

## Belangrijk nieuws van uw huisartsenpraktijk

### Wist u dat?

- **U herhaalrecepten makkelijk online kunt aanvragen?**

Dat kan via [MijnGezondheid.net](https://mijngezondheid.net) (MGN) of de MedGemak-app. Dit is vaak de snelste en makkelijkste manier om uw medicijnen te bestellen. U kunt ook gebruikmaken van de herhaalservice van uw apotheek.

Vindt u dit lastig? Lees dan verderop in deze nieuwsbrief onze tips voor hulp bij de computer. U kunt natuurlijk ook bellen met onze huisartsenpraktijk. Kies voor herhaalrecepten (toets 3).

- **U ook online een vraag kunt stellen aan de assistente?**

Heeft uw vraag geen spoed? Dan kunt u uw vraag ook online aan de assistente stellen via [MijnGezondheid.net](https://mijngezondheid.net) of de MedGemak-app. U krijgt binnen 2 werkdagen antwoord. Zo hoeft u niet te wachten aan de telefoon.

### Belangrijke informatie over de grieprik en pneumokokkenprik

Heeft u een medische reden voor een grieprik of pneumokokkenprik, bijvoorbeeld door een langdurige aandoening of verminderde afweer? Dan ontvangt u medio oktober een brief met de datum en tijd van uw afspraak.

- ☐ **Neem uw uitnodiging mee naar de afspraak**
- ☐ De uitnodiging voor de grieprik is wit
- ☐ De uitnodiging voor de pneumokokkenprik is blauw
- ☐ De prikken worden gegeven in de **Romeynshof**, rechts naast onze praktijk. Adres: **Stresemannplaats 8**.



### Wilt u de grieprik zonder uitnodiging?

Heeft u geen uitnodiging gekregen, maar wilt u toch graag een grieprik? Dan heeft u geen medische reden die recht geeft op een vergoeding. U kunt de prik wel op eigen verzoek krijgen. U kunt dit aanvragen via [MijnGezondheid.net](https://mijngezondheid.net) of de MedGemak-app. Stuur een bericht naar de assistente en zet in het onderwerp: **grieprik op eigen verzoek**. De assistente neemt daarna contact met u op om een afspraak te maken.

Gebruikt u [MijnGezondheid.net](https://mijngezondheid.net) of de MedGemak-app niet? Dan kunt u ook bellen met de assistente of uw verzoek doorgeven aan de baliemedewerker.

De kosten zijn € 40. U betaalt dit bedrag contant tijdens uw afspraak.

## Hulp bij lezen, schrijven en de computer

Vindt u lezen, schrijven of werken met de computer lastig?

U bent niet de enige. Vertel het gerust aan uw huisarts of de assistente.

Wij houden hier graag rekening mee en kunnen informatie rustig uitleggen.



Wilt u beter leren lezen, schrijven of omgaan met de computer?

De **Taalcursus ABC van de gemeente Rotterdam** kan u helpen. U kunt gratis lessen volgen.

**Neem contact op via:** Telefoon: 010 432 49 11, of e-mail: taalopnoord@alsare.nl

## Wat hebben kunst en gezondheid met elkaar te maken?

**Kunst kan bijdragen aan uw gezondheid.** Zelf creatief bezig zijn, maar ook genieten van muziek, een museum of een concert kan helpen om te ontspannen en nieuwe energie te krijgen.

**Tip:** Met de Rotterdampas kunt u veel leuke en creatieve activiteiten doen, zoals een museum of tentoonstelling bezoeken. Rotterdamse 65-plussers kunnen dit jaar eenmalig een Rotterdampas voor € 20 aanschaffen. Heeft u een mantelzorgverklaring? Dan kunt u de Rotterdampas gratis aanvragen.

Veel mensen die in onze praktijk werken, houden van kunst. Dokter Derksen houdt van fotografie. In de praktijk hangt een bijzondere foto van haar van de Markthal in Rotterdam. Dokter voorbrood maakt textielkunst. Met verschillende stoffen maakt ze wandpanelen en stoffeert ze meubels.

Dokter Buis en Dokter Vuik schilderen graag. Dokter Buis houdt van abstract schilderen, waarbij je steeds iets nieuws ontdekt. Door nieuwe vormen en kleuren te kiezen ontstaat steeds iets anders. Dokter Vuik schildert graag stillevens, haar stijl is meer precies met oog voor detail.

Ook muziek en dans vallen onder kunst. Dokter de Ruijter zingt graag in een koor. Dokter Braunstahl speelt dwarsfluit en treedt op in een symfonieorkest of kleinere groepen. Muziek helpt hen te ontspannen, en laat hen nieuwe mensen ontmoeten. Praktijkondersteuner Eliza houdt van verschillende soorten dans: van hiphop en modern tot salsa.

Zoals u ziet zijn er verschillende manieren om met kunst bezig te zijn. U kunt zelf kunst maken, maar ook genieten van kunst door bijvoorbeeld naar een museum, concert of voorstelling te gaan.

Praktijkondersteuner Patricia doet dit graag voor haar ontspanning, het liefst samen met anderen. Ook praktijkondersteuner Bregina houdt hiervan, en organiseert zelf ook de nodige uitjes via het digitale platform Klup.

