

# Stressreductietraining hartrevalidatie

Speciaal voor mensen die een hartinfarct hebben gehad, bieden we stressreductietrainingen aan.

Deze zijn mede ontwikkeld door de Hartstichting en zijn onderdeel van het multidisciplinaire hartrevalidatieprotocol. In het Jeroen Bosch Ziekenhuis bieden we twee verschillende training aan: 'Vaardig door Ontspanning' en 'Denken Durven Doen'.

Voor de training 'Vaardig door Ontspanning' zijn geluidsopnames gemaakt die patiënten de (noodzakelijke) gelegenheid bieden om in de thuissituatie de benodigde vaardigheden te trainen.

Bij de start van de training in 2018 heeft de Stichting Vrienden een aantal USB-sticks bekostigd om dit thuis oefenen mogelijk te maken.



Code VRIEND-089