

Hart & Vaatcafé

Het Hart & Vaatcafé is een informele bijeenkomst en ontmoetingsplek voor mensen met hart- en vaataandoeningen en hun naasten. De bijeenkomsten vinden plaats in het Jeroen Bosch Ziekenhuis, met steeds wisselende onderwerpen.

Het Hart & Vaatcafé is in de uitloop van het Auditorium in het Jeroen Bosch Ziekenhuis. Vanaf 18.45 uur ontvangen we u met koffie en thee. De bijeenkomst zelf start om 19.00 uur en duurt tot 20.30 uur. Aanmelden is verplicht.

Bijeenkomsten Hart & Vaatcafé

Koken naar hartenlust op maandag 8 juni 2026



Hoe ziet de bijeenkomst eruit?

Gezond eten is goed voor uw hart. Het verlaagt uw bloeddruk en cholesterol, u blijft makkelijker op gewicht en het verkleint de kans op hart- en vaatziekten.

Diëtiste Jacqueline Leenen gaat hierover met u in gesprek en geeft praktische tips om bewuste en gezonde voedingskeuzes te maken. Daarnaast krijgt u de gelegenheid om gezonde voeding te proeven.

Aanmelden

Aanmelden voor het Hart & Vaatcafé is verplicht en kan voor deze bijeenkomst tot 8 juni 2026. U mag 1 persoon meenemen. Er is plaats voor 55 mensen.

Aanmelden (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/cardiolegie/hart-vaatcafe/aanmelden-hart-vaatcafe-8-juni-2026>)

Sporten en bewegen met een hartaandoening op dinsdag 8 september 2026



Hoe ziet de bijeenkomst eruit?

Sporten en bewegen is goed voor mensen met een hartaandoening. Het verbetert namelijk de medische, fysieke en mentale fitheid.

Wilt u weten hoe dit zit en wat u zelf kan doen? Sportarts Arjan Kokshoorn gaat hierover met u in gesprek en hoopt duidelijkheid te geven over de manier waarop u sportief in het leven kunt blijven staan ondanks een hartaandoening.

Aanmelden

Aanmelden voor het Hart & Vaatcafé is verplicht en kan voor deze bijeenkomst tot 8 september 2026. U mag 1 persoon meenemen. Er is plaats voor 55 mensen.

Aanmelden (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/cardiolegie/hart-vaatcafe/aanmelden-hart-vaatcafe-8-september-2026>)

Wanneer trek je aan de bel? op woensdag 2 december 2026

Hoe ziet de bijeenkomst eruit?

Misschien herkent u het: als hartpatiënt probeert u zo veel mogelijk zelf te blijven doen. Of u zorgt voor iemand met een hartaandoening en blijft maar doorgaan. Maar wanneer wordt het eigenlijk te veel? En wanneer is het tijd om hulp te vragen?

Tijdens deze bijeenkomst staan we stil bij deze vragen. Samen met Akkie de Rouw van Farent gaan we in gesprek over het vinden van een goede balans. We besteden aandacht aan het herkennen van signalen dat het teveel wordt. Ook bespreken we wanneer het verstandig is om hulp in te schakelen. Dat kan zijn voor uzelf, als hartpatiënt of als mantelzorger.

Aanmelden

Aanmelden voor het Hart & Vaatcafé is verplicht en kan voor deze bijeenkomst tot 2 december 2026. U mag 1 persoon meenemen. Er is plaats voor 55 mensen.

Aanmelden (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/cardiologie/hart-vaatcafe/aanmelden-hart-vaatcafe-2-december-2026>)

Code CAR-840