

Open Brief

van het Gezondheidscentrum Schalkwijk

veertigste jaargang • nummer drie • 2015



jaar in de wijk

40



Briandlaan 11 - 13, 2037 XE Haarlem

Inleiding

In ons vorige nummer hebt u al kunnen lezen dat we met onze 40e jaargang bezig zijn! Dit is niet het enige jubileum; dit jaar bestaat ons gezondheidscentrum 40 jaar (wist u dat we het op een na oudste gezondheidscentrum van Nederland zijn?). Daarbij is het dit jaar 10 jaar geleden dat wij onze intrek namen in ons huidige gebouw. Al deze feestelijkheden willen we niet zomaar voorbij laten gaan. We willen dit graag samen met u vieren. Graag uw aandacht voor de uitnodiging voor ons ZORGFESTIVAL.

Ook staan we in dit nummer stil hoeveel 'huis-

terende oren' voor u klaarstaan, in de meest uiteenlopende situaties; voor ouderen met levensvragen, ouders in scheiding, (overbelaste) mantelzorgers, mensen met onbegrepen pijnklachten, bij slaapproblemen en bewegingsproblemen. Wellicht herkent u zich of een naaste hierin. U kunt lezen wie er voor u klaarstaat, mocht u ondersteuning willen hebben.

En we kunnen weer 2 nieuwe huisartsen in opleiding (AIOS) in ons centrum begroeten.

Ik wens u veel leesplezier!

MARIEKE VAN DEN BERK, apotheker



Voorankondiging Zorgfestival

ARIANNE BAAK, huisarts en
directeur zorg

Save the date!

Eind oktober organiseren de zorgverleners van Gezondheidscentrum Schalkwijk een zorgfestival.

**Gezondheidscentrum
Schalkwijk: 40 jaar in
de wijk! Samen sterk voor
een gezonde toekomst.**

U bent van harte welkom in ons centrum om onze medewerkers te ontmoeten en kennis te maken met het totale zorgzorgaanbod in het centrum; 40 jaar in de wijk is een feest waard!

Dus noteer alvast in uw agenda: zaterdag 31 oktober van 11.00 tot 15.00 uur.

Meer informatie over het programma kunt u krijgen in het Gezondheidscentrum vanaf half oktober.

Nieuw aanbod bij Kontext:

Ouderschap blijft! Oplos- singsgerichte bemiddeling voor gescheiden ouders

AROESJ HALICI, MWer Kontext,
Welzijn en Maatschappelijke
Dienstverlening

Voor kinderen is een scheiding van hun ouders altijd ingrijpend. Vooral als deze niet harmonieus verloopt en er conflicten zijn; over de opvoedstijl, over het co-ouderschap, over de opvoedtaken, enzovoorts. Speciaal voor ouders bij wie dit speelt, heeft Kontext een nieuw aanbod, te weten 'Ouderschap blijft'.

'Ouderschap blijft' bestaat uit vijf bemiddelingsgesprekken. Het doel is dat de ouders afspraken maken, gericht op een goede opvoeding en gezonde ontwikkeling van de kinderen.

Bemiddelingsgesprekken kunnen u helpen om een streep te zetten onder de strijd met elkaar. En om te kijken hoe u gezamenlijk invulling kunt geven aan het ouderschap. Want ouderschap blijft!

Als u vragen heeft, kunt u tussen 9.00- 11.00 bellen met Kontext bureau Schalkwijk Tel. 023-5339983

Cleo

MARTIN VAN DEN OEVER,
Kontext maatschappelijke
dienstverlening

Sinds 2014 is het 'Centrum voor Levensvragen en Ouder worden' (CLEO) verbonden aan Kontext maatschappelijke dienstverlening. Ouderen die hun levensverhaal kwijt willen, kunnen gekoppeld worden aan vrijwilligers met een luisterend oor. Voorbeelden van gespreksonderwerpen zijn: eenzaamheid,



de kleiner wordende familie -en kennissenkring, zingevingsvraagstukken, accepteren van de ouderdom, doe ik er nog wel toe en kan ik nog iets voor anderen betekenen.

Inmiddels zijn er 24 goed opgeleide vrijwilligers beschikbaar, die gekoppeld kunnen worden aan een oudere. Als u een oudere kent die behoefte heeft aan een luisterend oor, dan kunt u deze mensen naar Kontext doorverwijzen.

Als u zelf een oudere bent die behoefte heeft aan een goed gesprek, dan kunt u zich natuurlijk ook aanmelden. Er wordt dan met mij een intake afgesproken en daarna vindt er een koppeling plaats met een vrijwilliger. Belangrijk om te weten is dat de vrijwilliger niet op de hulpverleningsstoel gaat zitten, maar echt een luisterend oor biedt. Er zijn geen kosten aan verbonden.

Inlichtingen of aanmeldingen kunt u doen bij Martin van den Oever, maatschappelijk werk Kontext, Telefoon 023-5339983

Zo helpt Tandem met 'Samen Zorgen'

PATTY DINGJAN

Tandem - Centrum voor mantelzorgondersteuning

Zorgen voor een zieke ouder, partner, kind of buurvrouw: voor velen is mantelzorg zijn de normaalste zaak van de wereld, iets dat met plezier en liefde wordt gedaan. Toch kan het ook veel van u vragen en dan is het goed om te weten dat u er niet alleen voor staat. Tandem is er speciaal voor mantelzorgers. De consultants van Tandem bieden op allerlei manieren ondersteuning aan mantelzorgers. Dit varieert van het geven van informatie en advies tot het uitzoeken van praktische zaken en regelingen, zoals bijvoorbeeld het PGB. Maar ook voor een luisterend oor kunt u bij Tandem terecht. De ondersteuning is altijd maatwerk.

Jonge mantelzorgers

Dat er ook veel jongeren mantelzorgers zijn wordt dikwijls vergeten. Eén op de tien jongeren krijgt thuis te maken

met de zorg voor een familie-lid: een ouder, broer of zus met een (chronische) ziekte, een handicap, psychische klachten of verslavingsproblemen.

Om hier aandacht voor te vragen en meer bewustzijn te creëren, geeft Tandem interactieve lessen over jonge mantelzorgers op basis- en voortgezet onderwijs. Ook is er een consulent die zich speciaal voor jongeren inzet.

Respijtzorg

Mede door alle veranderingen in de zorg neemt de druk op mantelzorgers toe. Een manier om te voorkomen dat de druk te hoog wordt, is respijt nemen. De term respijtzorg is relatief onbekend. Het betekent een (tijdelijke) overname van de zorg met als doel de mantelzorger een adem-pauze te geven, zodat deze niet overbelast raakt. Dit kan gaan om hulp thuis of juist buitenshuis, van een dagdeel tot langere opvang en van opvang op een vast moment in de week of maand tot incidenteel. Tandem is op dit moment druk bezig met het ontwikkelen van een website waarop al het respijtaanbod in de regio op een overzichtelijke manier te vinden is. Ook de financiering van de respijtzorg wordt hier overzichtelijk in beeld gebracht, zeker ook omdat daar vaak onduidelijkheid over bestaat. Iedereen kan dan de website gebruiken om te kijken wat het beste bij de eigen situatie past. Natuurlijk zijn er ook mensen die juist graag persoonlijk geholpen willen worden. Tandem heeft voor deze mensen een respijt-coach. Deze is op de hoogte van de laatste ontwikkelingen en kan wegwijs maken en indien gewenst helpen met het aanvragen van respijtzorg.

Huishoudelijke ondersteuning voor mantelzorgers

Extra hulp in de huishouding is een andere manier om de mantelzorger te ondersteunen. De gemeentes in de regio Zuid-Kennemerland hebben een regeling ingevoerd waarbij mantelzorgers tegen een aantrekkelijk tarief huishoudelijke ondersteuning kunnen aanvragen. Bij Tandem is precies bekend welke aanbieders aan deze regeling meedoen en aan welke voorwaarden de mantelzorgers moeten voldoen om in aanmerking te komen.

Heeft u vragen dan kunt u altijd contact opnemen via info@tandemmantelzorg.nl of 023-8910610.

Vijfde SOLK groep start na de zomer

ANNET DE JONG, psychosoma-tisch gespecialiseerd fysiotherapeut

NELLY VAN BERKEL, vaktherapeut psychomotorische therapie en lichaamsgerichte psychotherapie

In het voorjaar van 2014 zijn we gestart met de eerste cursus voor mensen met SOLK (Somatisch Onvoldoende verklaarde Lichamelijke Klachten). Ondertussen ronden we de 4e groep af en starten in september met de 5e groep. Deelnemers zijn vrouwen en mannen van alle nationaliteiten in onze wijk, variërend in leeftijd van 18 tot bijna 80 jaar. De groep bestaat uit maximaal 8 deelnemers en komt 8 keer achter elkaar bijeen met een terugkombijeenkomst na 3 maanden. Dit staat onder leiding van de psychomotorisch therapeut en praktijkondersteuner POH-GGZ samen met de psychosomatisch gespecialiseerde fysiotherapeut.

Alle deelnemers hebben van tevoren bij de POH-GGZ een persoonlijk doel geformuleerd wat ze willen bereiken ondanks hun klachten. Alle deelnemers zijn na afloop van de cursus duidelijk een stukje dichter bij hun doel gekomen. Doelen variëren van: 'Ik wil leren met pijn om te gaan zodat leven wel door kan gaan' en 'Ik wil weten wat ik wel en niet aan kan met betrekking tot werk' tot 'ik wil mezelf leren geruststellen zodat ik minder afhankelijk ben van anderen en minder paniekerig' of 'ik wil leren doseren, rustmomenten inlassen en minder alsmaar doorgaan'.

In de groep wordt veel uitleg gegeven over de samenhang tussen spanning, emoties, sensitiviteit en lichamelijke klachten en er wordt geoefend met Mindfulness, ontspannings- en ademhalingsoefeningen. Deelnemers ervaren de sfeer als eerlijk en openhartig naar elkaar. Ze leren beter te voelen en hun grenzen aan te geven. Deelnemers meldden na afloop; 'ik voel me eindelijk serieus genomen en dat ik niet alleen ben' en zijn blij met de groep waar ze steun aan hebben en herkenning krijgen. Ze meldden; 'ik denk dat veel mensen hier profijt van kunnen hebben'.

Mocht u zelf ook langdurige lichamelijke klachten hebben zoals voortdurend hoofdpijn, rugpijn, duizeligheid of vermoeidheid en is hiervoor na medisch onderzoek geen duidelijke verklaring te vinden, maak dan een afspraak bij uw huisarts om te kijken of deelname aan deze cursus zinvol is. Ook als u iemand in uw omgeving kent die hiermee kampt, aarzel niet om contact op te laten nemen met de huisarts!



Sta sterk! Vallen: een groot probleem

PAULA STAM, fysiotherapeut

Onder senioren is vallen een groot probleem. Eén derde van de 65-plussers valt minstens 1 keer per jaar. Soms met ernstige gevolgen waar men op oudere leeftijd vaak moeilijk van herstelt. Maar ook als iemand zich niet verwondt, kunnen de gevolgen groot zijn, bijvoorbeeld door de angst om te vallen.

Het risico om te vallen wordt vaak groter door vermindering van kracht en/of coördinatie. Dat is bij uitstek het specialisme van de fysiotherapeut.

De fysiotherapeuten van het Gezondheidscentrum Schalkwijk bieden een individueel oefenprogramma (OTAGO) dat thuis uitgevoerd wordt. Uit onderzoek blijkt dat er tot 40% minder valincidenten optreden bij mensen die dit oefenprogramma hebben gevolgd.

Oefenprogramma

Het OTAGO-oefenprogramma bestaat uit oefeningen voor de soepelheid, spierkracht en evenwicht. Het mooie is dat u deze oefeningen thuis kunt doen. De therapeut zal u de eerste weken thuis bezoeken om de oefeningen uit te leggen. Na de eerste weken kunt u zelf blijven oefenen en zal de therapeut elke maand bellen om na te vragen hoe het gaat. OTAGO is een thuis-oefenpro-

gramma met een aantal voordelen ten opzichte van andere programma's:

- Het wordt bij u thuis gegeven, zodat u in uw eigen omgeving kunt oefenen.
- Na enkele huisbezoeken zet de fysiotherapeut het contact nog een aantal maanden telefonisch voort.
- U krijgt een zeer duidelijke oefenmap met afbeeldingen en instructies. De oefeningen worden per keer op uw niveau en uw situatie toegespitst.

Vergoeding

De kosten voor de bezoeken van de fysiotherapeut bij u thuis worden vergoed vanuit uw aanvullende ziektekosten verzekering indien u die hebt afgesloten.

Als u meer informatie wilt of nu al weet dat het voor u wat kan betekenen, neem dan contact op met uw huisarts, praktijkondersteuner of fysiotherapeut.

Slaapcursus

ANNET DE JONG, fysiotherapeut

Sinds een aantal jaren bestaat de mogelijkheid om in het Gezondheidscentrum een cursus



te volgen om beter te leren slapen. Deze cursus wordt gegeven door de fysiotherapeut, gespecialiseerd in spanningsklachten, Annet de Jong. U leert hier hoofdzakelijk ontspanningsoefeningen, specifiek gericht op het in slaap vallen en het doorslapen. Ook krijgt u informatie en adviezen over allerlei zaken die met slapen te maken hebben. Sinds kort komt de praktijkondersteuner voor de GGZ, Helga Polderman, ook een paar keer iets hierover vertellen.

Mensen die aan deze cursus deelnamen, sliepen gemiddeld 1,5 uur langer dan vóór de cursus. Bovendien gaven de deelnemers aan dat ze na de cursus ook minder last hadden van het niet (goed) kunnen slapen. Van de mensen die slaapmiddelen gebruikten, had meer dan de helft van de deelnemers deze (bijna) niet meer nodig.

In september start er weer een nieuwe cursus. Dit zijn 6 bijeenkomsten eens in de twee weken, op de woensdagochtend van 11.30 tot 12.45 uur.

Als u belangstelling heeft, kunt u zich eerst bij uw huisarts melden. U heeft een verwijzing nodig voor fysiotherapie. Daarna komt u één keer bij de fysiotherapeut om te kijken of de cursus inderdaad geschikt voor u is en voor het invullen van 2 vragenlijsten.

Uw zorgverzekeraar vergoedt de cursus wanneer u aanvullend verzekerd bent voor fysiotherapie, anders kost de hele cursus € 80,-.

Sharon Hoek, nieuwe AIOS praktijk Baak

Graag wil ik me in deze "Open Brief" aan u voorstellen. Ik ben Sharon Hoek (30) en kom per 1 september mijn derde en laatste jaar van de huisartsopleiding in de praktijk volgen in de praktijk van huisartsen Baak en Sneek.



Mijn geneeskunde opleiding heb ik gevolgd aan de Vrije Universiteit in Amsterdam en afgerond in 2011. In de jaren voorafgaand aan de start van de huisartsopleiding heb ik, aangezien ik altijd al wist huisarts te willen worden, er bewust voor gekozen wat extra ervaring op te doen in het ziekenhuis. Gedurende een jaar ben ik arts-assistent geweest voor de interne specialismen in het BovenIJ ziekenhuis in Amsterdam. Daar heb ik afwisselend gewerkt op de afdelingen longziekten, cardiologie, MDL en interne geneeskunde. Tijdens de diensten was ik naast eerdergenoemde specialismen ook verantwoordelijk voor de neurologie, kindergeneeskunde en acute psychiatrie op de spoedeisende hulp. Het jaar daarop heb ik in hetzelfde ziekenhuis gewerkt voor de chirurgische specialismen op de afdeling chirurgie en orthope-

die. Tijdens de diensten was ik ook verantwoordelijk voor de urologie, gynaecologie, oogheelkunde, KNO en kaakchirurgie. Gedurende de zomer van 2013 ben ik vrijwilligerswerk gaan doen in een ziekenhuis in Malawi. Daarna heb ik nog een half jaar gewerkt in het Kennemer Gasthuis bij de klinische geriatrie. Na veel gezien en geleerd te hebben en nog meer zeker te zijn van het feit dat het huisartsen vak toch echt het leukst is, ben ik in 2014 begonnen aan de opleiding. De persoonlijke contacten, diversiteit: nooit wetend wat de dag je brengt en de overzichtsrol die je als huisarts hebt, maken het werk erg interessant. Ik kijk erg uit naar komend jaar. Ik hoop u goed van dienst te kunnen zijn en veel van u te kunnen leren.

Nieuwe AIOS bij de praktijk Wijs en Vuister

Mijn naam is Emma Smeets. Ik kom uit Leiden en heb mijn artsdiploma gehaald in Utrecht. Daarna heb ik als voorbereiding op de huisartsopleiding een jaar gewerkt op de afdeling chirurgie van het ziekenhuis in Den Bosch, gevolgd door een jaar Spoedeisende Hulp in Veldhoven. Vanaf september be-



gin ik aan de huisartsopleiding. Ik kom een jaar stage lopen in het GC Schalkwijk bij Dr. Vuister en Dr. Wijs. Ik kijk er naar uit om te beginnen in de praktijk. Tot ziens. Emma

Spoedscenario training in het gezondheidscentrum

MIRANDA, centrumassistent huisartsen

Naar aanleiding van een spoedgeval op de tweede etage, dat gelukkig goed is afgelopen, is het idee ontstaan om een spoedscenario-training te organiseren op de werkplek. Iedereen die hier destijds bij betrokken was, had het gevoel; doen wij het goed? Wat kunnen wij verbeteren? Is alles wat wij nodig hebben snel bereikbaar? Welk personeelslid doet wat?

Er was een spoedscenario training gepland voor huisartsen en centrumassistenten op twee middagen in mei. Deze training werd gegeven door docent - instructeur M. Schelvis van Edumediq.

Het was een enorm leerzame middag! Er zijn verschillende casussen behandeld, gespeeld en besproken door middel van rollenspelen. De huisarts werd gekoppeld aan een assistente en kreeg een situatie voorgelegd. Het was zeer leerzaam. Situaties waren: Hoe bel je het snelst de ambulance en met welke informatie? Waar ligt alles wat je nodig hebt? Welk personeelslid doet wat? Wat moet er aanwezig zijn in de shockbox en op welke manier kunnen wij deze box het beste indelen? En verder nog meer antwoorden op vragen om nog beter te functioneren en de beste hulp te kunnen bieden.

Ook de reanimatie en AED training is natuurlijk weer opgefrist voor al het personeel en niet alleen voor de BHV (bedrijfshulpverleners).

Wij hebben meerdere tips ontvangen van de docent /instructeur, waar een ieder van ons veel aan heeft gehad. Graag doen wij dit volgend jaar weer.

Gevraagd vrijwilligers voor het bezorgen van de Open Brief

Wijk 11 Kellogstraat e.o. ± 130 krantjes
Wilt u, 4x per jaar de Open Brief bezorgen of tellen?
Of wilt u reserve-bezorger zijn en invallen bij ziekte, vakantie e.d. van een vaste bezorger?

Neem dan contact op met:

Marja van den Broek, contactpersoon bezorging:

Tel.: 535.82.62

E-mail: marja.vandenbroek@planet.nl



De jaarlijkse griepvaccinatie vindt plaats in de week van 19 oktober en de week van 26 oktober. Mensen die in aanmerking komen krijgen thuis een uitnodiging toegestuurd.

8 – Open Brief, veertigste jaargang, nummer drie

GEZONDHEIDSCENTRUM SCHALKWIJK

Bezoekadres: Briandlaan 11 2037 XE Haarlem

Postadres: Postbus 4090, 2003 EB Haarlem

Website: www.gcschalkwijk.nl

DIRECTEUR (1e etage)

Theo Prudon, algemeen directeur a.i. T 536 35 77

Arienne Baak, directeur zorg

OFFICEMANAGER (1e etage)

Inge Paap en Angelique van der Moesel T533 6792

HUISARTSEN (2e etage)

Wouter van Kempen / Marieke van der Sluijs

(donderdagochtend en vrijdag) T 533 78 33

Martin Mensink / Ninetta d'Onofrio (do-ochtend)

T 545 20 27

Dolores Wijs & Sabine Vuister T 533 68 30

Donderdagmiddag geen spreekuur

Avondspreekuur dinsdag 17.00 - 18.00 uur

HUISARTSEN (3e etage)

Robert Hijnen/Margot Smit (vrijdag) T 533 03 84

Arienne Baak & Carla Sneek T 540 30 90

Maarten Hamming/Ninetta d'Onofrio (vrijdag)

T 533 35 36

Woensdagmiddag geen spreekuur

Avondspreekuur dinsdag 17.00 - 18.00 uur

SPOEDGEVALLEN avond, nacht en weekend

Avond en nacht tussen 17.00 en 08.00 uur én de

gehele zaterdag en zondag T (023) 545 32 00

De huisartsen doen dienst vanuit de spoedpost

SPOEDGEVALLEN overdag

Overdag ma tot en met vrij tussen 08.00 uur

en 17.00 uur. ALLEEN BIJ SPOEDGEVALLEN

OVERDAG, indien de telefoon van uw huisarts

bezet is T 533 32 22

TELEFONISCH SPREEKUR

Voor het telefonisch spreekuur huisartsen (voor korte vragen) kunt u een afspraak maken via de assistente tussen 08.00-17.00 uur. Uw huisarts belt u dan terug tussen 11.15 en 13.00 uur of een ander gewenst tijdstip.

AFSPRAKEN MAKEN, VISITES AANVRAGEN

Ma t/m vrij tussen 08.00-17.00 uur. Spreekuur volgens afspraak. Spoedgevallen kunnen natuurlijk altijd tussendoor!

RECEPTEN BESTELLEN

Herhaalrecepten bestellen kan 24 uur per dag!

Na 2 werkdagen ligt de bestelling klaar in uw apotheek. Hebt u een herhaalnummer op het etiket? Bel 088-0800174

Geen herhaalnummer? Bestel via de herhaallijn via uw huisarts. Bestellen kan ook via www.GCSchalkwijk.nl of brievenbus van apotheek.

SPREEKUR CENTRUMASSISTENTEN (2e en 3e etage)

Voor een afspraak kunt u bellen op ma t/m vrij

tussen 8.00-17.00 uur. O.a. voor **bloeddruk**

meten, bloedsuiker meten, oren uitspuiten,

hechtingen verwijderen, uitstrijkjes, urine-onderzoek, wrattenspreekuur

CENTRUMASSISTENTEN (2e, 3e en 4e etage)

Loes Dietz, Mandy Goudsblom, Lisette Harke,

Emmy van de Lagemaat, Rianne Lammertink,

Marion Rotteveel, Roza Schaefer, Annemieke

Schellenberg, Amina Tarrass, Eveline Valent,

Miranda Wassenaar.

PRAKTIJKVERPLEEGKUNDIGEN SOMATIEK (POH)(4e etage) T 536 79 78

Lidwien Heeremans, Renske Kloosterman,

Rianne Quik, Anneke Bloemert, Mieke Özcan.

Behandeling na afspraak. Telefonisch spreekuur

ma t/m do tussen 08.30-12.00 uur

VERPLEEGKUNDIG SPECIALIST

Annegreet Betlem. Voor een afspraak of

informatie kunt u bellen met uw eigen huisarts.

POH-GGZ (geestelijke gez.zorg) (BG)

Sebastiaan Bruinsma, Helga Polderman. Voor

een afspraak of informatie kunt u bellen met uw

eigen huisarts.

ARTS in OPLEIDING tot SPECIALIST (AIOS)

Regelmatig werkt er in de praktijk een AIOS. Dit

is een afgestudeerde arts, die zich specialiseert

tot huisarts. Op het moment werkzaam in de

praktijk Wijs&Vuister: Emma Smeets. In praktijk

Baak/Sneek: Iris Ketel. In praktijk Hamming: Awal

Hadi. In de praktijk van Kempen: Rosa Vogel

APOTHEEK (BG) T 533 76 04

Apothekers: Marieke van den Berk en Péter Pál Skolnik.

Apotheek Meerwijk is open ma t/m vrij van

08.00 - 18.00 uur. www.apotheekmeerwijk.nl en

vragen@apotheekmeerwijk.nl

Bij spoed buiten openingstijden: Dienstapothek

Midden-Kennemerland in het Rode Kruis Zieken-

huis, Vondellaan 131943 LE Beverwijk, T 0251

- 783 840

LABORATORIUM (BG)

ma t/m vrij tussen 08.00 -11.00 uur

FYSIOTHERAPEUTEN en OEFENTHERAPEUT

(4e etage) T 536 14 67

Sieb Makelaar, Paula Stam en Eline van der

Sluis, algemeen fysiotherapeuten. Annet de Jong,

psychosomatisch gespec. fysiotherapeut. Simone

Lanson, oefentherapeut Mensendieck.

Behandeling na afspraak, ma t/m vrij van

08.00 - 17.00 uur. Avondspreekuur dinsdag en

donderdag tot 21.00 uur.

KONTEXT, WELZIEN EN MAATSCHAPPELIJKE

DIENTVERLENING (5e etage). T 533 99 83

Voor Maatschappelijk Werk, Sociaal Raadslieden,

Ouderenadviseurs. Inloopspreekuur tussen

9.00-11.00 uur. Voor een afspraak of huisbezoek

tussen 9.00-11.00 uur.

SOCIAAL WIJKTEAM, T 543 09 90

ma t/m vrij 9.00-12.00 uur.

PSYCHOLOGEN (4e etage) T 06 - 516 876 08

Semra van Leeuwen, Nelly van Berkel, Gert

Haringsma. Spreekuur volgens afspraak.

DIËTISTEN (BG) T 540 92 66

Isabella Branderhorst, Judith van Barneveld en

Marleen Buijs. Ma t/m vrij bereikbaar van 08.00 -

17.00 uur. Spreekuur volgens afspraak.

PEDICURE (BG)

Nelleke Steenbakker 06-23788490, Sonja

Hakkenbrak 06-12476353, Monique van der

Weide 06-41356666. Behandeling na afspraak.

PODOTHERAPIE (BG) T 0900-2233442

Anita Mooren. Behandeling na afspraak.

VERLOSKUNDIGEN (BG) T 535 50 07

Verloskundigenpraktijk 'Aan het Spaarne'.

Spreekuur volgens afspraak.

LOGOPEDIE (5e etage) T 890 01 72

Mary de Boer en collegae. Behandeling na

afspraak.

HUIDTHERAPEUT T 700 97 88

Marlies Teeuwen. Ma t/m vrij van 09.00 tot 17.00

uur of info@hethuidburo.nl

REIZIGERSVACCINATIES

www.vaccinatiepunt.nl of T 0900-8222462.

THUISZORG Zorgbalans (6e etage) T891 89 18

Wijkteam Verpleging en Verzorging, alle dagen

24 uur per dag. Voor afspraak bij diabetes-

verpleegkundige Anneke Bloemert / Long-

verpleegkundige ma t/m vrij 8.00-17.00 uur.

KLACHTENCOMMISSIE

Bij een klacht over de dienstverlening, neemt u

dan contact op met het officemanagement T 533

67 92. Of kijk op onze website.

CONTACT met de redactie van de Open Brief per

brief: Postbus 4090, 2003 EB Haarlem

of per e-mail: openbrief@gcschalkwijk.nl

BANKREKENING Open Brief: Rabobank

38.44.81.558 t.n.v. Krant Gezondheidscentrum te

Haarlem.

REDACTIE

M. van den Berk, M. van den Broek, A. Friedhoff,

D. Friedhoff, W. van Kempen, R. Maas,

M. Mensink.

ILLUSTRATIES

Annelie Versteeg.

BEZORGING

Marja van den Broek T 535 82 62

e-mail: marja.vandenbroek@planet.nl en 44

vrijwilligers.