Herzsportgruppe Sigmaringen e.V.

Am Riedbaum 23
72488 Sigmaringen

Telefon
07571 – 5 25 00

Fax
07571 – 6 36 44

E-Mail
info@herzsport-sig.de

Internet:
<http://www.herzsport-sig.de>

Vereinsregister
VR 710551, AG Ulm

Bankverbindung
Volksbank Bad Saulgau
IBAN: DE88650930200042600006
BIC: GENODES1SLG

Unsere Gläubiger-Id:
DE67HSG00000141256



Impressum
Ambulante Herzsportgruppe
Sigmaringen e.V.
K.H. Behrendt, 1. Vorsitzender
Am Riedbaum 23
D-72488 Sigmaringen
Telefon: 07571/5 25 00
Fax: 07571/6 36 44
Zentrales Vereinsregister Ulm,
VR 710551

Web: www.herzsport-sig.de
Falls Sie den Newsletter abbestellen möchten, schreiben Sie uns eine Mail an info@herzsport-sig.de

Nächste Termine „Herzsport-Wandergruppe“

Wie bekannt findet immer am 1. Montag jeden Monats, der kein Feiertag ist, unsere „Herzsport-Wandergruppe“ statt. Hierzu sind auch Angehörige unserer Mitglieder eingeladen.

Die nächste Wanderung findet am Montag, 3. Dezember 2018 statt.

Treffpunkt: 14:00 Uhr Bahnhof Hanfertal in Sigmaringen.

Wanderung auf ebener Strecke in Richtung Hornstein/Bingen. Die anschließende Einkehr findet im Cafe Classic in den Fideliswiesen statt.

Festes Schuhwerk wird dringend empfohlen, da bei jeder Witterung gegangen wird. Schon heute viel Spaß!

Hermann Dreher

Herz, Herz ,
bleib fit !

Aktuelles:

Wir begrüßen unser neues Mitglied Dieter und wünschen viel Spaß und Erfolg!

Grippeimpfung – Ja oder Nein?



Bei einer Herzkrankheit kann eine Grippe besonders schwerwiegende Folgen haben. Um sich vor einer Ansteckung zu schützen, kommt dabei neben der Grippeimpfung z. B. auch regelmäßiges Händewaschen und Abstand halten zu infizierten Personen in Frage, was im Alltag allerdings nicht immer ganz einfach zu realisieren ist. Bezüglich einer Impfung empfiehlt sich ein Gespräch mit Ihrem behandelnden Arzt. Auch das noch so schöne Begrüßungsritual mit Händeschütteln sollte in dieser Jahreszeit eher

vermieden werden. „WINKEN“ ist angesagt!

Auf jeden Fall wünschen wir allen, dass sie gut und ohne größere Beschwerden durch die nun beginnende kalte Jahreszeit kommen.

Übrigens ...

Unsere Internetseite <http://www.herzsport-sig.de> enthält auch den aktuellen Dienstplan.

Auch dieses Jahr suchen wir wieder die fleißigsten Sportteilnehmer für unsere „Rekordhandtücher“. Noch sind **einige** Termine möglich...

Terminvormerkungen und Sonstiges:

Jahresabschluss am 14. Dezember 2018 – Einladung kommt demnächst...

Wanderabschluss am 27. Dezember 2018

Neujahrs-Kegele am 7. Januar 2019

Empfehlung: Bei <http://www.herzstiftung.de> kann kostenfrei ein Newsletter abonniert werden, der laufend aktuelle Themen zu Herz-Kreislauf-Erkrankungen behandelt!

Änderungen im Versichertenverhältnis bzw. bei den Versicherten-Ausweisen bitte immer unbedingt zügig mitteilen! Ebenso natürlich Änderungen bei Adressen, Telefon-Anschlüssen und Ähnlichem.