

ZORGTIPS & WEETJES GEZONDHEIDSCENTRUM HEERDE

UW EERSTE AANSPREEKPUNT
BIJ GEZONDHEIDSVRAGEN EN -PROBLEMEN

ALS HET OM UW GEZONDHEID GAAT

Zorgtips & Weetjes is een publicatie van Gezondheidscentrum Heerde die eenmaal per maand in de Schaapskooi verschijnt. Voor de inwoners van Heerde, Hoorn, Veessen en Vorchten zijn de zorgprofessionals in het centrum het eerste aanspreekpunt als het gaat om gezondheidsvragen en gezondheidsproblemen. Cliënten kunnen rekenen op laagdrempelige en passende eerstelijnszorg van hoge kwaliteit, volgens de laatste inzichten en richtlijnen.

ZORGAANBIEDERS IN HET GEZONDHEIDSCENTRUM

In het gezondheidscentrum zijn gevestigd: Apotheek Heerde, Fysiotherapeutisch Centrum Heerde waaronder ook Ergotherapie en Kinderfysio, Huisartsen Heerde, Innofeet, Nuevo Cesartherapie & Stressmanagement, Vérian Thuiszorg en Vérian Voedingsvoorlichting & Dieetadvies. In de witte unit aan de achterzijde bevindt zich een priklocatie van Isala. Bloedprikken kan alleen op afspraak. Kijk voor actuele informatie op onze website en op onze pagina's op Facebook en Instagram.



(0578) 69 81 80
info@huisartsenheerde.nl
www.huisartsenheerde.nl



(0578) 69 27 90
info@apotheekheerde.nl
www.apotheekheerde.nl



(0578) 69 63 63
info@fysioheerde.nl
www.fysioheerde.nl

GRIEP- EN/OF PNEUMOKOKKEN VACCINATIE IN EEN ANDER JASJE

Griep prik

Hiervoor komt u in aanmerking indien u 60 jaar of ouder bent of wanneer er sprake is van hart-longnier of suikerziekte of een verminderde weerstand door een andere ziekte of medische behandeling.

Dit jaar maken wij gebruik van www.afspraakservice.nl. U ontvangt binnenkort de bekende brief met daarin datum en tijdstip van de oproep. Komt deze afspraak u niet uit, dan kunt door middel van de unieke code in de brief eenvoudig de afspraak verzetten naar een andere aangeboden dag en tijd. **Neemt u de uitnodiging mee naar de Faberhal als u komt!**

Wanneer u aan huis wordt geprikt ontvangt u een aangepaste uitnodiging!



Pneumokokken vaccinatie

Dit jaar zijn de mensen die **geboren zijn tussen 1953 en 1956** aan de beurt. Zij worden uitgenodigd voor een gratis pneumokokkenvaccinatie. De beschermingsduur van de vaccinatie is 5 jaar.

Deze vaccinatie wordt tegelijkertijd gegeven met de jaarlijkse griep prik. Wanneer u in aanmerking komt ontvangt u naast de griep prik brief ook nog een oproepbrief voor pneumokokken. Ook hier geldt dat u desgewenst de afspraak kunt verzetten met de unieke code in de brief via www.afsprakenservice.nl. **Neemt u beide uitnodigingen mee naar de Faberhal als u komt!**

Locatie: Burgemeester Faberhal,
Postweg 37a te Heerde.

UW EIGEN APOTHEEK ONLINE

De online voordelen van een internetapotheek en de service van een dorpsapotheek. Die combinatie vindt u bij Service Apotheek Heerde. Bij ons bestelt u uw medicijnen snel en eenvoudig online met de Service Apotheek-app. We brengen uw medicijnen bovendien gratis bij u thuis als u slecht ter been bent en niet naar de apotheek kunt komen. Bij spoed doen we dat dezelfde dag. In alle andere gevallen haalt u uw medicijnen 24/7 uit onze medicijnkuis. En u bent natuurlijk ook van harte welkom in de apotheek voor het halen van medicijnen en persoonlijk advies.

Onze app maakt het leven met medicijnen sowieso makkelijker. Het overzicht van de door u gebruikte medicijnen is handig bij een bezoek aan het ziekenhuis. Ook handig is dat u in kunt stellen op welke tijdstippen van de dag u medicijnen in moet nemen. En dat u uw innames kunt bijhouden. Veranderingen in uw medicijngebruik geeft u via de app eenvoudig aan ons door. Wij controleren vervolgens of dat veilig is. Verder vindt u in de app informatie over de medicijnen die u slikt.

De Service Apotheek-app is gratis te downloaden in de App Store en Google Play. De installatie en het gebruik worden ondersteund met filmpjes en instructievideo's. Bezoek www.apotheekheerde.nl en klik op 'Makkelijk online je medicijnen regelen?'



De meeste zorgverzekeraars bieden inmiddels de mogelijkheid om medicijnen online te bestellen bij een internetapotheek. Dat is niet verplicht. U hoeft dus niet van een internetapotheek gebruik te maken als uw zorgverzekeraar dit meldt. U mag ze ook bestellen en blijven afhalen bij uw eigen apotheek. Die keuze is aan u.

VALPREVENTIECURSUS "IN BALANS"

Met het ouder worden neemt het uithoudings- en reactievermogen af en vermindert de spiermassa. Valincidenten komen hierdoor vaker voor bij ouderen en kunnen ernstige gevolgen hebben. Een val kan tot lichamelijk letsel leiden. Vaak ontstaat de angst om opnieuw te vallen. Het gevolg hiervan is dat activiteiten worden vermeden, waardoor het valrisico groter wordt.



Tijdens onze 10-wekelijkse cursus "In Balans" leert u een val voorkomen, valangst te verminderen, zelfverzekerder te worden in het bewegen en leert u wat te doen mocht u toch vallen. Verder wordt gewerkt aan het verbeteren van uw kracht, balans en looppatroon.

De cursus wordt verzorgd door Wilfred van der Maas (geriatriefysiotherapeut en gecertificeerd docent "In Balans") en Erna Sellis (fysiotherapie assistente).

Data: Iedere dinsdag (van 11 okt t/m 13 dec 2022)
Tijd: 15.00-16.00 uur
Locatie: Fysio Heerde, Brinklaan 15
Prijs: € 175,-* (incl. koffie/thee en cursusboek)

*Sommige zorgverzekeraars vergoeden (een gedeelte van) de cursus. Kijk in de voorwaarden van uw aanvullende verzekering of dit ook bij u van toepassing is!

Aanmelden kan via tel: 0578-696363 of mail: info@fysioheerde.nl