



Namens alle medewerkers van het
Gezondheidscentrum Terwinselen wensen wij u
vrolijk Pasen.



Wist u dat ...

...de openingstijden van de apotheek veranderen na Pasen?

Vanaf dinsdag 22 april gelden er nieuwe openingstijden voor de apotheek.

Van maandag t/m vrijdag is de apotheek geopend van:

08.30 – 12.30 uur

13.30 – 17.30 uur

Op zaterdag is de apotheek geopend van:

09.00 – 13.00 uur

**...op tweede paasdag, maandag 5 mei, hemelvaartsdag en tweede pinksterdag
het gezondheidscentrum gesloten is?**

...u op het etiket van uw medicijnen kunt zien hoeveel u nog tegoed heeft?

Bij medicijnen van Service Apotheek GC Terwinselen staat dit duidelijk vermeld.

Dit is makkelijk te controleren:

1. **Op het etiket:** Het etiket laat zien hoeveel medicijnen u nog tegoed heeft.
2. **Geen tegoed op etiket:** Als er niets staat, kunt u uw medicijnen met de Service Apotheek-app bestellen of via de Mijnhuisarts online app. Deze kunt u downloaden in de App Store of Google Play Store.
3. **Gewenste medicijn niet in de app:** Neem dan contact op met uw apotheek.

SA GC Terwindselen 045 569 79 06
Apotheker: DRS CM Feher
01-01-2025
Voorschrijver
MW. T. Test 01-01-1900
100 ST Paracetamol 500mg SAM TABL
Herhaaltegoed: 100 ST

Veiligheid voor u en onze medewerkers

BHV

In het Gezondheidscentrum zijn een zestal medewerkers opgeleid als BHV'er. Zij volgen hiervoor elk jaar een cursus, zodat de kennis up-to-date is en ze weten hoe er gehandeld moet worden bij calamiteiten.

AED

Ook is er een AED aanwezig. Deze hangt in de wachtkamer. Bij noodsituaties kunnen we direct starten met reanimatie en het inzetten van de AED. Van alle disciplines in het gezondheidscentrum volgen medewerkers jaarlijks een AED-cursus en behalen het AED-certificaat.



Voorkomen van vallen

Onderzoek wijst uit dat meer dan honderduizend 65-plussers jaarlijks op de spoedeisende hulp belanden na een val. Valpreventie is belangrijk om het aantal valongevallen te verminderen.

Vanuit uw eigen gemeente worden er kosteloos valpreventie cursussen aangeboden. Meer weten over deze cursussen en waar ze plaatsvinden? Klik dan hieronder.

[Gemeente Kerkrade](#)

[Gemeente Heerlen](#)

[Gemeente](#)

Vanuit zowel de huisartsenpraktijk als de fysiotherapie is er extra aandacht voor kwetsbare ouderen. Wanneer u een hoog risico heeft om te vallen, kunnen we een valanalyse bij u afnemen. Samen proberen we het valrisico zo klein mogelijk te maken. Heeft u hier vragen over dan kunt u via de assistente contact opnemen met Anja Hensgens, POH ouderenzorg.

Aanbod stoppen-met-roken

Ben je tussen de 18 en 39 jaar oud dan kun je als (aanstaande) ouder gebruik maken van stoppen-met-rokencoach Linda de Boer. De kans dat stoppen met roken lukt, is groter als je hulp krijgt.

- De coaching wordt vergoed vanuit de basisverzekering en valt niet onder het eigen risico (controleer wel de voorwaarden van je zorgverzekeraar). Het kost je dus niets!
- Linda neemt kort na de aanmelding telefonisch contact met je op en vertelt je dan meer over de coaching, vergoeding en de voorwaarden.
- Je beslist pas na deze kennismaking of je met de coaching wilt starten.
- Je krijgt minimaal 6 gesprekken van ca. 20 minuten met adviezen, tips, en steun van Linda.
- De gesprekken vinden plaats op een moment waarop het jou uitkomt.
- De gesprekken zijn gedeeltelijk op locatie en gedeeltelijk telefonisch. Het kan ook helemaal telefonisch als je dat liever hebt.

Meer info of jezelf aanmelden voor een kennismakingsgesprek met Linda?

Dit kan tot juni 2025. Kijk op de [website](#) van Aesculaap.

In het Gezondheidscentrum kan er ook gebruik worden gemaakt van persoonlijke begeleiding door Praktijkondersteuner Giaconda Rutzerveld.

Stoppen met roken is niet gemakkelijk. Er wordt een beroep gedaan op uw doorzettingsvermogen om te komen tot leefstijlverandering. Hierbij kan Giaconda u helpen. Dit kan het gehele jaar en voor alle leeftijden. Heeft u interesse, vul dan de vragenlijst in en lever deze in bij de balie.

Reizigersvaccinatie in het Gezondheidscentrum

Wie ver op reis gaat, wil zo goed mogelijk beschermd zijn tegen mogelijke ziekten. Voor een persoonlijk advies kunt u terecht bij [Vaccinatiepunt](#).



Via de website krijgt u advies over welke vaccinaties u nodig heeft en kunt u al uw vragen stellen. Via het Vaccinatiepunt maakt u vervolgens een afspraak bij het Gezondheidscentrum Terwinselen voor het zetten van de vaccinatie. Deze wordt gezet door de doktersassistente.

Ook als u geen patiënt bent bij de huisartspraktijk, kunt u via het Vaccinatiepunt een afspraak maken.

Slaapcursus

In het Gezondheidscentrum worden verschillende cursussen aangeboden. De slaapcursus wordt gegeven in kleine groepen, boven in onze vergaderzaal.

Slaapcursus

Bij voldoende aanmeldingen organiseren de POH-GGZ een slaapcursus. Deze is gericht op informatie over slaap en leefstijl. Deelnemers worden daarbij gevraagd om te onderzoeken hoe hun persoonlijke slaappatronen eruit zien en waar zij zelf mogelijke aanpassingen kunnen doen aan de hand van de inhoud van de cursus. De cursus omvat een vijftal bijeenkomsten van max. 1,5 uur per keer.

Wilt u meer informatie over de slaapcursus, stuur dan een berichtje naar info@gcterwinselen.nl. De cursus start bij voldoende aanmeldingen.

Bereikbaarheid

Huisartsenpraktijk Terwinselen	045-5410836
Spoedlijn	045-5427999
Huisartsen Spoedpost Oostelijk Zuid-Limburg	045-5778844
Service Apotheek Terwinselen	045-5697906
Tandartspraktijk Bekkerveld	045-5717107
Fysiotherapiepraktijk Welman	045-5418490

Bent u verhuisd, heeft u een ander telefoonnummer of e-mailadres, geef het aan ons door!

6467 GC KERKRADE
Nederland

Telefoon: [045-5410836](tel:045-5410836)
E-mail: info@gcterwinselen.nl

[Uitschrijven](#)