

# Uitnodiging

## 11e Informatiebijeenkomst 'Het HART van 't Benoordenhout'

*Hart- en vaatziekten: voorkomen, herkennen, leven met...*

Woensdag 4 oktober 2017 | Inloop om 13.30 uur  
Start van het programma om 14.00 uur | Einde om 16.30 uur

### Programma

Veel mensen lopen ongemerkt risico op hart- en vaatziekten. Leefstijl, zoals roken, voeding, bewegen, stress, maar ook erfelijkheid zijn hierop mede van invloed. Tevens kunnen aanverwante ziekten en aandoeningen zoals diabetes, hoge bloeddruk en cholesterol een verhoogd risico vormen.

De leeftijd waarop men hiermee geconfronteerd wordt, schuift naar beneden op. Vandaar dat deze bijeenkomst boeiend is voor een breed publiek uit de wijk.

**Dr. Paul R.M. van Dijkman**, cardioloog, werkzaam o.a. in **HMC Bronovo**, zal u informeren over diverse vormen van hart- en vaatziekten: voorkomen, herkennen en hoe te handelen bij eerste signalen. Onderzoeker **Nienke ter Hoeve**, werkzaam bij **Capri hartrevalidatie**, zal vervolgens een presentatie geven over haar onderzoek 'zitten is het nieuwe roken' en het belang van bewegen voor de gezondheid.

Een ervaringsdeskundige zal vertellen over het leven met een hart- en/of vaatziekte en de periode na de diagnose.

### Informeren en ontmoeten

Na het interview bent u welkom op de informatiemarkt waar alle samenwerkende zorg- en welzijnspartners aanwezig zijn met informatie en tips. Speciaal voor deze bijeenkomst is een diëtist aanwezig met informatie over goede voeding en leefstijl. Daarnaast kan Capri hartrevalidatie u meer vertellen over hun revalidatiecentrum en hoe zij patiënten begeleiden bij het leven met een hart- of vaatziekte (onzekerheid, acceptatie, leefstijl, revalidatie). Ook zal de Hart- en vaatgroep, patiënten belangenvereniging aanwezig zijn met informatie. Tijdens de middag is er voldoende gelegenheid om met elkaar van gedachten te wisselen en er wordt gezorgd voor koffie/thee en wat lekkers.

### Mogelijkheid tot het aanleveren van vragen

Om u tijdens deze middag te voorzien van de juiste informatie, is het mogelijk van te voren specifieke vragen aan te leveren.

U kunt uw suggesties mailen aan [info@evitazorg.nl](mailto:info@evitazorg.nl) ovv informatiebijeenkomst of doorgeven via tel. 070-3141600. Graag ontvangen wij dit voor 4 oktober a.s..

### Locatie

Het VCL, Oostduinlaan 50, Benoordenhout (het voormalig Aloysius College).

### Aanmelden

Voor vragen en aanmelding kunt u terecht bij Engeline Moningka tel. 070-3141600. Of mailen naar [info@evitazorg.nl](mailto:info@evitazorg.nl) ovv informatiebijeenkomst. Aan deelname zijn geen kosten verbonden. Mocht het vervoer naar het VCL een belemmering voor u zijn, neem dan contact met ons op. Wij denken graag met u mee.

