

Open Brief

van het Gezondheidscentrum Schalkwijk

tweeënveertigste jaargang • nummer drie • 2017



Briandlaan 11 - 13, 2037 XE Haarlem

Inleiding

De zomervakantie is weer voor velen achter de rug. Hopelijk hebt u genoten. Het najaar staat nu voor de deur. Voor een aantal onder u is dit de tijd voor de jaarlijkse griep prik. De uitnodiging hiervoor staat verderop in deze Open Brief. Maar eerst is eind september de COPD-week! Wat kunt u in deze themaweek verwachten? In deze Open Brief kunt u dit lezen. Ook vertellen de praktijkverpleegkundigen hoe zij gedurende het gehele jaar klaar staan op het gebied van COPD en Stoppen met roken. De logopedisten vertellen wat zij

kunnen betekenen als u slikproblemen ervaart. Er zijn oplossingen mocht u zich vaak verslikken in koffie of eten. Helaas nemen wij afscheid van Sieb Makelaar, fysiotherapeut. Wel kunnen we een nieuwe AIOS en welzijnscoach verwelkomen en stelt Souad, praktijk-assistent zich voor. En u kunt inspiratie opdoen voor heerlijke wandelingen hier in de omgeving. Veel leesplezier.

MARIEKE VAN DEN BERK – apotheker en redacteur

Slikproblemen bij volwassenen

MARY DE BOER, logopedist

Niet naar een verjaardagsfeestje durven, omdat je bang bent dat je je in een stukje taart of een slok koffie verslikt. Elke avond spanning aan tafel omdat je niet goed kan slikken en daardoor weigert te eten. Slikproblemen hebben grote impact, zowel bij kinderen als volwassenen. Veel mensen weten niet dat de logopedist kan helpen. Daarom staat dit jaar de dag van de Logopedie in het teken van slikproblemen.

Eten en drinken. Kauwen en slikken

We doen het zonder erbij na te denken. Maar wanneer dat moeilijk gaat, spreek je van een slikprobleem', aldus Hanneke Kalf als logopedist en universitair docent verbonden aan de afdeling Revalidatie van het Radboudumc in Nijmegen. Hanneke Kalf is expert op het gebied van slikproblemen bij volwassenen. 'Bij volwassenen ontstaan slikproblemen vaak na een beroerte', vertelt ze. 'Maar ook

mensen met de ziekte van Parkinson, een spierziekte of kanker in de mond of keel kunnen slikproblemen krijgen. Door deze aandoeningen raken de structuren en spieren of zenuwen die zorgen dat je kunt slikken, beschadigd. Soms komen slikproblemen ook voor bij mensen met dementie, maar dan meer in vorm van problemen met eten en drinken omdat voeding anders wordt ervaren of niet meer herkend.'

Niet meer naar feestjes

'De impact van slikproblemen is groot, zowel bij volwassenen als kinderen', vertellen de collega's Kalf en Van den Engel. Hanneke Kalf: 'Wanneer volwassenen niet meer goed kunnen kauwen of slikken, eten ze minder, kunnen ze ongewenst gewicht verliezen en zelfs ondervoed raken. Ook kunnen ze een longontsteking krijgen wanneer bij het verslikken vocht of voeding in de luchtpijp komt. Maar ook op sociaal gebied heeft het gevolgen', aldus Hanneke Kalf. 'Je kunt niet meer eten of drinken wat je lekker vindt. Niet meer een knapperig stokbroodje gezond, maar ook geen pizza of vlees van de barbecue. Zelfs het 'gewoon' drinken van koffie of limonade kan een probleem worden. Ik hoor in mijn spreekkamer vaak verhalen van mensen die niet meer naar een

verjaardagsfeestje of een etentje durven, omdat ze bang zijn zich te gaan verslikken.'

Logopedie kan helpen

'Het herkennen van slikproblemen en het stellen van een goede diagnose vraagt om kennis en ervaring', aldus Kalf en Van den Engel. Daar zijn vaak meerdere disciplines bij betrokken. Ook de logopedist speelt daarin een belangrijke rol. In alle instellingen in de gezondheidszorg zijn daarom logopedisten te vinden die ook slikproblemen behandelen. 'Een logopedist kan het probleem niet altijd helemaal oplossen', aldus Van den Engel. 'Wel kunnen ze ervoor zorgen dat een patiënt ermee om leert gaan.' 'Als logopedist kun je twee dingen doen', legt Kalf uit. 'In de eerste plaats kun je de patiënt helpen de slikspieren intensief te trainen om zo weer makkelijker en veiliger te leren slikken. Is dat niet mogelijk dan ga je met de patiënt – vaak samen met mantelzorger en andere zorgverleners - op zoek naar oplossingen om zo goed en veilig mogelijk te eten en te drinken. Bijvoorbeeld door een andere sliktechniek aan te leren of aangepaste, makkelijke voeding te adviseren. Hierdoor wordt het leven voor de patiënt en de omgeving weer een stuk aangename.'



Aandacht voor... COPD!

RENSKE KLOOSTERMAN en MIEKE OZCAN, praktijkverpleegkundigen

Als praktijkverpleegkundigen zien wij patiënten met verschillende ziektebeelden, zoals diabetes mellitus, hart- en vaatziekten, astma en COPD. Het valt ons op dat mensen met COPD minder vaak bij ons op het spreekuur komen dan de andere patiënten. Daar willen wij graag verandering in brengen. Er is namelijk vaak winst te behalen in de (long)conditie!

De afkorting COPD staat in het Nederlands voor *chronische obstructieve pulmonale (long) ziekte*. Het is een chronische en progressieve ziekte. Dat betekent dat de ziekte niet meer over gaat en de klachten erger kunnen worden met de jaren. De oorzaak van COPD is meestal roken, maar ook mensen die veel in aanraking komen of zijn geweest met chemische stoffen kunnen hierdoor schade aan de longen oplopen.



Meer weten over slikproblemen?

Neem eens een kijkje op deze sites: www.logopedie.nl over logopedie bij verschillende klachten, waaronder slikproblemen www.moeijkslikken.nl over slikproblemen bij volwassenen www.haarlemlogopedie.nl hier vindt u onze contact gegevens.

Logopedist in uw omgeving

Veel mensen denken bij een logopedist aan stotteren en slissen. Maar de logopedist doet veel meer dan dat. Zoals u in dit artikel kunt lezen, behandelt de logopedist ook slikproblemen bij kinderen en volwassenen. Bij Logopedisch Centrum Haarlem, locatie Schalkwijk zijn logopedisten werkzaam die kunnen helpen bij slikproblemen. U kunt terecht bij Mary de Boer en Yara de Jonge

(023-8900172 of mailen naar info@haarlemlogopedie.nl).





Gelukkig is er wel iets aan te doen om te voorkomen dat de longen verder achteruit gaan! Te denken valt aan (juist gebruik van) inhalatiemedicatie, gezonde voeding, voldoende beweging en - hoe moeilijk het ook is- stoppen met roken.

Als bij de huisarts bekend is dat u COPD heeft, krijgt u jaarlijks rond uw verjaardag een uitnodiging voor een afspraak bij de praktijkverpleegkundige. Tijdens dit consult nemen wij een vragenlijst met u door, bespreken wij hoe het met u gaat, of er punten zijn die verbetering behoeven en of u hier hulp bij nodig heeft. Wij meten ook uw bloeddruk, lengte en gewicht en nemen uw medicatie met u door.

Als u gemotiveerd bent om te stoppen met roken kunnen wij u hierin begeleiden, eventueel met hulpmiddelen zoals nicotinepleisters of medicijnen (zie de bijdrage *Stoppen met roken* in de Open Brief, red.) Heeft u last van hoesten, slijm opgeven en/of benauwdheidsklachten, maar is bij u nog nooit de diagnose COPD gesteld, dan kunt u dit

bespreken met uw huisarts. Het kan zijn dat u voor een longfunctieonderzoek verwezen wordt naar ons. Voorheen gebeurde dit in het ziekenhuis of bij de longverpleegkundige, maar sinds vorig jaar zijn de huisartsen en praktijkverpleegkundigen hierin geschoold en hebben wij ons eigen spirometrieapparaat. Het onderzoek wordt vergoed door de zorgverzekeraar.

Om COPD extra onder de aandacht te brengen, organiseren wij de laatste week van september een 'COPD-week' in het Gezondheidscentrum.

U kunt die week kennis maken met de praktijkverpleegkundige en:

- een longfunctieonderzoek laten doen;
- een afspraak maken als u vragen heeft over COPD en meer informatie wilt;
- een afspraak maken om stoppen met roken te bespreken,
- voorlichtingsmateriaal verkrijgen;
- inhalatiemedicatie bespreken.

Bent u geïnteresseerd, neem dan

contact met ons op via telefoonnummer 06-26631056. Wij hopen u te zien op de vierde etage van het Gezondheidscentrum, u bent van harte welkom!

Afscheid van Sieb Makelaar – fysiotherapeut

Na veertig jaar het vak van fysiotherapeut te hebben uitgeoefend, heb ik dit jaar besloten te stoppen met mijn werkzaamheden. Van die veertig jaar heb ik vijfendertig jaar praktijk gedaan in het Gezondheidscentrum. Daar heb ik altijd met veel plezier gewerkt, in een geweldig team van vakkundige en aardige mensen die veelal erg honkvast waren. Niet alleen de prettige werksfeer met collega's, maar ook al die patiënten, aardig, somber, lief, interessant, droevig, vrolijk, bang en nog veel meer, hebben er toe bijgedragen dat ik met een fijn gevoel op de afgelopen tijd terugkijk. Met hen heb ik immers de meeste tijd doorgebracht. Vaak gaf ik ze opdrachten en moest er een forse inspanning geleverd worden, want revalideren is meestal hard werken. Ondanks dat werken hebben we heel wat gelachen en soms gehuild. Als herstel was bereikt en de cliënt tevreden was, dan gaf dat mij een voldaan gevoel. Dat was ook gelijk een van de belangrijkste



redenen om dit vak te blijven uitoefenen. Ik ben blij dat veel mensen het vertrouwen in mij hadden, zich zo hebben ingezet en mij zoveel mooie momenten hebben bezorgd. Het vak heeft zich enorm ontwikkeld en er is in die veertig jaar heel veel veranderd. Vooral alle zaken buiten de patiëntenzorg om slokken veel tijd en energie op. Mijn energie wil ik daar niet meer aan besteden en heb ik ook niet meer. In september zal Sander Pauptit de fysiotherapeutische zorg van mij overnemen en mogelijk op langere termijn mijn maatschapsdeel. Augustus is de laatste maand waarin ik patiënten behandel. Een vreemd idee dat ik als jonkie in het GC kwam en nu bijna de oudste ben. Het was een mooie tijd.

Sieb Makelaar

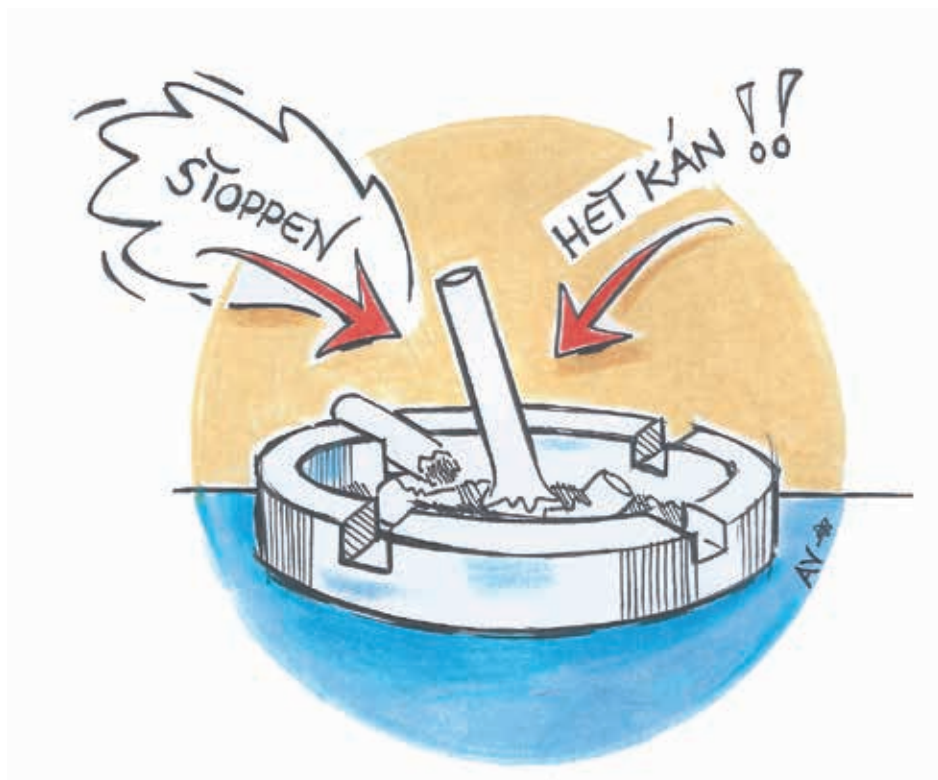
Stoppen met roken

MIEKE OZCAN, praktijkverpleegkundige

Voor iedereen die rookt is stoppen met roken natuurlijk een goed idee. Roken is niet alleen slecht voor de longen maar ook voor het hart, de bloedvaten, huid etc.

Voor mensen met een longaandoening zoals bv COPD of astma is stoppen met roken het belangrijkste advies. Oftewel om verdere schade aan de longen te voorkomen oftewel om ervoor te zorgen dat mensen minder of geen klachten van de luchtwegen zullen hebben.

Voor velen is stoppen met roken lastig; het is een gewoonte die zo bij het dagelijks leven hoort, dat het moeilijk is die op te geven. Bovendien zitten er in sigaretten en shag verschillende stoffen die ervoor zorgen dat mensen eraan verslaafd raken. Je kunt dus stellen dat er sprake is van zowel een lichamelijke als geestelijke verslaving.



Uit onderzoek is gebleken dat mensen die ‘onder begeleiding’ stoppen met roken een hogere kans van slagen hebben. Ook is van deze mensen een jaar later een groter aantal nog steeds gestopt dan bij mensen die zelfstandig afscheid hebben genomen van sigaretten of shag.

Als praktijkverpleegkundigen kunnen wij u helpen! Wij zullen samen met u een plan maken dat bij u past en kunnen daarbij verschillende hulpmiddelen gebruiken. Er zijn de nicotinevervangende middelen zoals pleisters, tabletjes of kauwgom en er zijn medicijnen die het stoppen makkelijker kunnen maken. Het is erg belangrijk dat u echt gemotiveerd bent om te stoppen met roken; als je van binnenuit de wil voelt is het vaak makkelijker ‘de strijd aan te gaan’.

U kunt het met uw huisarts bespreken als u begeleiding wilt. Deze zal er dan voor zorgen dat u een afspraak krijgt bij een van de praktijkverpleegkundigen op de vierde etage van het Gezondheidscentrum.

Wij helpen u graag!



Wekelijkse wandelingen

De Stichting Gezond Natuur Wandelen, Sportsupport en DOCK willen in Haarlem de succesvolle wekelijkse wandelingen uitbreiden en versterken. Wandelliefhebbers en vrijwillige begeleiders zijn van harte welkom!

Al geruime tijd worden door deze organisaties wekelijkse wandelingen aangeboden; vanuit De Hamelink in de Slachthuisbuurt op maandag, in Haarlem-Noord vanuit Wijkcentrum De Horizon op donderdag en in Molenwijk vanuit Zorgcentrum De Molenburg op zaterdag. Elke week aantrekkelijke door vrijwilligers begeleide wandelingen langs groene routes in Haarlem. Een succes, want bij elke wandeling loopt een grote diversiteit van mensen met veel plezier mee. De gratis en vrijblijvende wandelingen zijn in eerste plaats bedoeld voor mensen die meer willen of

moeten bewegen, maar iedereen die wandelen met een groep leuk en gezellig vindt of behoefte heeft aan meer sociale contacten, is van harte welkom.

Voor de huidige en voor nieuw op te zetten wandelingen in Haarlem e.o. (o.m. Haarlem-Centrum) zoeken wij nog wat enthousiaste mensen die op vrijwillige basis minimaal één keer per maand een groep mensen tijdens een wandeling van een uur willen begeleiden. Per wandeling lopen in principe twee begeleiders mee, aan wie ook een trainingsdag bij de wandelbond KWBN en een EHBO-cursus worden aangeboden.

Wandelen in de natuur is goed voor de mens

Het doel van Gezond Natuur Wandelen is om mensen, die dat nodig hebben of willen, de mogelijkheid te bieden minstens één keer per week mee te wandelen. Onderzoek heeft ook aangetoond dat door voldoende beweging een enorme gezondheidswinst kan worden geboekt en de kans op (chronische) ziektes sterk afneemt. Wandelen in de natuur of door het groen in de stad versterkt deze effecten nog meer.

Kom ook begeleiden!

Het is leuk, gezellig en geeft voldoening om een groep wandelaars te begeleiden. Er wordt vanuit vaste locaties en op vaste dagen en tijden in de week circa een uur (in rustig tempo) gewandeld. De route mag variëren en de begeleiders kunnen tussen het wandelen door kort iets vertellen over de flora of fauna die je onderweg tegenkomt.

Na afloop van de wandeling wordt met degenen die dat willen gezamenlijk koffie of thee gedronken. Meer informatie is te vinden op www.gezondnatuurwandelen.nl of

via info@gezondnatuurwandelen.nl. De huidige wandellocaties in Haarlem zijn:

Haarlem-Schalkwijk

Iedere zaterdagochtend wordt gewandeld in het groen rond Haarlem-Schalkwijk (rond de Molen- en Meerwijkplas en door de Poelbroekpolder). We starten om 10.00 uur vanuit Zorgcentrum De Molenburg, hoek Groningenlaan/Betuwelaan (Molenwijk) en drinken daar na afloop ook koffie. Onderweg wordt er meestal iets over de natuur verteld. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Eva Nijhoff, telefoon: 06 18331945, maileva@hetnet.nl.

Haarlem-Oost

Elke maandagochtend vertrekken we om 09.30 uur vanuit Wijkcentrum De Hamelink, Noormanenstraat 1 voor een groene wandeling door het Reinaldapark, de Haarlemmerhout of langs het Spaarne. De begeleiders zorgen voor een variatie van routes van een uur en er wordt ook iets over de natuur en het groen in de stad verteld. Deze wandelingen worden samen met DOCK en SportSupport georganiseerd. De administratiekosten zijn eenmalig €2,50, dat later weer naar de deelnemers toe komt in de vorm van een natuurtje of koek bij de koffie. Contactpersonen: Rien de Groot, rien.de.groot@hotmail.com tel.: 023-5240124 / 06 47458108 en Daisy de Heus, heuskok@hotmail.com tel.: 023 5840978/ 06 33727724

Haarlem-Noord

Elke donderdag vertrekken we om 10.30 uur vanuit Wijkcentrum De Horizon, Ambonstraat 2, bij het Nieuw-Guineaplein. Meer informatie en aanmelden bij Marcel

Smeenck, telefoon: 06 38828285, msmeenck@dock.nl

Rollatorwandeling

Vanaf april wordt er ook met rollators gewandeld. Deze rollatorwandelingen starten om 14.00 uur vanuit Buurthuis De Wereld aan de Laan van Berlijn (tot ca. 15.00 uur). Loopt u met een rollator en wilt u graag een uurtje per week onder begeleiding wandelen, sluit u zich dan bij dit groepje aan.

Voor deze wandelingen vragen wij dus ook (vrijwillige) begeleiders.

Haarlem-Centrum

Het is ook de bedoeling om met een wekelijkse wandeling vanuit het centrum te starten.

Souad Benali - praktijkassistente

Hallo iedereen,

Met veel plezier mag ik mijzelf aan jullie voorstellen als nieuwe doktersassistente bij het Gezondheidscentrum Schalkwijk. Mijn naam is Souad Benali en ik ben 23 jaar oud. Wellicht kennen jullie mij al of hebben jullie mij vaker rond zien lopen in het gebouw. Ik ben namelijk in 2015 gestart als stagiaire op de 2e etage. Ik heb met veel plezier van mijn stageperiode genoten. Het werk als doktersassistente is afwis-



selend, leuk en uitdagend. Nadat ik mijn diploma als doktersassistente behaald heb, ben ik gelijk van start gegaan als officiële doktersassistente bij het Gezondheidscentrum. Ik ben drie dagen in de week aanwezig. Ik hoop u zo goed mogelijk te kunnen helpen!

Met vriendelijke groet,
Souad Benali

Susanne Olgers - Welzijnscoach

‘Geen pilletje tegen de pijn, maar onder de mensen zijn’

Graag stel ik mij via de Open Brief aan u voor. Mijn naam is Susanne Olgers en sinds kort ben ik werkzaam als welzijnscoach bij het Gezondheidscentrum Schalkwijk. Ik ben nu een aantal jaar actief in het welzijnswerk zoals bij het sociaal wijkteam in Leiden en als welzijnscoach voor Welzijn op Recept in Haarlem. Als welzijnscoach ga ik met u in gesprek over uw wensen en interesses, om te kijken welke mogelijkheden en kansen bij uw leefsituatie passen. Met vragen als: ‘waar krijgt u energie van?’ en ‘welke interesses, talenten en ambities heeft u?’ zoek ik samen met u naar een passende activiteit of arrangement. Denk aan gezamenlijk lunchen, wandelen, dansen, kaar-



ten, koken of gezamenlijke uitstapjes etc.

U krijgt net dat duwtje in de rug om uw leven een nieuwe wending te geven, zodat u weer energie krijgt en meer plezier in het leven. Wat ook de gezondheid ten goede komt. Naast dat ik een vast moment in het Gezondheidscentrum aanwezig ben, kom ik ook aan huis. Als u met mij in gesprek wilt, neem contact op met uw huisarts.

Nieuwe AIOS in de praktijk Wijs/Vuister

Hallo! Mijn naam is Yvette den Ouden en ik ben derdejaars huisarts in opleiding aan het VUmc. Voordat ik met mijn specialisatie huisartsgeneeskunde begon, heb ik een jaar als arts-assistent ouderengeneeskunde gewerkt in Bilthoven. Omdat ik mijn hart wel een beetje heb verloren aan de ‘mensen op leeftijd’, volg ik komend jaar een differentiatie ouderenzorg. In mijn vrije tijd sport ik graag, ook houd ik van tuinieren en lezen. Als ik wat langer vrij heb, kun je mij op de zeilboot vinden.

Als dokter vind ik het belangrijk om goed te luisteren en samen met de patiënt naar een oplossing te zoeken. Het mooie van huisartsgeneeskunde vind ik het persoon-



lijk contact. Je krijgt een inkijkje in iemand zijn/haar leven en vaak ook in de familie. Ik vind het een voorrecht om op visite te gaan bij iemand. Ik heb zin in komend jaar! Zin om weer in de huisartspraktijk te werken, zin om in déze praktijk te werken en zin om volgend jaar mijn opleiding als huisarts af te ronden. Tot ziens in de praktijk!
Groeten,

Yvette den Ouden

**De jaarlijkse
griepvaccinatie vindt plaats
in de week van 16 oktober
en de week van 23 oktober.
Mensen die in aanmerking
komen krijgen thuis een
uitnodiging toegestuurd.**

Gevraagd vrijwilligers voor het bezorgen van de Open Brief:

**Wijk 11 Kelloggstraat e.o. 116 krantjes
Wijk 14 Baden Powellstraat e.o. 160 krantjes
Wijk 33B Slachthuisbuurt 66 krantjes**

Wilt u, 4x per jaar de Open Brief bezorgen of tellen?
Of wilt u reservebezorger zijn en invallen bij ziekte, vakantie e.d.
van een vaste bezorger? Neem dan contact op met:

Henk Jelierse, contactpersoon bezorging:

Tel.: 023 - 53.60.749

E-mail: jeliersehenk@ziggo.nl

GEZONDHEIDSCENTRUM SCHALKWIJK

Bezoekadres: Briandlaan 11, 2037 XE Haarlem
Website: www.gcschalkwijk.nl

PRAKTIJKMANAGER: Hans Kruijt

DIRECTEUR (1e etage)

Arienne Baak, directeur zorg

OFFICEMANAGER (1e etage)

Alicia Burgstra T 533 67 92

HUISARTSEN (2e etage)

Marieke van der Sluijs & Stefanie Westerman
T 533 78 33

Martin Mensink 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 Hijns/Barbara Elias (vrijdag)
T 533 03 84

Arienne Baak & Carla Sneek T 540 30 90

Maarten Hamming 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) 224 25 26. 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 natuu rlijk 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)

Souad Benali, Loes Dietz, Mandy Goudsblom, Lisette Harke, Esther Janssen-Bischot, Emmy van de Lagemaat, Amina Tarrass, Eveline Valent, Rita van der Wal, Miranda Wassenaar, Ciska Welboren.

PRAKTIJKVERPLEEGKUNDIGEN

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

Lidwien Heeremans, Renske Kloosterman, Rianne Quik, Marleen van Kraay, Mieke Özcan, Eveline van Steijn. Behandeling na afspraak. Telefonisch bereikbaar ma t/m vr 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) (5e etage)

Sebastiaan Bruinsma en Elisabeth Sanders. 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: Yvette den Ouden. In praktijk Baak/Sneek: Klaartje Olde Loohuis. In praktijk Hamming: Myrte Rolink. In de praktijk Mensink: Sebastian Meek.

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: Dienstopotheek Midden-Kennemerland in het Rode Kruis Ziekenhuis, Vondellaan 13, 1943 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

Sander Pauptit, Marjolein van Peppen 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.

PSYCHOLOGEN (5e etage) T 06 - 516 876 08

Semra van Leeuwen, Nelly van Berkel, Gert Haringsma, Ruud Vis, Selda Yokus, Sylvia Mevissen. Spreekuur volgens afspraak.

DIËTISTEN (5e etage) T 540 92 66

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 (BG) 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)

Wijkteam Verpleging en Verzorging, voor afspraak T 8918918, alle dagen 24 uur per dag. Voor afspraak bij Long-verpleegkundige ma t/m vrij 8.00-17.00 uur.

BESNIJDENISKLINIEK

Vatan besnijdeniskliniek (BG) 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: Briandlaan 11-13, 2037 XE Haarlem of per e-mail: openbrief@gcschalkwijk.nl

REDACTIE

M. van den Berk, A. Friedhoff, D. Friedhoff, H. Jelierse, R. Maas, M. Mensink, M. van der Sluijs

ILLUSTRATIES

Annelie Versteeg

BEZORGING

Henk Jelierse. Telefoon: 023 - 53.60.749
e-mail: jeliersehenk@ziggo.nl en 44 vrijwilligers.