



IN DIT NUMMER

IkPas – Dry January, 30 dagen zonder alcohol
Hulp bij online mogelijkheden van je huisartsenpraktijk
Apotheek Servicepunt De Vuursteen

IKPAS – DRY JANUARY, 30 DAGEN ZONDER ALCOHOL

Door een pauze in te lassen, ontdek je welke rol alcohol speelt in je leven. Je komt erachter hoe vaak je automatisch naar een drankje grijpt. Onderzoek heeft aangetoond dat deelnemers aan IkPas minder alcohol blijven drinken na hun deelname. IkPas draagt dus bij aan een blijvende gezonde leefstijl.

Veel deelnemers merken al snel de voordelen van een alcoholpauze: je slaapt beter, voelt je energiever en kunt zelfs gewicht verliezen. Naast deze lichamelijke voordelen, meldden veel deelnemers dat ze zich ook mentaal scherper en fitter voelden.

Samen met de rest van Nederland zet je je alcoholgebruik op pauze. Dus je bent nooit alleen! Wil je met je gezin, voetbalclub, vriendengroep, afdeling of het complete bedrijf meedoen? Maak dan een teamchallenge aan in de IkPas app. Samen kun je successen delen, struikelblokken overwinnen en elkaar aanmoedigen; samen sta je nog sterker!

Download de gratis app vandaag nog en doe mee. Begin het nieuwe jaar met een nuchtere, frisse start en ervaar zelf hoe een korte pauze al tot positieve veranderingen kan leiden!

Kijk op www.ikpas.nl voor meer informatie.

HULP BIJ ONLINE MOGELIJKHEDEN VAN JE HUISARTSENPRAKTIJK

1
1
2

In een medisch dossier staan de gegevens over jouw gezondheid, zoals de diagnose en de medicijnen die je slikt. Je huisarts houdt het medisch dossier bij. Met Uw Zorg Online heb je direct toegang tot jouw medisch dossier.

Je kunt online (via internet) in je medisch dossier kijken: via je computer, laptop, tablet of telefoon. Ook kun je online vragen stellen aan je huisarts, afspraken maken of herhaalrecepten bestellen.



Wil jij graag gebruik maken van de online mogelijkheden van je huisartsenpraktijk, maar loop je tegen problemen aan of heb je vragen zoals:

- Hoe maak ik een account aan?
- Hoe kan ik inloggen via de website of via de app? Ik wil inloggen met DigiD. Hoe doe ik dat?
- Wat kan ik allemaal met Uw Zorg Online?
- Ik ben mijn wachtwoord vergeten, wat nu?

Kom voor hulp naar ons Digitaal inloop spreekuur. Je kunt als patiënt van één van praktijken op alle inloop spreekuren binnenlopen tussen 15:00 en 16:00 uur. Je hoeft je niet aan te melden.

20 januari 2025: Huisartsenpraktijk Molenhoek

17 februari 2025: Huisartsenpraktijk Overasselt

6 januari of 3 februari 2025: Huisartsenpraktijken De Kroonsteen Boven en Beneden Malden

APOTHEEK SERVICEPUNT DE VUURSTEEN

Vanaf 1 januari wordt Service Apotheek De Vuursteen in Molenhoek een Apotheek Servicepunt. Dit komt omdat er veel verandert in de zorg en de apotheek goed voorbereid wil zijn op de toekomst. Een groeiende vraag naar medicijnen, geneesmiddelttekorten en steeds minder beschikbaar goed opgeleid personeel, maken het steeds uitdagender om jou als patiënt veilig en goed te helpen.

Wat betekent dit?

Alle recepten van de huisarts of specialist gaan naar de Service Apotheek Malden. Je kunt kiezen hoe je je medicijnen wilt ontvangen.

- Medicijnen kunnen iedere werkdag van 13.30 tot 17.30 uur opgehaald worden bij Apotheek Servicepunt De Vuursteen.
- Je kunt je medicijnen ook ophalen bij Service Apotheek Malden van maandag tot vrijdag tussen 08.00 en 17.30 uur en zaterdag van 09.00 tot 12.00 uur.
- We kunnen je medicijnen bij je thuis bezorgen op doordeweekse dagen.
- Je kunt ook gebruik maken van onze afhaalkluisen in Malden en Mook.

Het is belangrijk dat de apotheek weet hoe je je medicijnen wilt ontvangen. Geef je keuze door via e-mail, telefoon of aan de balie. Als je niets doorgeeft, houdt de apotheek de huidige manier aan.

En verder:

- Medicatie bestellen: je kunt je medicijnen blijven bestellen zoals je gewend bent, via de app, e-mail, telefoon of herhaalreceptenlijn. Gebruik je de Service Apotheek-app? Pas dan wel even de apotheek aan in de app.
- Herhaalmedicatie: bestel je je herhaalmedicatie op werkdagen vóór 12.00 uur, dan kun je deze de volgende werkdag vanaf 13.30 uur ophalen bij het Servicepunt.

- Medicijnrol: gebruik je een medicijnrol die je om de twee weken ontvangt? Dan verandert er niets voor jou.
- Spoedmedicatie: heb je medicijnen dezelfde dag nog nodig? Bestellingen vóór 12.00 uur kun je na 13.30 uur ophalen. Bestel je na 12.00 uur, dan kun je de medicijnen ophalen bij Service Apotheek Malden of laten bezorgen (ook in de afhaalcluis).
- Vertrouwd team: je wordt geholpen door het team dat je al jaren helpt.

Heb je vragen, neem dan contact op met het team van Service Apotheek Malden en Apotheek Servicepunt de Vuursteen.

024 358 24 18 of info@apotheekmalden.nl



Gezondheidscentra Samen Gezond

Samenwerkingsverband van zorgverleners in de gemeenten Heumen en Mook en Middelaar

De Kroonsteen 8

Schoolstraat 8
6581 BG Malden

Huisartsenpraktijk Overasselt

Beatrixstraat 6
6611 BT Overasselt

De Kroonsteen 1

Kloosterhof 1
6581 BT Malden

Huisartsenpraktijk MC Mook

Kon. Julianastraat 3a
6585 XP Mook

De Vuursteen

Prinsenvweg 6
6584 AZ Molenhoek



CONTACT

Voor vragen over deze nieuwsbrief kun je contact met ons opnemen via T. 024 358 20 27