



Hartrevalidatie

Uitnodiging PEP

Cardiologie

Locatie Hoorn/Enkhuizen

Hartrevalidatie, uitnodiging PEP module

U neemt deel aan het hartrevalidatieprogramma. Een onderdeel hiervan is de PEP module.

De **Psycho- Educatieve Preventie** module is gericht op het herstel van uw emotionele evenwicht en het op een goede manier omgaan met de hartziekte.

U kunt meedoen aan de PEP module wanneer u moeite ondervindt bij het oppakken van uw leven na de ziekenhuisopname of bij het aanleren van een gezondere leefwijze.

In de PEP module ligt de nadruk op:

- Een goede manier omgaan met de hartziekte.
- Herwinnen van emotioneel evenwicht.
- Hanteren van stress.
- Stoppen met roken, afvallen of andere gedragsveranderingen.

Als u besluit gebruik te maken van de PEP module begeleiding, dan geeft de coördinator dit door aan de psycholoog, die op zijn beurt, contact met u op zal nemen via de e-mail of telefoon. Hij zal dan een afspraak maken voor een kennismakingsgesprek.

- De Individuele begeleiding door een psycholoog, bestaat uit een kennismakingsgesprek en 4 vervolg sessies.
- De individuele begeleiding is bedoeld voor u als patient. Wel kan de partner meekomen naar het kennismakingsgesprek als hier behoefte aan is.

De GZ-psycholoog heeft zijn praktijk in Blokker. De praktijk is met de auto goed bereikbaar en er is een bushalte in de nabijheid.

De PEP module is een onderdeel van de hartrevalidatie en wordt meestal vergoed door uw zorgverzekeraar. Denk aan eventuele eigen risico, bijdragen, of uitsluitingen die u heeft. Dit is afhankelijk van uw polisvoorwaarden. Voor informatie hierover kunt u terecht bij uw zorgverzekeraar.

Contact

Heeft u nog vragen, neem dan gerust contact met ons op. Wij zijn bereikbaar op telefoonnummer **0229208055**, of via e-mail **hartrevalidatie@westfriesgasthuis.nl**

De psycholoog kunt u bereiken op telefoonnummer **0229505821**, of e-mailadres **remvooradvies@gmail.com**

Locatie Enkhuizen

Molenweg 9b
1601 SR Enkhuizen
T. 0228 312 345

Locatie Hoorn

Maelsonstraat 3
1624 NP Hoorn
T. 0229 257 257

Locatie Purmerend

Waterlandlaan 250
1441 RN Purmerend
T. 0299 457 457

Locatie Volendam

Heideweg 1b
1132 DA Volendam
T. 0299 457 001

Postbus 600, 1620 AR Hoorn

www.dijklander.nl
info@dijklander.nl



FLD-00205-NL 08-01-2019