

Nieuwsbrief

najaar 2025



Nieuwe doktersassistente in de praktijk

Het is moeilijk om genoeg mensen te vinden die in de zorg willen werken. Gelukkig hebben wij een nieuwe doktersassistente gevonden. Mevrouw O. Aoquab is onze nieuwe collega. Vanaf september ziet u haar vaak in de praktijk. U hoort haar ook aan de telefoon.

Open voor nieuwe inschrijvingen

U heeft bij ons uw eigen huisarts. Als uw huisarts er niet is, kunt u bij een andere huisarts in de praktijk terecht voor spoedgevallen.

Kent u iemand die op zoek is naar een nieuwe huisarts? Woont die persoon in de buurt van ons gezondheidscentrum? Dan is diegene van harte welkom om zich bij ons in te schrijven.

Loop gerust even langs bij de balie. Daar krijgt u meer informatie. Ook kunt u daar een inschrijfformulier ophalen.



Agenda 2025

- Bijeenkomst Laatste Levensfase 7 oktober 2025
- Griep- & pneumokokken vaccinatie 4, 5, 6 november
- Fundus oogmeting 2 december locatie SHG Nieuw Waldeck

Nieuwsbrief

najaar 2025



Kies voor jezelf: stop met roken of vaperen in oktober.

Stoppen met roken of vaperen is soms moeilijk

U bent gewend aan het sigaretje. Veel mensen om u heen roken of vaperen ook. Misschien voelt u zich minder gestrest als u rookt. Misschien heeft u al vaak geprobeerd te stoppen, maar lukte het niet. Of bent u bang dat u aankomt als u stopt.

Maar stoppen is goed voor uw gezondheid

En dat niet alleen! Er zijn meer voordelen als u stopt:

- U houdt meer geld over, want roken / vaperen kost veel
- U krijgt meer energie
- U ziet er beter uit
- Het is beter voor de mensen om u heen
- U bent niet meer verslaafd

Wilt u stoppen, maar weet u niet hoe?

Doe mee met Stoptober! Daar krijgt u hulp om te stoppen met roken of vaperen. Of bespreek het met uw huisarts of praktijkondersteuner.

Meer informatie over Stoptober

Kijk voor meer informatie over Stoptober op de website www.ikstopnu.nl.



Ontdek wat werkt voor jou

ikstopnu.nl

Vakantie Huisartsen najaar

Mevrouw Van der Auweraert
22 t/m 26 september 2025

Mevrouw Van den Berg
1 t/m 19 september 2025

Mevrouw Van Eersel
8 t/m 19 september 2025

Mevrouw De Jong
20 t/m 24 oktober 2025



Rapportcijfer Fysiotherapeuten

Onze fysiotherapeuten zijn dit jaar beloond met een prachtig rapportcijfer: een 9.4! Dit prachtige cijfer kregen zij van tevreden cliënten.

Nieuwsbrief

najaar 2025

Nieuwe voorlichtingsbijeenkomst “Uw wensen in de Laatste Levensfase”

Staat u wel eens stil bij wat u belangrijk vindt in uw laatste levensfase? Of speelt dit bij één van uw naasten?

Bent u het gesprek hierover wel eens aangegaan met uw naasten of uw huisarts? Ook als u nog niet precies weet wat u wilt?

Vanwege vele positieve reacties op onze eerdere voorlichtingsbijeenkomst, organiseren we deze bijeenkomst opnieuw op 7 oktober 2025.

Huisarts mevrouw De Jong, vertelt u dan meer over onderwerpen zoals:

- Wat is er te kiezen in de laatste levensfase?
- Wat is belangrijk voor u wanneer uw gezondheid achteruit gaat? En weten uw naasten dat?
- Praktische regelzaken om over na te denken.

We nodigen u van harte uit om - samen met een naaste - naar onze bijeenkomst te komen. Twee horen meer dan één.



Details Bijeenkomst

Datum: 7 oktober 2025

Tijd:

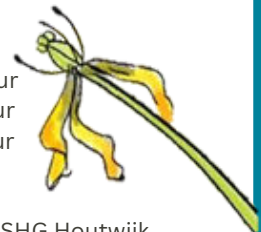
inloop vanaf 18:00 uur
start 18:30 uur
einde rond 20:00 uur

Locatie:

Gezondheidscentrum SHG Houtwijk
Hildo Kroplaan 71, Den Haag

Aanmelden

Kom langs bij de balie.
Of stuur een email naar gchoutwijk@shg.nl



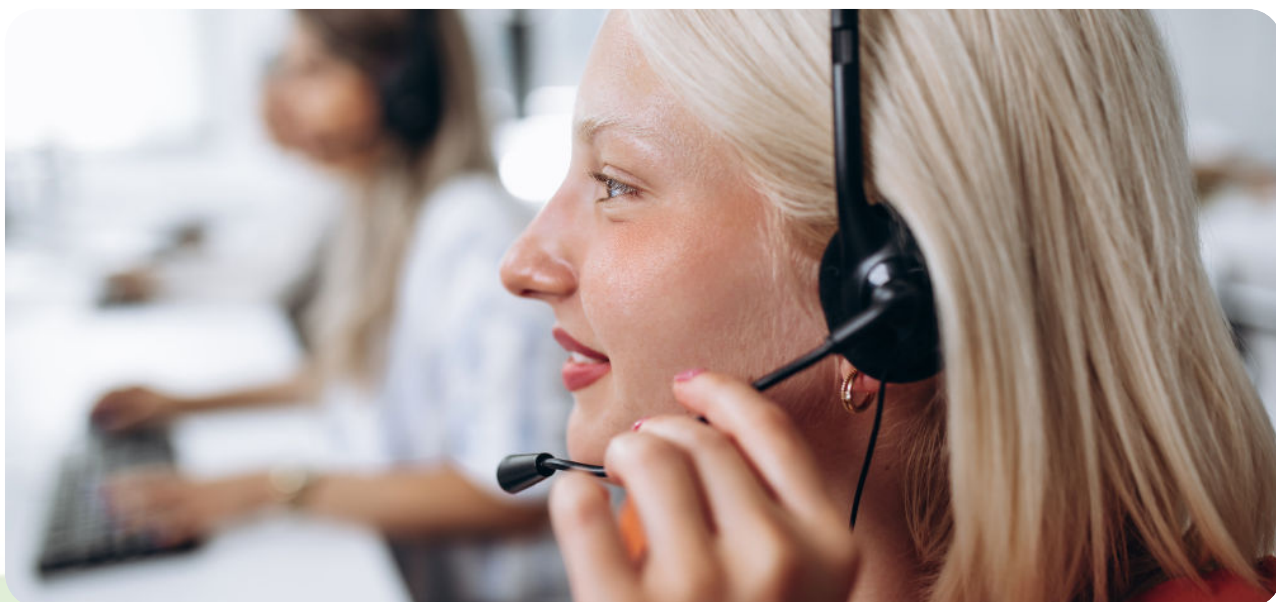
Gratis Valrisico test

Vallen bij senioren is een veelvoorkomend en serieus probleem. Vallen kan grote gevolgen hebben voor de zelfstandigheid en kwaliteit van leven. Senioren kunnen een gratis valrisicotest doen bij gezondheidscentrum SHG Nieuw Waldeck.

De vitaliteitscoach gebruikt hierbij een slimme mat (SmartFloor) om het valrisico te meten. Senioren krijgen meteen advies om minder snel te vallen. Heeft u interesse? Uw huisarts kan u naar het spreekuur voor deze test doorverwijzen.

Nieuwsbrief

najaar 2025



Makkelijk gezondheidszaken regelen vanuit huis

Wilt u gemakkelijk uw gezondheidszaken regelen vanuit huis? Op een moment dat u het uitkomt? Kijk dan op de website [MijnGezondheid.net](https://www.mijngezondheid.net). Of gebruik de app [Medgemak](#). U regelt hier het volgende bij de huisarts:

- Uw medische gegevens bekijken
- Een afspraak maken
- Een bericht sturen naar uw huisarts
- Medicijnen bestellen
- Advies van uw huisarts teruglezen

Meld u aan via www.mijngezondheid.net

Gezondheidscentrum SHG Houtwijk

Hildo Kroplaan 71
2552 XM Den Haag
gchoutwijk@shg.nl
tel. 070 - 397 11 01
www.gchoutwijk.nl

Diensten

- Huisartsenzorg
 - Fysiotherapie
 - Diëtik
 - Podotherapie
- na verwijzing huisarts:
- Bloedafname
 - Dermatologie
 - Medische echografie

Openingstijden

Maandag t/m vrijdag
van 8:00 - 17:00 uur