

NIEUWSBRIEF OKTOBER 2024

HUISARTSENPRAKTIJK LEMPERS & DE GEUS

Graag willen wij u, door middel van deze nieuwsbrief, op de hoogte houden van de ontwikkeling en nieuwtjes in onze praktijk. Deze nieuwsbrief is ook terug te vinden op [onze website](#).

HERFSTVAKANTIE

Onze praktijk is gesloten van **26 oktober 2024 tot en met 3 november 2024**.
(De herfstvakantie).

Ook is onze praktijk gesloten van **28 december 2024 tot en met 6 januari 2024**
(2de week kerstvakantie).

Tijdens onze vakantie wordt er waar genomen door onze waarneemgroep. Bij hen kunt u terecht voor urgente, medische vragen die niet kunnen wachten tijdens onze vakantie.

Dhr. Diez Canseco;

Prins Mauritsstraat 1A 2805 AT Gouda
T0182-524577 – Spoed: 0182-515551

Dhr. Teunissen;

Stadhouderslaan 1A 2805 EN Gouda
T0182-517081 – Spoed: 0182-526205

Dhr. Stoffer en mevr. Blackstone;

Willem en Marialaan 702805 AS Gouda
T0182-521924 – Spoed: 0182-526134



NIEUWSBRIEF OKTOBER 2024

HUISARTSENPRAKTIJK LEMPERS & DE GEUS

MEER TIJD VOOR DE PATIËNT

Onze praktijk neemt sinds het voorjaar 2023 deel aan het project Meer Tijd voor de Patiënt. Door onze werkzaamheden te herzien, willen we meer tijd creëren in de spreekkamer waardoor er meer tijd ontstaat voor u als patiënt. Daarnaast maken wij ook ruimte voor onderling overleg om zo kwalitatief goede zorg te kunnen blijven leveren.

Onze praktijk werkt al langer met 15 minuten consulten en sinds vorig jaar november ook met 5/10 minuten consulten.

Dit zijn consulten voor korte klachten zoals een huidplekje.

De huisarts en de assistent werken samen in dit spreekuur, er is ruimte voor 1 klacht.

We blijven daarnaast in ontwikkeling hoe we meer tijd kunnen creëren en we daardoor de juiste zorg op de juiste plaats kunnen leveren.

BEWEEGTIPS

Lichaamsbeweging is heel belangrijk. Het is goed voor veel delen van je lichaam, zoals je spieren, botten, hart, longen en darmen. Door te bewegen kan ook je bloeddruk en suikerspiegel beter worden. Bewegen heeft veel voordelen en is makkelijk te doen. Het helpt je ook om meer naar buiten te gaan, zelfs als het weer minder is.

Hier zijn een paar tips:

- Alle soorten beweging zijn goed.
- Kies een manier van bewegen die bij jou past.
- Zorg ervoor dat je elke dag beweegt.

[Bekijk hier alle beweegadviezen!](#)



NIEUWSBRIEF OKTOBER 2024

HUISARTSENPRAKTIJK LEMPERS & DE GEUS

JULIENNE STELT ZICH VOOR

In de 3 jaar dat ik hier werk hebben de meeste mensen mij leren kennen als doktersassistente. Ik doe dit werk al meer dan 30 jaar en geniet er nog elke dag van. In het voorjaar heb ik de opleiding praktijkondersteuner (POH) Ouderenzorg gedaan en afgerond. Het is een mooie aanvulling op mijn werk als doktersassistente.

Want met het groeiende aantal ouderen in onze samenleving en dus ook in onze praktijk, ontstond de behoefte om meer gestructureerde zorg te bieden aan onze oudere patiënten. Veel patiënten zijn al in beeld door de regelmatige controles en bezoeken van de POH-collega's. Maar een deel valt daarbuiten en die patiënten bezoek ik thuis. Zodat duidelijk is waar u terecht kunt met alle mogelijke vragen van incontinentiemateriaal tot thuiszorg en van een medicatierol aanvraag tot geheugentest.



U kunt mij bereiken via de praktijk of via ouderenzorg@lempersdegeus.nl

Na afloop van dit mooie werk en op mijn vrije dagen wandel en fiets ik graag met mijn man. Verder ben ik dol op koken en bakken waar onze 3 volwassen kinderen dankbaar gebruik van maken door regelmatig aan te schuiven. En als er nog tijd over is pak ik mijn haak- of breiwerk op.