

# Open Brief

van het Gezondheidscentrum Schalkwijk

veertigste jaargang • nummer vier • 2015



jaar in de wijk

40



**Voorlichting stoppen met roken**

12 januari 2016 van 19.00 tot 20.00 uur

A.u.b. aanmelden op 023 - 5367978

**Briandlaan 11 - 13, 2037 XE Haarlem**

## Inleiding

Weer een bijzonder nummer in dit feestelijk jubileumjaar. Natuurlijk een stukje geschiedenis van het Gezondheidscentrum Schalkwijk. Op 31 oktober werd het 40 jarig bestaan feestelijk gevierd met een zogenaamd Zorgfestival. U leest er alles over. Dan over mijzelf. 40 jaar huisarts. Ga ik al stoppen? Nee, dus. Nog een jaar wil ik doorgaan. Intussen schrijf ik een afscheidsboekje, waar iedereen een bijdrage voor mag leveren! Deze Open Brief komt ook al 40 jaar uit! Marieke van den Berk snuffelde in oude archieven. Er komt een vestiging van besnijdeniscentrum Vatan in het Gezondheidscentrum. Vooral handig voor de moslimjongens en mannen

die besneden willen worden. Marieke van der Sluijs die in mijn praktijk werkt op donderdag en vrijdag zal deze maand een baby krijgen. Zij wordt inmiddels waargenomen door Iris Ketel, een oude bekende!

Marieke schreef ook een stukje over maagmiddelen. Veel mensen gebruiken maagmiddelen heel erg lang. Overweeg eens te stoppen. Het kan vaak! Van de logopedie is er goed nieuws over stotteren. Tenslotte nog een bericht dat maatschappelijk werk verhuisd is. En een verhaal, tevens uitnodiging over dineren in Schalkweide.

WOUTER VAN KEMPEN, huisarts

## Gezondheidscentrum Schalkwijk bestaat 40 jaar

*Een historisch overzicht van*

WOUTER VAN KEMPEN

Op 31 oktober werd gevierd dat het Gezondheidscentrum 40 jaar geleden werd opgericht. Het Gezondheidscentrum Schalkwijk werd in maart 1975 opgericht. In die tijd waren er nog maar enkele gezondheidscentra in Nederland. Er was toen al direct een samenwerkingsverband tussen 4 huisartsen, 1 psycholoog, 1 diëtiste, maatschappelijk werk en een fysiotherapeut. Het plan is ontstaan uit idealisme. Door dicht bij elkaar te zitten, was het veel beter mogelijk om te overleggen over moeilijke situaties en over ‘probleem patiënten’. Ook waren de artsen van mening dat het beter was om te praten met patiënten dan steeds maar pillen voor te schrijven, bijvoorbeeld bij stress of slaapstoornissen. De wijk Schalkwijk was nog jong, maar er waren veel problemen. Door de relatief lage huurprijzen kwamen er veel mensen wonen met een uitkering. Ook waren er veel ‘gebroken’ gezinnen na een echtscheiding. Later had de gemeente het beleid om de vele asielzoekers te huisvesten in de flats van Schalkwijk. Het Gezondheidscentrum voor-

zag duidelijk in een behoefte! Er werden aanvankelijk vier woningen naast elkaar gehuurd in de galerijflat aan de Jan van Zutphenstraat. Later werd dat steeds meer uitgebreid. Uiteindelijk waren er negen woningen gehuurd. Er ontstond steeds meer behoefte aan een eigen gebouw waar alle medewerkers een goede werkruimte zouden hebben. Na een lange zoektocht in heel Schalkwijk vonden we, heel verrassend, de mogelijkheid om te bouwen 50 meter verwijderd van de oude locatie! Woningbouwvereniging Elan Wonen was de eigenaar van de grond en financierde de nieuwbouw. In 2005 konden de deuren geopend worden van het nieuwe Gezondheidscentrum Schalkwijk aan de Briandlaan 11. Ook apotheek Meerwijk verhuisde mee. Zij zaten voorheen op de hoek van de Stresemannlaan. Tegenwoordig werken er tientallen mensen in dit gebouw. Er zijn ook vele disciplines bijgekomen, zoals de praktijkondersteuners, pedicures, podotherapeut, verloskundigen en er zijn nu ook veel meer huisartsen, vaak met een huisarts in opleiding en ook veel meer psychologen, fysiotherapeuten, diëtisten en assistentes. De Open Brief is al die jaren de krant, die 4 keer per jaar bij alle patiënten wordt bezorgd. Er zijn zo’n 40 bezorgers die allemaal

als vrijwilliger 4 keer per jaar een ‘wijkje lopen’. Ook dat is uniek aan het Gezondheidscentrum Schalkwijk.

2015: 40 jaar verder! Steeds meer wordt gekeken welke zorg de mensen in Schalkwijk nodig hebben. Daarbij zijn gezondheid en welzijn even belangrijk. Door zorgprogramma’s aan te bieden die afgestemd worden op de problemen van de mensen in de wijk hopen wij nog betere zorg te kunnen bieden.

## Zorgfestival op zaterdag 31 oktober

Vanwege het jubileum van het Gezondheidscentrum werd op 31 oktober een Open Huis georganiseerd onder de fraaie titel ‘Zorgfestival’. Het was nadrukkelijk de bedoeling om de bewoners van Schalkwijk te ontvangen in ons mooie gebouw aan de Briandlaan.

Er was van alles te doen en te zien voor jong en oud. Het was supergezellig. Nu eens niet met je klachten naar de dokter, maar een kijkje achter de schermen van een Gezondheidscentrum. Alle medewerkers deden hun best om iets te laten zien. Overigens konden kinderen wel met hun pop of beer naar de ‘poppendokter’. Er werd grondig onderzoek gedaan en soms werd letterlijk weer een oor aan genaaid! Er waren verschillende demonstraties. Hoe kun je omgaan met ‘onbegrepen lichamelijke klachten’? Er werden rollen-



spellen gespeeld. Hoe voelt het om op de stoel van de dokter te zitten? Je kon je bloeddruk laten meten of je bloedsuiker. Ook apotheek Meerwijk had de deuren open gezet en gaf een rondleiding en uitleg. Er was een doorlopende voorstelling met films en foto's van vroeger. De foto's bij dit stukje werden gemaakt door Frank van 't Kaar.

## **Toekomstplannen van Wouter van Kempen**

**Stoppen in november 2016**

***Uitnodiging om verhalen te schrijven***

Onlangs ben ik 65 jaar geworden. Typisch zo'n moment om eens na te

denken over de vraag wat ik wil met mijn huisartsenpraktijk.

Ik krijg ook steeds vaker de vraag: 'hoe lang ga je nog door?'

Met dit bericht wil ik iedereen op de hoogte stellen van mijn plannen voor de nabije toekomst. Velen van jullie ken ik al erg lang. Ik ben in Schalkwijk begonnen als huisarts in opleiding in 1975. Ik had het grote geluk dat ik terecht kwam in het Gezondheidscentrum Schalkwijk, dat toen nog gevestigd was aan de Jan van Zutphenstraat. De opleiding tot huisarts duurde toen nog één jaar. Mijn opleiders waren Rob Hilders en Dick Arentz. Na die opleiding kon ik direct al in 1976 associëren met Rob Hilders. We hebben vanaf dat moment de praktijk 4 jaar samen gedaan. Ieder half time. De andere helft van de tijd werkte ik in de

'Groene Grutter', mijn winkeltje in gezonde voeding. Eind 1979 vertrok Rob Hilders en vanaf dat moment was ik fulltime huisarts. Nu dus al 40 jaar! Ik werd toen ook opleider van huisartsen via de huisartsopleiding van VUmc. Waarschijnlijk heb ik in totaal ook zo'n 40 artsen opgeleid tot huisarts. Tot 1990 'deed' ik ook nog bevallingen. Erg leuk. De baby's van toen zijn nu vaak alweer vader of moeder... Ook deden wij zelf nog consultatiebureau voor zuielingen.

Er is veel veranderd in die 40 jaar. Maar wat steeds bleef is het plezier om te werken als huisarts. Er is nooit een dag geweest dat ik met tegenzin naar mijn werk ging! Het is dan ook een erg mooi vak. Ook erg intiem. Hoe uniek is het immers dat je betrokken bent bij geboorte, ziekte en sterven. Maar ook dat je getuige mag zijn van al die speciale momenten in iemands leven. Als huisarts ben je vertrouwenspersoon aan wie je alles kan toevertrouwen. Ik heb vele duizenden verhalen gehoord. Samen hebben we naar oplossingen voor problemen gezocht.

Ik vind mijn praktijk ook heel speciaal. Je kan wel zeggen dat het een 'kleurrijke' praktijk is. Volgens de laatste telling heb ik meer dan 75 verschillende nationaliteiten en daar ben ik trots op. Ik beschouw het als een voorrecht dat ik de kans krijg om zoveel verschillende mensen te mogen helpen. Het is niet voor niets dat ik ben gaan schrijven. Er zijn zoveel verhalen te vertellen.





Inmiddels zijn er 2 boeken van mij verschenen. *Vreemde Vogels* en *De dokter, de duif en de ambulance*. Dat laatste boek is nog te koop in mijn praktijk. Het kost tien euro. In de winkel kostte het vijftien euro. Ik kan het ook nog signeren!

Ik zou het waarschijnlijk nog vele jaren kunnen doen, maar toch heb ik besloten te stoppen met dit prachtige vak en wel in november 2016. Dus nog één jaar ga ik door. Inmiddels werk ik al 2 jaar samen met Marieke van der Sluijs, één van de huisartsen die ik ook opgeleid heb. Marieke werkt nu al op donderdag en vrijdag. Zij zal de praktijk straks voortzetten, samen met een collega die nog gezocht wordt. Marieke is nu zwanger en zal in december bevallen. Daardoor is zij er 3 maanden tussen uit.



In die periode zal Iris Ketel haar plaats innemen, ook op donderdag en vrijdag.

Hoe zal mijn toekomst eruit zien? Ik hoop meer tijd te hebben voor lezen en schrijven. Ik heb 5 kleinkinderen, zij zien mij te weinig. Ik hou erg van tennis, badminton, golf, paragliden en skiën. Hopelijk blijf ik fit genoeg om daar actief mee door te gaan. Daarnaast ben ik een verwoede vogelaar. Ik ben onder andere vrijwilliger bij het vogelringstation in de duinen. Ook wil ik doorgaan met het organiseren van congressen voor huisartsen in het buitenland. Tja, ik moet nog oppassen dat ik het niet drukker krijg dan nu al het geval is.

Uiteraard wil ik ook graag afscheid nemen van al mijn patiënten. Dat zijn er ruim 2500! Ik weet nog niet zo goed hoe ik dat aan moet pakken. Dat zal ik later bekend maken.

Wel ben ik van plan een 'afscheidboekje' te schrijven met herinneringen over de afgelopen 40 jaar. Jullie kunnen daar bij helpen. Iedereen die een verhaal kwijt wil over zijn of haar ervaringen met mij, wordt van harte uitgenodigd om dit te mailen naar: [kempen@gcschalkwijk.nl](mailto:kempen@gcschalkwijk.nl) Het zou mooi zijn als het afscheidboekje iets van ons samen zou worden!

groeten,  
Wouter van Kempen, huisarts

## 40 jaar Open Brief

Archiefonderzoek door  
MARIEKE VAN DEN BERK, apotheker

'Waarom deze krant', zo opende de 1e Open Brief maart 1976. Nu alweer de 40e jaargang! Een mijlpaal om toch even bij stil te staan. Zelf was ik nog niet eens geboren en het maakte mij eigenlijk wel nieuwsgierig wat in de beginjaren de actualiteiten waren. Waren dit onderwerpen waar je je nu niets meer bij kan voorstellen? Of zijn de kwesties van toen vandaag de dag nog steeds actueel?

Struinen door het archief gaf een

kijkje terug in de tijd. Erg leuk om te doen; wat hield iedereen bezig toen ik als kleintje rondscharrelde en voor mij de wereld totaal probleemloos was (behalve dan een vieze luiert).

*'Wij willen graag vertellen hoe wij vinden dat we moeten werken. We willen horen wat de patiënten en cliënten denken over onze manier van werken. Ook willen we ideeën krijgen hoe we het anders en beter zouden kunnen. Tenslotte zijn er een heleboel misverstanden uit de weg te ruimen'*. Een opening van de toenmalige redactie met een uitnodiging aan de lezers, die daar zo terug te lezen, goed gebruik van maakten. Vele patiënten/cliënten - die vaak na 40 jaar nog steeds patiënt/cliënt van ons Gezondheidscentrum en apotheek blijken te zijn - gaven veel input voor het ontstaan en vormgeving van de Open Brief, uitgebreide patiënt-ervaringen en vele ingezonden brieven.

De huidige Open Brief geeft nog steeds invulling aan de eerste en laatste doelstelling. De input van de patiënt/cliënt blijkt veel minder geworden. Komt dit doordat door de jaren heen andere kanalen zijn ontstaan? Denk aan cliënttevredenheidsonderzoeken, patiënten-panels, blogs via internet, klachtenregelingen. Voelen patiënten zich meer gehoord binnen een spreekkamer of zijn sommigen onverschilliger geworden?

Wat waren de discussies eind jaren 70? Met veel interesse heb ik de discussie gevolgd over het stimuleren van niet-werkende (huis)vrouwen om meer buiten de deur te komen. Toch speelt isolement vandaag de dag helaas nog steeds een rol. Niet alleen bij jonge vrouwen, maar ook bij veel ouderen.

Ook komen de onderwerpen stoppen met roken, gewichtscontrole en afvallen, diabetes en het beperken van het gebruik van slaapmedicatie (Dick Arentz, Isabella Branderhorst, Sicco Faber) vaak aan bod.

De balans en verbondenheid tussen lichaam en geest was een van de kernpunten, samen met het gebruik van 'superfoods' (toen macrobio-

tisch, denk aan de winkel achter apotheek Meerwijk van Wouter van Kempen en Anneklaas de Groot). Voor mijn generatie vandaag de dag een ‘trending topic’.

De insteek van mijn zoektocht was om artikelen te vinden waar we ons nu niets meer bij kunnen voorstellen. De wetenschap heeft de afgelopen 40 jaar een gigantische ontwikkeling doorgemaakt, maar de mens zelf (en daarmee de actualiteiten) blijkt . . . toch niet zo erg veranderd!

## Zwangerschapsverlof

MARIEKE VAN DER SLUIJS, huisarts

In de afgelopen tijd werd ik tijdens het spreekuur regelmatig aangesproken door patiënten op mijn steeds maar groeiende buik. Heel erg bedankt voor alle leuke felicitaties en meelevens rondom mijn zwangerschap! Wij verwachten in december ons eerste kindje en ik zal voor de periode van eind november 2015 t/m eind maart 2016 met zwangerschapsverlof zijn. Ik ben blij dat Iris Ketel mij in deze periode zal gaan vervangen. Zij zal op donderdag en vrijdag werken in de praktijk van Wouter van Kempen. Iris Ketel is een bekende in het Gezondheidscentrum. Zij werkte tijdens het laatste jaar van haar opleiding tot huisarts in de praktijk van Arianne Baak en Carla Sneek, tot

zij afstudeerde in september van dit jaar. Voordat Iris huisarts werd, deed zij promotie onderzoek en heeft zij onder andere als arts gewerkt bij de Verloskunde & Gynaecologie in het VUmc in Amsterdam.

## Besnijdeniskliniek ook in het Gezondheidscentrum

Vanaf november start VATAN besnijdeniskliniek zijn 12e locatie in Haarlem, in Gezondheidscentrum Schalkwijk. VATAN Besnijdeniskliniek is een professionele organisatie, erkend door het ministerie van VWS, die besnijdenissen verricht bij jongens en mannen die om religieuze, culturele, cosmetische en/of medische redenen besneden willen worden. Vatan Kliniek bestaat sinds 2005 en voert, op een medisch verantwoorde wijze, besnijdenissen uit. Onze nadruk ligt op ‘angst en pijnvrij’ behandelen.

De ingrepen worden uitsluitend verricht door specialisten op dit gebied, allen opgeleid en geregistreerd in Nederland. We zijn erkend door de meeste zorgverzekeraars en cliënten krijgen vanuit het aanvullende pakket, de kosten vaak grotendeels vergoed.

[www.vatanbesnijdeniskliniek.nl](http://www.vatanbesnijdeniskliniek.nl)  
020-2623536

## Stop langdurig gebruik van maagmedicatie

MARIEKE VAN DER SLUIJS, huisarts

Maagpijn of zuurbranden zijn veelvoorkomende klachten. Iedereen heeft er wel eens last van. De huisartsen zien regelmatig patiënten met maagklachten op het spreekuur en schrijven hiervoor soms medicijnen voor. Het blijkt dat veel mensen deze medicijnen langdurig (soms jaren) blijven gebruiken, terwijl dit meestal niet nodig is en ook nadelen kan hebben. Het gaat om de zogenaamde ‘protonpompremmers’, medicijnen met een naam die op ‘-zol’ eindigt zoals bijvoorbeeld pantozol en omeprazol. De huisartsen van het Gezondheidscentrum en de Apotheek Meerwijk maken er werk van om patiënten die deze medicatie onnodig langdurig gebruiken te helpen bij het stoppen. Wij sturen patiënten die onnodig langdurig omeprazol of pantozol gebruiken een brief hierover. Het gaat hier om een grote groep patiënten, dus het kan enige tijd duren voor u een brief ontvangt. Hieronder kunt u meer lezen over het stoppen van deze medicijnen. Let op: een kleine groep mensen heeft deze medicatie wel chronisch nodig. Twijfelt u, overleg dan eerst met uw huisarts. Bij maagpijn of zuurbranden heeft de maag vaak maar tijdelijk (meestal 2-8 weken) medicatie nodig om klachten tegen te gaan, maar kan daarna weer zonder. Bovendien is gebleken dat langdurig gebruik van deze medicijnen ook problemen kan geven, zoals meer kans op bepaalde infecties en botontkalking (waar u niets van hoeft te merken). Sommige mensen hebben maag-/zuurklachten doordat zij besmet zijn met de maagbacterie (*Helicobacter Pylori*) die alleen met antibiotica behandeld kan worden. Als u stopt met omeprazol of pantozol, kan de maag even van slag raken. Er wordt dan teveel zuur gemaakt en het duurt een tijdje voordat de maag weer normaal functioneert. Deze ‘ontwenningssklachten’ komen



vooral voor in de eerste twee weken na het stoppen. Omdat veel mensen denken dat deze klachten weer de oude bekende maagklachten zijn, beginnen ze opnieuw met het slikken van hun medicijn. Om deze ‘ontweningsklachten’ te voorkomen, raden wij aan niet plotseling te stoppen met uw maagmedicatie, maar geleidelijk af te bouwen. Neem daar gerust een paar weken voor. Neem eerst de helft van uw dagelijkse dosering in gedurende 1-2 weken. Neem vervolgens de halve dosering om de dag in gedurende 1-2 weken en hierna kunt u helemaal stoppen.

Bij terugkomen van uw klachten, kunt u tijdelijk een lichter maagmiddel gebruiken. Hierover kan de apotheker u adviseren. Als het niet lukt om af te bouwen, maak dan een afspraak op het spreekuur van de huisarts. Ook als het gelukt is om te stoppen, is het belangrijk om dit te melden bij uw huisarts. U kunt dan o.a. bespreken of er bij u onderzoek naar de maagbacterie moet plaatsvinden. Als u vragen heeft over uw maagklachten of het chronisch gebruik van maagmedicatie, kom gerust langs op het spreekuur om dit te bespreken.

## **Nieuws over stotteren**

MARY DE BOER, logopedist/stottertherapeut.

Stotteren kun je op twee manieren behandelen. De werking van de ene was bewezen, van de andere niet. Maar sinds de uitkomsten van het stotteronderzoek (in augustus 2015) waar de twee behandelmethodes vergeleken zijn is duidelijk dat beide methodes even goed zijn. Aan dit onderzoek heeft in ons Gezondheidscentrum een aantal kinderen die stotterden en hun ouders deelgenomen. Zij kwamen gedurende een periode wekelijks naar logopedie-stottertherapie. Internationaal is er reikhalzend naar de resultaten van het onderzoek uitgekeken. In Nederland mogen we trots zijn dat wij zo'n

onderzoek hebben kunnen doen. Op <http://www.nedverstottertherapie.nl/> is een interview met Marie Christine Francken in de Volkskrant te vinden. Zij is de stottertherapeut die het onderzoek in Nederland geleid heeft, waarbij onze logopediste Mary de Boer een van de 24 behandelende therapeuten was. Het onderzoek heet RESTART en voor de geïnteresseerden is het te lezen of te downloaden via deze link: <http://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0133758>)

## **Ikram el Bakali, nieuwe aios praktijk Hamming**

Graag wil ik mezelf via deze Open Brief aan jullie voorstellen. Mijn naam is Ikram el Bakali (28) en per 1 december ga ik in de praktijk van Maarten Hamming werken als huisarts in opleiding. Hier zal ik het derde en laatste jaar van mijn opleiding volgen. Ik ben geboren en getogen in Amsterdam en heb daar ook tijdens het eerste jaar als huisarts in oplei-



ding gewerkt. Het Gezondheidscentrum Schalkwijk is een aantrekkelijke stageplek en ik weet zeker dat ik het hier naar mijn zin ga hebben. Het lijkt mij erg praktisch dat meerdere disciplines met elkaar samenwerken onder een dak. Ik heb de opleiding tot basisarts aan het Vumc gevolgd. Mijn laatste deel van de studie heb ik stage gelopen in een ziekenhuis in Zuid-Afrika. Een geweldige ervaring! Ik heb daar op verschillende afdelingen mogen werken en

heb gezien dat er veel verschillen zijn tussen de gezondheidszorg in Zuid-Afrika en in Nederland. Na mijn studie geneeskunde ben ik als arts gaan werken op de afdeling interne geneeskunde, cardiologie en longgeneeskunde in het Westfriesgasthuis in Hoorn. Ik heb hier met veel plezier gewerkt, maar mijn hart lag toch bij het huisartsen vak. Naast mijn werk houd ik van koken, reizen en leuke dingen doen met mijn twee lieve kinderen en mijn lieve man.

## **Kontext verhuisbericht**

De twee werksoorten van Kontext die werkzaam waren binnen het Gezondheidscentrum Schalkwijk zijn per 21-9-2015 verhuisd naar de Oostvest 60. Het gaat om de afdelingen:

### ***Algemeen Maatschappelijk Werk***

Het maatschappelijk werk is er voor iedereen die problemen ervaart in zijn persoonlijke levensomstandigheden. Dit kan stress of een ander conflict op het werk zijn, problemen met partner of kinderen, het verwerken van een persoonlijk trauma of een depressie, maar ook het hebben van problemen met instanties of geldzorgen.

### ***Sociaal Raadslieden***

De Sociaal Raadslieden van Kontext kunnen mensen helpen met vragen op het gebied van sociale voorzieningen, wetten en regelingen met betrekking tot inkomen, wonen, echtscheiding, consumentenproblemen of belastingen.

Het nieuwe adres is dus: Oostvest 60, 2011 AK in Haarlem.

U kunt zich dagelijks aanmelden tussen 09.00 uur en 12.00 uur via telefoonnummer 023 5433202.

Met vriendelijke groet, Martin van den Oever, maatschappelijk werk  
Werkdagen: ma t/m do, 023-5433202  
06-24715357  
[mvdover@kontext.nl](mailto:mvdover@kontext.nl)  
[www.kontext.nl](http://www.kontext.nl)

## **WeCook in Zorgcentrum Schalkweide**

IRISH VERWEY

WeCook is op initiatief van Meeting! met steun van de gemeente in 2014 opgestart. In Zorgcentrum Schalkweide werd gekookt voor de bewoners van het Zorgcentrum en oudere en eenzame mensen uit de wijk.

In het project heeft een 10 tal vrouwen meegedaan die onder leiding van de kok aan de slag gingen. Het project werd eind 2014 afgerond. Het succes was echter zo groot dat de dames zelfstandig een doorstart maakten. Een kerngroep van 4 vrouwen was zo geraakt door de dankbaarheid van de bewoners van Schalkweide voor hun inzet dat zij tot nu toe gewoon doorgeslagen zijn. Nu wordt eenmaal per 2 weken op de donderdag gekookt en het plan is op termijn de activiteiten uit te breiden. De bewoners zitten vaak al klaar lang voordat de maaltijd geserveerd wordt.

‘Het is voor ons echt een uitje en het contact met de vrouwen is zo leuk’, zegt mevrouw Dopheide, voorzitter van de cliëntenraad.

Er worden allerlei exotische maaltijden bereid. Vorige week nog was het Tandoori kip. Ook roti en gerechten uit de Dominicaanse keuken werden bereid. Het is elke keer voor de bewoners weer een verrassing waar de culinaire reis hen heen brengt. De maaltijden worden met muziek omlijst. Zo wordt het veel meer dan alleen samen eten maar vooral een heel gezellig samenzijn. De bewoners beleven zichtbaar veel plezier aan het samenzijn met elkaar en de ontmoeting met de vrouwen van WeCook!

De brandstof voor de vrouwen om door te gaan is de dankbaarheid die zij zien bij de bewoners. Er wordt met liefde gekookt . . . en gegeten. Elke 2 weken op de donderdag tussen 17.00 - 18.30 uur kan er meegegeten worden. U kunt zich bij de re-

ceptie van Zorgcentrum Schalkweide aan de Floris van Adrichemlaan 15 opgeven. Dat kan tot de dinsdag voor de donderdag dat er gekookt wordt.

Voor een twee gangen menu betaalt u € 6,50. U eet dan heerlijk. Van mensen die van buiten Schalkweide komen vragen we ook een kleine wederdienst voor de bewoners. Misschien een boodschapje doen of een spelletje spelen?

Wij hopen u te treffen. WeCook is te bereiken is via email: [wecook-meetingz@gmail.com](mailto:wecook-meetingz@gmail.com)



### **Gevraagd vrijwilligers voor het bezorgen van de Open Brief**

Wijk 11 Kellogstraat e.o. ± 130 krantjes  
Wijk 2 Bidloostraat e.o. 135 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](mailto:marja.vandenbroek@planet.nl)



### GEZONDHEIDSCENTRUM SCHALKWIJK

Bezoekadres: Briandlaan 11 2037 XE Haarlem  
Postadres: Postbus 4090, 2003 EB Haarlem  
Website: [www.gcschalkwijk.nl](http://www.gcschalkwijk.nl)

#### DIRECTEUR (1e etage)

Arianne Baak, directeur zorg

#### OFFICEMANAGER (1e etage)

Angelique van der Moezel T533 6792

#### HUISARTSEN (2e etage)

Wouter van Kempen / Iris Ketel  
(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/Barbara Elias (vrijdag)  
T 533 03 84  
Arianne 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](http://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, Marion Rotteveel,  
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: Sharon Hoek. In praktijk  
Hamming: Ikram El Bakali. 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](http://www.apotheekmeerwijk.nl) en  
[vragen@apotheekmeerwijk.nl](mailto:vragen@apotheekmeerwijk.nl)  
*Bij spoed buiten openingstijden:* Dienstoptheek  
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

(4<sup>e</sup> 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, WELZIJN EN MAATSCHAPPELIJKE

**DIENSTVERLENING** (5e etage). Aanmelden  
*Maatschappelijk Werk en Sociaal Raadslieden*  
van 09.00 tot 12.00 uur, telefoon 023 - 5433202  
Aanmelden loket *Sociaal Wijkteam* van 09.00  
tot 12.00 uur telefoon 543 09 90

#### 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](mailto:info@hethuidburo.nl)

#### REIZIGERSVACCINATIES

[www.vaccinatiepunt.nl](http://www.vaccinatiepunt.nl) of T 0900-8222462.

#### THUISZORG Zorgbalans (6e etage) T 085

2733263 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.

#### BESNIJDENISKLINIEK

Vatan besnijdeniskliniek (begane grond) alléén  
op zaterdag en volgens afspraak T 020 -  
2623536

#### 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](mailto: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](mailto:marja.vandenbroek@planet.nl) en 44  
vrijwilligers.