

Slingeland

magazine



Ik word geopereerd. En nu?
Kinderadviesraad maakt vliegende start
Tips over gezond ouder worden

JUNI 2025 - NUMMER 25/2





Dit gespecialiseerde team staat voor je klaar!

Bij ons kun je terecht op het gebied van:

- eet- en drinkproblematiek bij (zeer) jonge kinderen
- spraakproblemen
- taalproblemen
- lees- en/of spellingsproblemen
- afwijkende mondgewoonten (OMFT)
- kaakklachten
- stemklachten
- ademhalingsproblemen (veroorzaakt door COPD, astma, COVID-19, stress of spanning)
- neurologische problematiek (ALS, Parkinson, MS, beroerte, hersenbloeding)



Hofstraat - Bezelhorstweg - Verdilaan - Rooseveltstraat -
Zonneplein - Schubertlaan (De Bolster) - Dr. Grashuisstraat (Zelhem)
www.logopediedoetinchem.nl - 0314-362965 - info@logopediedoetinchem.nl



Uw eigen wensen, gewoonten en omgeving: ze geven uw leven kleur, brengen geluk. Juist als gezondheid minder vanzelfsprekend wordt. Uw geluk, dat motiveert ons: in zorg thuis, onze huizen en revalidatie. Samen met u zoeken hoe het kan: **leven zoals u wilt.**

sensire.nl

sensire

leven zoals u wilt

Uw specialist voor kleine klachten of complexe problemen

Een team van specialisten staat voor u klaar. Mensen uit uw buurt, met een hart voor de zorg. Van revalidatie tot ziekenhuiszorg bij u thuis. Altijd afgestemd op uw situatie.

Ontdek de zorg die bij u past:

- ➔ Fysiotherapie
- ➔ Ergotherapie
- ➔ Logopedie
- ➔ Diëtik

Advies- en behandelcentrum | Terborg

☎ 0315 - 338 260

✉ abc@azora.nl

Zó zorgen we voor elkaar
in de Achterhoek.



azora



azora-abc.nl | volg ons | [f](#) [@](#) [You Tube](#) [in](#)

'Ziekenhuis van iedereen'

Als Slingeland Ziekenhuis zijn we écht van en voor de regio. Dag en nacht staan we klaar voor patiënten in de Achterhoek die op ons rekenen. Veel van onze medewerkers wonen in de omgeving, en we werken nauw en goed samen met andere zorgaanbieders in ons verzorgingsgebied. Die regionale verankering zorgt ervoor dat we deskundige én persoonlijke zorg kunnen bieden.

Daarbij vinden we het belangrijk om goed naar onze patiënten te luisteren. We hebben een betrokken Cliëntenraad die ons waardevolle feedback geeft. Maar we horen ook graag de stem van onze jongste patiënten. Daarom zijn we gestart met een Kinderadviesraad (KAR). Als oud-burgemeester weet ik hoe goed kinderen kunnen verwoorden wat er nodig is. In deze editie van Slingeland Magazine leest u over de KAR en stellen de zes jonge leden zich voor.

Verder in dit magazine aandacht voor de Vrienden van het Slingeland. Deze stichting zet zich in om het verblijf van onze patiënten aangenamer te maken. Denk aan de hoofdhuidkoeler die helpt haaruitval tijdens chemotherapie te verminderen, of Koosje Troostje, een knuffel die kinderen op de Spoedeisende Hulp krijgen. Met de komst van het nieuwe ziekenhuis hebben we nog veel meer wensen. Daarvoor zijn we op zoek naar nog meer vrienden én sponsors.

Elke dag werken we aan de verbetering van onze zorg. Gerieters Tamara Bongers en Marie Vriens geven tips om gezond ouder te worden. Verder leest u over de operatieve screening. Wat houdt dit traject in en waarom is het belangrijk? Vaatchirurg Dick Scharn vertelt alles over het Hypothenaar Hammer Syndrome, een beroepsziekte die opvallend vaak voorkomt bij jonge mensen.

Kortom, er is weer veel te lezen. Over deskundige en persoonlijke zorg, met een sterke betrokkenheid van patiënten en de regio. Zo blijven we een écht 'ziekenhuis van iedereen'.

Otwin van Dijk,
voorzitter
raad van bestuur



20

Vrienden van het Slingeland

Kleine dingen maken een groot verschil



10

Gezond blijven

Nooit te laat om
aan je gezondheid
te werken



14

Kinderadviesraad

Luisteren naar
de stem van jonge
patiënten

04 Het Hypothenaar Hammer Syndrome uitgelegd

24 Ik word geopereerd. En nu?

Colofon

Slingeland Magazine
wordt vier maal
per jaar uitgegeven.

Eindredactie

Saskia Steenberg
(PR-functionaris)

Redactie

Laura Scholten
(communicatieadviseur)
Nail Aboosy
(internist)
Ans Lepoutre
(frontofficemedewerker KNO)
Lisanne Posma
(chirurg-oncoloog)

Tekst

Anja Klein
Laura Thuis
Maaïke Kuyvenhoven

Fotografie

Marcel Rekers
Karel Peters
Jennifer Grosman
Olivier

Bladcoördinatie

Sasja Gerritsen

Uitgever

BC Uitgevers BV
T 0515 42 94 29

Vormgeving

Hannique de Jong

Oplage 5.000

Bladmanager & advertentieverkoop

Digna Ketelaar
T 06 44 20 99 10

www.slingeland.nl
instagram.com/slingelandziekenhuis
facebook.com/Slingeland

‘Deze operatie maakt 100% Niet behandeld ‘Hypothenar Hammer Syndrome’ kan

Vaatchirurg Dick Scharn werkt al ruim 20 jaar met veel plezier in het Slingeland Ziekenhuis. Er is een specifieke operatie die hij bijzonder graag uitvoert: “Dat is de operatie aan de hand van bijvoorbeeld een vrachtwagenchauffeur, kunstenaar of schietinstructeur. De klachten belemmeren hem of haar in het werk. Het is fantastisch om iemand weer pijnvrij te kunnen laten werken.” Niet opereren kan desastreus zijn: “Soms is amputatie niet te vermijden.”

Het gaat om het Hypothenar Hammer Syndrome (HHS). “Deze aandoening lijkt zeldzaam”, vertelt Dick Scharn. “En het is waar dat het syndroom niet vaak voorkomt. Maar wel vaker dan we denken. Het is een syndroom dat sluimerend aanwezig kan zijn.” Bij het HHS worden vaten die lopen van de handpalm naar de vingers afgesloten. De handpalm voelt daardoor pijnlijk aan en vingertoppen worden blauw. “Dit kan mensen overkomen die chronisch de palm van hun hand belasten doordat ze druk moeten zetten. Het gaat dan specifiek om de pinkmuis van hun hand. Denk bijvoorbeeld aan mensen in de bouw. Maar ik kan me ook voorstellen dat kunstenaars dit overkomt. Of slagers, hoveniers en schietinstructeurs. Mensen met deze beroepen werken allemaal met handgereedschap waarmee ze kracht zetten. Ze gebruiken hun hand min of meer als hamer. Vandaar de naam van het syndroom.”

Samenwerken met plastisch chirurg

Dick is een van de vaatchirurgen binnen het Slingeland Ziekenhuis en vooralsnog de enige die deze specifieke operatie uitvoert. “We hebben een samenwerking met de regio Ede/Arnhem en steeds vaker komen patiënten uit deze regio naar het Slingeland om aan dit syndroom geholpen te worden. We beginnen de specialist op dit vlak te worden. Dat komt ook doordat ik dit type operatie heel interessant vind. Voor mij is het bijvoorbeeld ongebruikelijk om een hand open te leggen. Ik heb de anatomie van de hand echt moeten leren kennen. Het overgrote deel van mijn operaties voer ik als vaatchirurg uit op andere onderdelen van het lichaam. Daarom doe ik deze operaties altijd samen met een plastisch chirurg. Zij kennen perfect de toegang naar de vaten in de handen en weten exact waar de incisie moet komen. Zij snijden op zo’n manier dat de patiënt later geen last heeft van een onnodig litteken. Ik vind het heel leuk om op die manier met mijn collega’s samen te werken.” De andere reden waarom Dick deze operatie graag uitvoert, is dat mensen na de operatie vrijwel allemaal 100% zijn genezen. “Ze kunnen hun werk en leven weer oppakken. Dat is toch geweldig?” Last but not least: niet opereren heeft zware gevolgen. Dick: “Door de repeterende druk op de pinkmuis, beschadigen de bloedvaten, schiet er een bloedpropje naar de slagader in de vinger en de



Vaatchirurg Dick Scharn: “Het Hypothenar Hammer Syndrome komt vaker voor dan we denken en als je er niet op tijd bij bent is een amputatie op den duur niet te vermijden.”

verschil'

ingrijpende gevolgen hebben



Vaatchirurg Dick Scharn deelt zijn kennis over en de behandeling van HHS met zijn co-assistent Raun te Bogt.



vingertop wordt afgesloten. Als er te lang geen zuurstof bijkomt, is een amputatie op den duur niet te vermijden. Daarom is het belangrijk dat we alert zijn op dit syndroom.”

Handschoenen kunnen helpen

Bij de operatie wordt het slechte stukje vat uit de slagader in de vinger vervangen door een stukje ader uit de enkel. Zo'n vat heeft een doorsnee van 3 millimeter, dus dat is priegelwerk met een loepbril. “Heel erg leuk”. De operatie duurt al met al twee uur. De patiënt kan dezelfde dag naar huis. De pijn is weg en vaak kleuren de vingertoppen vrijwel direct weer normaal. Zijn er tips om dit syndroom te voorkomen?

“Dat is een goede vraag. Ik denk dat we hier nog verder onderzoek naar moeten doen. Ik kan me in ieder geval voorstellen dat het goed is om handschoenen te dragen met een siliconenpad op de handpalm, vooral je pinkmuis. Bescherm je handen waar je kan. Om een desastreus gevolg als amputatie te voorkomen, is het belangrijk dat patiënten zich melden als ze pijn krijgen. Artsen stellen vrijwel altijd dat een patiënt met donkerkleurende vingertoppen moet stoppen met roken, wat natuurlijk een veroorzaker van de klacht aan de vingertop zou kunnen zijn. Maar artsen moeten ook verder kijken dan die constatering. Vooral als het om jonge mensen gaat met een specifieke hobby of beroep.”



Timmerman Jeroen de Vaan

“In één keer werd mijn vinger bijna zwart”

“Ik heb 20 jaar als timmerman gewerkt zonder klachten. Maar opeens kreeg ik een prikkelend gevoel in mijn handpalm, alsof mijn hand sliep. Mijn ringvinger kleurde donker. Na een paar dagen was 'ie bijna zwart. Ik ben niet zo'n dokterloper, maar mensen om me heen zeiden dat het misschien een goed idee was om hier toch even naar te laten kijken. Mijn huisarts stuurde me door naar het ziekenhuis voor een vaatonderzoek. Er werd contrastvloeistof in mijn vinger gespoten. Zo zagen ze dat ik een van de bloedvaten in mijn handpalm verwijd was. Daardoor kreeg ik embolievorming in mijn ringvinger. Ik kwam bij dokter Scharn en hij vertelde over het Hypothenar Hammer Syndrome. Nou, dat kan kloppen want ik gebruikte mijn hand inderdaad als hamer. Ik werk 40 uur per week als timmerman en heb eigenlijk nooit wat aan mijn handen of vingers. Mijn hamer hou ik altijd met twee handen vast. Er gebeurt eigenlijk nooit wat. Maar als we een wandje moesten stellen, kon ik met mijn hand een flinke klap op de staander geven om 'm op z'n plek te zetten. Dat had ik niet moeten doen. Als ik een collega zie doen wat ik altijd deed, vertel ik wat mij is overkomen. Een hamer gebruiken is beter. Dat gedoe moet je niet willen. Tijdens de operatie verwijderde dokter Scharn het slechte deel van mijn bloedvat en naaide de twee uiteinden weer aan elkaar. Soms hebben ze een extra stukje bloedvat nodig, maar dat was in mijn geval niet nodig. Ik kon direct naar huis maar heb wel een week of twee thuis gezeten. Toen de hechtingen eruit waren, kon ik na een paar dagen weer aan het werk. Heel soms voelt m'n hand nog een beetje dof, maar over het algemeen heb ik helemaal geen klachten meer. Ik let nu wel meer op. Niet meer mijn hand, maar altijd de hamer gebruiken.”

Timmerman Jeroen de Vaan



Nieuwbouwexpositie vernieuwd

Bezoek de expositie in de centrale hal

Langs de A18 wordt iedere dag volop gewerkt aan het nieuwe Slingeland Ziekenhuis. Wie erlangs rijdt, ziet het ziekenhuis letterlijk uit de grond oprijzen. Omdat er zoveel gebeurt, is de expositie 'Een nieuw Slingeland' vernieuwd.

Kom eens langs en ontdek hoe we onze moderne zorgcampus steeds verder vormgeven. Proef de sfeer van de inrichting, kijk hoe het ziekenhuis harmonieus wordt geïntegreerd in het prachtige Achterhoekse landschap en ontdek hoe de architecten zich door deze omgeving hebben laten inspireren.

De expositie, met een indrukwekkende maquette van ons nieuwe Slingeland, vindt u in de centrale hal.

Neem gerust eens een kijkje en ontdek de plek waar patiënten en bezoekers zich straks welkom, veilig en vertrouwd voelen, juist op hun meest kwetsbare momenten.





Poliklinische apotheek en dienstapotheek

Deze apotheek bevindt zich in het TEC-gebouw van het Slingeland Ziekenhuis, boven de Huisartsenpost. Apotheek Oude IJssel is overdag een poliklinische apotheek en gedurende de avond, nacht en weekenden is deze apotheek de dienstapotheek voor de regio Doetinchem en omstreken. U kunt er ook te allen tijde terecht voor zelfzorgmiddelen zonder recept.

Poliklinische apotheek 08.00-17.30 uur

Bij de poliklinische apotheek kunt u terecht met recepten afkomstig van de specialist na een polikliniek bezoek, van de verpleegafdeling na een ontslag uit het ziekenhuis en van de huisarts.

Dienstapotheek 17.30-08.00 uur

Buiten de openingstijden van de andere apotheken kunt u bij de apotheek Oude IJssel terecht met uw recept van de huisartsenpost of van uw huisarts.

Kruisbergseweg 27 7009 BL Doetinchem Tel: 0314-32 93 88 E-mail: apotheekoudeijssel@ezorg.nl

Voor iedereen een huisarts.

Daar streven wij naar in de West-Achterhoek. Maar misschien heb je gemerkt dat het vinden van een nieuwe huisarts niet zo gemakkelijk is.

Kijk op huisartsenzorgoudeijssel.nl/huisartsen voor een overzicht van alle huisartsen in deze regio. De praktijken vermelden op hun eigen praktijkwebsite of zij ruimte hebben voor nieuwe inschrijvingen.

Kies wel voor een huisarts in jouw buurt, want daarmee help je de huisartsenzorg toegankelijk te houden voor iederéén.

Lukt het niet? Meld je dan bij je zorgverzekeraar. Als regionale ondersteunende organisatie voor huisartsen werken wij samen met zorgverzekeraars om knelpunten in kaart te brengen en naar oplossingen te zoeken. Daarvoor hebben we jouw melding nodig!



Huisartsen
Speedpost
Oude IJssel



Buikpijnpoli

SPECIALISTISCHE BUIKPIJNZORG

Heeft u (on)verklaarbare buikklachten?

- Multidisciplinair paramedisch team
- Advies en behandelplan op maat
- Alleen via verwijzing medisch specialist en- of huisarts



www.buikpijnpoli.eu

Buikpijnpoli Achterhoek

Zegendijk 3B | 7136 LS Zieuwent
T. 0544 - 793001

Buikpijnpoli Twente

Blankenburgerstraat 37 | 7481 EA Haaksbergen
T. 053 - 7920016



Hoe blijf je fit als
je ouder wordt?

Frans Miggelbrink

Ga d'r eens voor
zitten en begin op
tijd het gesprek
over **fit blijven**,
wonen en zorg.



De Achterhoekbank

Het lijkt misschien nog ver weg, maar wie straks ook vol van het leven wil blijven genieten, praat vandaag over morgen. Over fit en gezond ouder worden bijvoorbeeld.

Om ook straks lekker in je vel te zitten, hebben je lichaam en hersenen uitdaging nodig. Bewegen, gezond eten en dingen doen die je leuk vindt helpen daar het beste bij. Dat hoeft niet heel moeilijk te zijn, juist met kleine dingen kun je veel bereiken. Bijvoorbeeld door regelmatig een stukje te fietsen.

Wat vind jij belangrijk voor later?

Scan de QR-code en kijk voor de handige gesprekskaart, praktische tips en een agenda met regionale activiteiten op achterhoekbank.nl



Geriaters delen tips over gezond ouder worden

‘Maak het makkelijk, zichtbaar

Werken aan je gezondheid doe je een heel leven lang. “Hoe oud je ook bent, je kunt altijd een betere gezondheid bereiken”, zegt geriater Tamara Bongers. Collega-geriater Marie Vriens: “Tegelijkertijd, je moet er wel iets aan doen! Wacht niet met gezonder leven totdat je op je vijftigste een buikje krijgt.”



Geriaters Marie Vriens en Tamara Bongers:
“Het goede nieuws is: het is nooit te laat
om aan je gezondheid te werken!”

en haalbaar'

Een positieve ontwikkeling in de spreekkamer? Dat patiënten vaker aan Marie en Tamara vragen: 'Dokter, wat kan ik er zelf aan doen?'. De gerieters zien dat hun patiënten in het Slingeland Ziekenhuis meer open staan voor de leefstijltips die zij meegeven. Het stimuleert Marie en Tamara ook om met al hun kennis over gezond ouder worden en blijven de Achterhoek in te gaan. Zo geven ze in Ruurlo hun eerste lezing over gezond ouder worden. "Hopelijk de eerste van vele", zeggen ze enthousiast.

Op elke leeftijd

Als gerieters zijn ze gespecialiseerd in het diagnosticeren en behandelen van oudere patiënten met meerdere aandoeningen. Als geen ander weten ze dus hoe belangrijk het is om al van jongs af aan aan je gezondheid te werken. "De ontwikkeling van ziektes als diabetes, hart- en vaatziekten en dementie begint vaak al twintig tot dertig jaar eerder", legt Marie uit, "En dat niet alleen, je spierkracht neemt al na je 25ste af en aderverkalking begint zelfs al op de kinder-leeftijd." Maar geen noodzaak om je hierdoor te laten ontmoedigen, want het goede nieuws is: werken aan je gezondheid kan op elke leeftijd.

Wat verstaan zij zelf onder gezond ouder worden?

"De dingen kunnen blijven doen die je graag wil doen", vindt Marie. Tamara: "Het gaat niet om dagen aan je leven, maar leven aan je dagen toevoegen. Kwaliteit van leven. Dus dat je als je ouder bent bijvoorbeeld gewoon naar je kleinkinderen kunt gaan zonder afhankelijk te zijn van hulpmiddelen."

Motivatatie vinden

De wetenschap laat zien dat je op vijf gebieden aan je gezondheid kunt werken: via beweging, voeding, sociale activiteiten, stimuleren van de hersenen en het voorkomen van hoge bloeddruk en cholesterol. Marie: "De grootste uitdaging? Dat is toch wel lichaamsbeweging. Dat vinden veel mensen lastig, net zoals je voeding veranderen." Tamara: "En motivatie vinden. Maar als er eenmaal een ingang is en je merkt dat je vooruitgaat, dan is veranderen makkelijker." Het uitpluizen van die

Met zijn 82 jaar is Joep Wellink nog elke week op de tennisbaan te vinden. Het is zijn geheim om fit oud te worden.



Roland Radstaake (74) uit Netterden werkt graag samen met zijn vrouw Ineke in hun prachtige tuin van 1500 m². Het is zijn manier om fit en gezond oud te worden.

motivatie doen de geriateren met goede gesprekstechnieken: "Ik vraag bijvoorbeeld: Waarom wilt u afvallen? Om beter te kunnen lopen. Waarom is dat belangrijk voor u? Dan kan ik met mijn kleinkinderen spelen. Kijk, dan heb je de kern te pakken en maak je dat de stip op de horizon."

Ook kleine stapjes helpen

Gedragsverandering is voor bijna iedereen moeilijk. "Maar ook met kleine stapjes kun je al veel bereiken", weet Tamara, die ook leefstijlcoach is. "Als je dat glaasje alcohol 's avonds laat staan, dan slaap je veel beter. Je huid en je smaak worden ook beter. En wat veel mensen niet weten is dat dementie voor 40 tot 45 procent gerelateerd is aan een ongezonde leefstijl. Je kunt dus preventief heel veel doen om het te voorkomen." Marie: "Ook als je al dementie hebt, kun je het zelfs vertragen door gezond te leven."

Hoe werk je, ook in het spitsuur van je leven, op een haalbare manier aan je gezondheid? "Door beweging te integreren in je leven. Doe het vooral op een natuurlijke manier, ga lopend of fietsend naar de supermarkt. Zet je geparkeerde auto wat verder weg en loop naar je afspraak. En zelfs in een kantoorbaan kan je een fietsstoeltje onder je bureau zetten. Of ga dansen of tuinieren", raadt Marie aan, "Neem de beweegnorm als basis. Dertig minuten bewegen per dag en twee tot drie keer per week matig tot intensief bewegen. Streef niet naar die vijf dagen sportschool in de week." Tamara: "Het gaat om kleine gewoontes: maak het makkelijk, zichtbaar en haalbaar. Zet bijvoorbeeld je wandelschoenen in het zicht."

Knuffelen en kletsen

Naast bewegen en gezonde voeding werk je ook aan je gezondheid door sociaal bezig te zijn. "We zijn kuddedieren, die beter gedijen als we onder elkaar zijn. Het geeft liefde en steun", ziet Tamara. Marie: "Je maakt geluksendorfinen aan, ook door aanraking. Dat geeft ontspanning. We weten dat langdurige stress veel invloed heeft op je immuunsysteem." Ook iets nieuws leren is gezond voor je. De geriateren zien dat de mensen die nu met pensioen gaan, veel meer gewend zijn om iets nieuws op te pakken, zoals een cursus of vrijwilligerswerk. Tamara: "65 is het nieuwe 50. Ik hoor soms dat mensen van 65 nog op de ski's staan."

Laat je in het gezonder worden ook bijstaan door technologie, is het advies van de geriateren. Met een smartwatch kan al meer dan je denkt: stappen tellen, je hartslag meten, je slaap bijhouden. Tamara: "Maar ook je stress meten: wanneer sta ik aan, wanneer sta ik uit? Ook kun je zien dat als je te laat gaat sporten en nog niet goed afgeschaald bent, dat je dan minder goed slaapt." Marie: "Het kan ook een motivator zijn, omdat je bij sommige horloges ook een beloning krijgt als je je dagelijkse wandelingen volhoudt."

Powernap

Als drukbezette artsen kan het voor henzelf soms ook een uitdaging zijn om gezond bezig te zijn. "Vooral om elke dag even te ontspannen", erkent Marie. "Daarom heb ik altijd een e-reader binnen handbereik", zegt Tamara, "Zelfs als ik maar drie minuutjes tijd heb, ontspant lezen me. En thuis doe ik soms een powernap van vijftien minuten, met vooraf een kopje espresso. Wat niet veel mensen weten: precies op het moment dat de koffie begint te werken, word je wakker."



Vijf supertips om makkelijker gezond ouder te worden!

1. Zoek een maatje om samen te bewegen.
2. Kies een gezonde activiteit die je leuk vindt om te doen, zoals dansen of tuinieren.
3. Vier je succesjes: Drie dagen niet gerookt? Doe iets leuks met het uitgespaarde geld.
4. Doe mee met sociale activiteiten. Die houden je hersenen gezond.
5. Maak het jezelf makkelijker met een smartwatch of gezondheids-app.

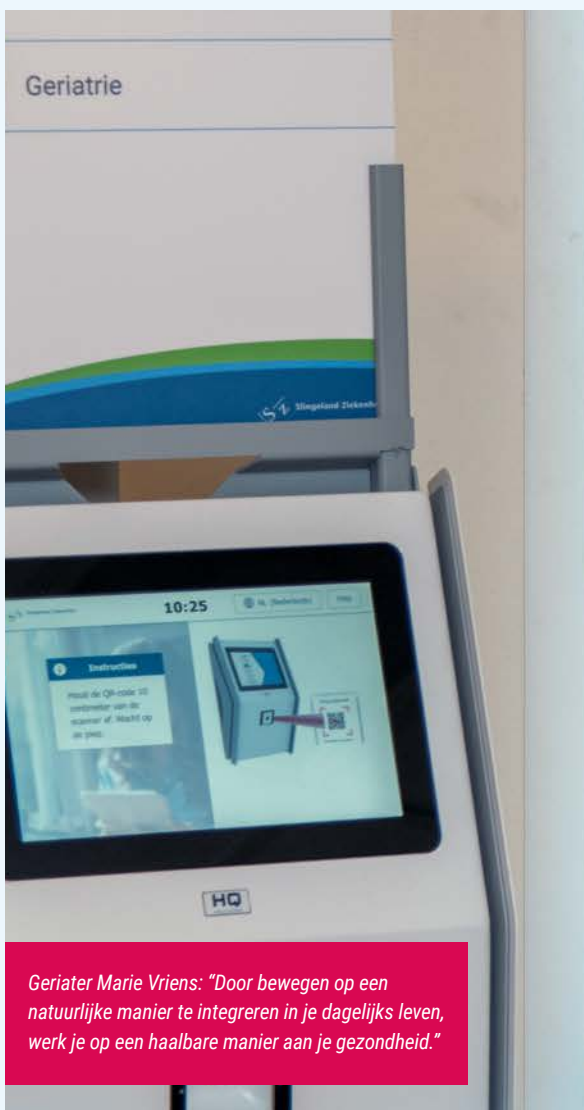




*Geriater Tamara Bongers:
"Ook met kleine stapjes
kun je al veel bereiken."*

➤ Op leeftijd? Let op je eiwitten

Hoe ouder je wordt, hoe meer spiermassa je verliest. Dat kan allerlei gezondheidsklachten veroorzaken, zoals hart- en vaatandoeningen, ontregeling van de stofwisseling en insulineresistentie. Geriater Marie Vriens: "Naarmate je ouder wordt is het juist zo belangrijk om aan een volwaardige maaltijd te komen." Collega-geriater Tamara Bongers haakt aan: "Met een blaadje sla en een stukje komkommer kom je niet aan de mineralen en vitaminen die nodig zijn." Volwaardig betekent onder andere voldoende eiwitten, dagelijks groente, fruit en peulvruchten. Tamara tipt het gebruik van de eiFIT-app of het onafhankelijk advies van het Voedingscentrum.



*Geriater Marie Vriens: "Door bewegen op een
natuurlijke manier te integreren in je dagelijks leven,
werk je op een haalbare manier aan je gezondheid."*



De mening van kinderen en jongeren telt in ons ziekenhuis

Nieuwe Kinderadviesraad maakt

Slingeland Ziekenhuis heeft vanaf mei een eigen Kinderadviesraad. Daarin kunnen kinderen hun ervaringen delen en meepraten over hoe het ziekenhuis nog kindvriendelijker kan worden. Belangrijk om te weten: Fiene, Fleur, Lize, Ise, Abel en Jip kunnen nog versterking gebruiken.

Op zijn allereerste werkdag in 2024 kwam bestuurder Otwin van Dijk met een grote wens het ziekenhuis binnen: het oprichten van een eigen Kinderadviesraad. "Het voelt als een cadeau voor mijn 1-jarig bestuursvoorzitterschap dat het nu gelukt is. Toen ik nog burgemeester was, was ik al fan van de openhartigheid en spontaniteit waarmee kinderen in de Kindergemeenteraad je een spiegel kunnen voorhouden", vertelt Otwin met een grote glimlach. Dat het

Slingeland nu een Kinderadviesraad heeft, is mede te danken aan kartrekkers als medisch pedagogisch zorgverlener Elif Sapmaz, kinderverpleegkundige Denise Ruumpol en kinderarts Kirsten Huizing.

Solliciteren

Fiene, Fleur, Lize, Ise, Abel en Jip waren best zenuwachtig toen ze tijdens hun sollicitatie tegenover Otwin, Elif, Denise en Kirsten zaten. Maar dat bleek nergens

Abel, Lize, Fleur, Fiene, Jip en Ise zitten vol goede ideeën om het Slingeland nog kindvriendelijker te maken.



vliegende start



Bestuurder Otwin van Dijk (links), kinderarts Kirsten Huizing, kinderverpleegkundige Denise Ruumpol en medisch pedagogisch zorgverlener Elif Sapmaz vinden het belangrijk dat alles er zo kindvriendelijk mogelijk aan toegaat op de kinderafdeling. "We denken graag samen met, in plaats van vóór de kinderen."



voor nodig. Hun ideeën voor het ziekenhuis waren zo opgevallen, dat ze konden rekenen op een plek in de Kinderadviesraad. Met een filmpje, plattegrond, presentatie of mooie brief gaven ze antwoord op de vraag 'Wat zou jij doen als je baas van het ziekenhuis was?' "Dat waren héle leuke reacties, vaak van kinderen die bijvoorbeeld op school al in de leerlingenraad zitten", vertelt Elif, "Ik heb er veel vertrouwen in dat ze zullen opkomen voor jonge patiënten in het ziekenhuis."

Otwin is ook heel blij dat de Kinderadviesraad er nu is: "Als ziekenhuis bestaan we voor de Achterhoekse

inwoners. We hebben al een hele goede Cliëntenraad voor de volwassen patiënten. Maar je moet ook de stem van jongere patiënten laten horen. En zonder het heel zwaar te maken, ziek-zijn hoort bij het leven. Ook in de klas zitten kinderen met bijvoorbeeld autisme, een beperking of een chronische ziekte. Dat is niet erg, daar mag je ook over praten en dan kan je met elkaar een mooi leven maken."

Open blik

Zelf hebben de kinderen ook ervaring met de zorg, als patiënt of als broer of zus van. Meepraten willen ze bijvoorbeeld graag over de inrichting van de

kinderafdeling. Elif: "Ze laten ons zien wat ze missen en anders willen zien. Een meisje heeft een snoezelkamer bedacht, een ander kind wees ons op het poppenhuis zonder poppen. Ook denken ze na over de wachtkamers door het hele ziekenhuis heen. Overal waar kinderen op de polikliniek komen, willen ze graag stripboeken of een tv." Otwin: "Die kinderblik nemen we ook mee naar het nieuwe ziekenhuis dat we bouwen. Mooi is dat wat goed is voor kinderen, ook goed is voor volwassenen."

'De succesjes van de Kinderadviesraad gaan we straks via filmpjes en op de website delen'

Niet voor spek en bonen

In de Kinderadviesraad is nog plek voor vier nieuwe leden (zie kader). De leden die er nu in zitten zijn

tussen de 8 en 12 jaar. Volgens Elif en Otwin een fantastische leeftijd waarin ze zich beginnen te ontplooiën, een mening vormen en tegelijkertijd ook een open blik hebben. "Meedenken over de zorg moet nog een beetje op gang komen. Maar je ziet dat Jip en Abel een bijzonder idee hebben voor kinderen met het Downsyndroom, zoals hun broertje. Zij vinden dat niet het kind tijdens het bezoek aan de Down-poli van kamer naar kamer moet gaan, maar dat de verschillende artsen moeten wisselen." Is zoiets haalbaar? Otwin: "We gaan niet per definitie nee zeggen tegen iets moeilijker uitvoerbare ideeën. Straks als we in de nieuwbouw een Poli-plein hebben is zo'n idee makkelijker te organiseren."

De eerste keer

Waar begint de installatie van de nieuwe raadsleden mee? Eerst is er een leuke rondleiding op de kinderafdeling, langs De Graafschapkamer en de dieren. "Daarna gaan ze pitchen! Dan mogen ze hun top 3 samenstellen. Daar maken we een werkagenda voor



Fiene

**8
jaar**

Waarom wil je in de Kinderadviesraad?

Het lijkt me heel leuk om te mogen beslissen over het nieuwe ziekenhuis.

Welke ervaring heb je met het ziekenhuis?

Ik kom in het ziekenhuis voor mijn astma en allergieën.

Waarom kan juist een jong iemand goed meedenken?

Een jong iemand heeft veel fantasie. Die kunnen we voor de creativiteit in het nieuwe ziekenhuis gebruiken.

Welk knettergoed idee heb jij voor het Slingeland?

Een Topdoks-vlog of blog en knutsel- en buitenspeelplekken.



Lize

**11
jaar**

Waarom wil je in de Kinderadviesraad?

Ik wil dingen veranderen en verbeteren en daar graag in meebepalen.

Welke ervaring heb je met het ziekenhuis?

Mijn zusjes en ik zijn al vaker geopereerd. En mijn vader heeft in het ziekenhuis gelegen.

Waarom kan juist een jong iemand goed meedenken?

Doordat we zelf in het ziekenhuis hebben gelegen, weet ik wat er wel en niet leuk is.

Welk knettergoed idee heb jij voor het Slingeland?

Een robothond die je een vachtje geeft en kan uitlaten, en een ideeënpot.



Fleur

**9
jaar**

Waarom wil je in de Kinderadviesraad?

Ik gun andere kinderen een fijne plek in het ziekenhuis, en dat die plek mooier en gezelliger wordt.

Welke ervaring heb je met het ziekenhuis?

Mijn zusje en ik komen vaak op de kinderafdeling.

Waarom kan juist een jong iemand goed meedenken?

Omdat kinderen heel veel fantasie hebben.

Welk knettergoed idee heb jij voor het Slingeland?

Een muziekkamer, een snoezelkamer, een zebra en heel veel verschillende fietsen.

het komende jaar van", vertellen Otwin en Elif, "Samen moeten ze leren wat ze als eerste oppakken. Daar maakt het ziekenhuis ook budget voor vrij, zodat het gaat vliegen. Maar niet alles kan, dat hoort er ook bij."

De Kinderadviesraad krijgt ook een eigen plek, vertelt Elif enthousiast. Dat betekent dat ze muurschilderingen mogen maken in de bestuurskamer van Otwin. "Hier mogen ze zich uitleven. Grote mensen als zorgverzekeraars moeten dan even wennen als ze hier op bezoek komen", zegt Otwin. Elif lacht: "Maar daarmee laten we zien dat we het heel belangrijk vinden dat kinderen een stem krijgen in ons ziekenhuis!"

> Slingeland Kinderadvies: er is nog plek!

De Kinderadviesraad bestaat op dit moment uit zes kinderen en vier volwassenen: Fiene (8), Fleur (9), Lize (11), Ise (10), Abel (9) en Jip (11) delen hun ideeën met bestuursvoorzitter Otwin van Dijk, medisch pedagogisch zorgverlener Elif Sapmaz, kinderverpleegkundige Denise Rumpol en kinderarts Kirsten Huizing. Zij komen vier tot zes keer per jaar samen.

In de Kinderadviesraad is plek voor tien kinderen. Ben jij tussen de 8 en 16 jaar? Heb jij (of je broertje of zusje) ervaring met de kinderafdeling of polikliniek Kindergeneeskunde? En lijkt het jou leuk om met andere kinderen en jongeren ideeën uit te wisselen? Kijk dan op www.slingeland.nl/kinderadviesraad of stuur een mail naar KAR@slingeland.nl.



Ise

**10
jaar**

Waarom wil je in de Kinderadviesraad?

Mama zag het online en het lijkt mij superleuk om een bijdrage te kunnen leveren aan het ziekenhuis.

Welke ervaring heb je met het ziekenhuis?

Ik had mijn neus gebroken bij een botsing tijdens het discoswemmen.

Waarom kan juist een jong iemand goed meedenken?

Kinderen hebben soms andere ideeën dan volwassenen.

Welk knettergoed idee heb jij voor het Slingeland?

Je kan het!-muurstickers, strips en snoepjes in de wachtkamer.



Abel

**9
jaar**

Waarom wil je in de Kinderadviesraad?

Ik wil dat een kind zich fijn voelt en niet alleen maar denkt aan de operatie.

Welke ervaring heb je met het ziekenhuis?

Mijn broertje van 8 heeft het syndroom van Down.

Waarom kan juist een jong iemand goed meedenken?

Omdat die weet hoe het echt leuk is voor kinderen.

Welk knettergoed idee heb jij voor het Slingeland?

Het lijkt me leuk om een trein door een grote kast met laatjes te laten rijden, en stickers op de muur te plakken.



Jip

**11
jaar**

Waarom wil je in de Kinderadviesraad?

Het lijkt mij leuk om te mogen meedenken hoe kinderen zich hier blij en fijn kunnen voelen.

Welke ervaring heb je met het ziekenhuis?

Mijn broertje komt elk jaar op de Down-poli en dan moet hij langs verschillende artsen.

Waarom kan juist een jong iemand goed meedenken?

Omdat die beter kan inschatten wat er leuk en fijn is voor andere kinderen.

Welk knettergoed idee heb jij voor het Slingeland?

Een leuke jas voor alle kinderartsen, een chillplek.



DE PIJNLIJKE REALITEIT VAN REUMA

JE MOET STEEDS JE VRIENDINNEN AFZEGGEN

Er leven in Nederland meer dan twee miljoen mensen met reuma. De beschadiging van hun gewrichten en spieren is nog steeds niet te genezen. Mensen met reuma hebben vaak het pijnlijke gevoel dat ze tekortschieten. Als ouder, vriend(in) of collega. Terwijl de buitenwereld denkt dat het allemaal wel meevalt. Dat is de pijnlijke realiteit van reuma. Te pijnlijk om te negeren. Steun ReumaNederland.



Steun nu

 **ReumaNederland**

Oogziektes zie je niet aankomen

Steun het
Oogfonds

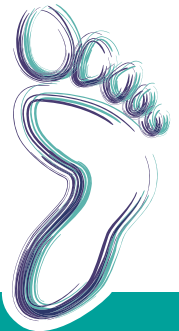


Wij
behandelen
bij voorkeur op
verwijzing van
huisarts of
specialist

Het adres voor:

- Voet(gerelateerde) klachten
- Steunzolen
- Ortheses
- Nagelbeugels
- DM voetscreening en behandeling

Praktijk Podotherapie
Luiten Knippenborg



Hoofdlocatie | Caenstraat 21 | 7002 GA Doetinchem
Locatie Slingeland | Kruisbergseweg 25 | 7009 BL Doetinchem
Route 12 (maandag en donderdag)
Locatie Sinderen | Sinderenseweg 68A | 7065 BL Sinderen
Centraal telefoonnummer: 085 - 8769891
www.pplk.nl | info@pplk.nl

ELASTISCHE KOUSSEN NODIG? SCHMIDT MEDICA



Doetinchem Slingeland
Kruisbergseweg 25
7009 BL Doetinchem

Doetinchem de Raad
Raadhuisstraat 22
7001 EW Doetinchem

Doetinchem Dermatologie
Gezellenlaan 10
7005 AZ Doetinchem

In Doetinchem meten wij uw **elastische kousen** aan. In samenwerking met specialisten uit de omgeving, zorgen wij voor de beste behandeling van uw klachten.

Schmidt Medica heeft spreekuren op drie locaties in Doetinchem. Niet meer zo mobiel? Wij bezoeken u **gratis aan huis**.

Voor het maken van een afspraak of voor vragen kunt u elke werkdag tussen 09.00 en 17.00 uur contact met ons opnemen via **088 00 47 470** of info@schmidtmedica.nl.

schmidtmedica

088 00 47 470
06 30 835 335

info@schmidtmedica.nl
schmidtmedica.nl

Vrienden van het Slingeland zoekt nieuwe vrienden: ‘Kleine dingen maken vaak een

Een coole elektrische auto waarmee kinderen zelf naar de OK mogen rijden, handmassages en hoofdhuidkoelers voor patiënten met kanker, knuffelbeestje Koosje Troostje voor kinderen op de Spoedeisende Hulp... het zijn slechts vier van de vele voorzieningen binnen het Slingeland Ziekenhuis die van onschatbare waarde zijn voor patiënten maar níet uit het ziekenhuisbudget kunnen worden betaald. Daarom zijn er de Vrienden van het Slingeland.

“Ik herinner me nog goed hoe kinderen in elektrische autootjes vrolijk naar de operatiekamer reden. Niet veel later lagen ze onder het mes. Met mijn service-club, de Kiwanis, hebben we een aantal van deze auto’s kunnen realiseren.” Aan het woord is Sjoerd van der Meer, gepensioneerd traumachirurg en voorzitter van Vrienden van het Slingeland, de stichting die

investeert in voorzieningen in en rond het ziekenhuis die het verblijf van patiënten veraangename.

Eigen ervaring

Sjoerd: “Ik weet dus hoe waardevol een voorziening als een elektrisch autootje voor kinderen op de OK is. Maar zoals we allemaal wel weten, hebben we in de

“Samen maken we meer mogelijk!”, aldus Sjoerd van der Meer, gepensioneerd traumachirurg en voorzitter van Vrienden van het Slingeland, en Mia van Eijl-Besselink, manager fondsenwerving en sponsoring.



groot verschil voor onze patiënten'



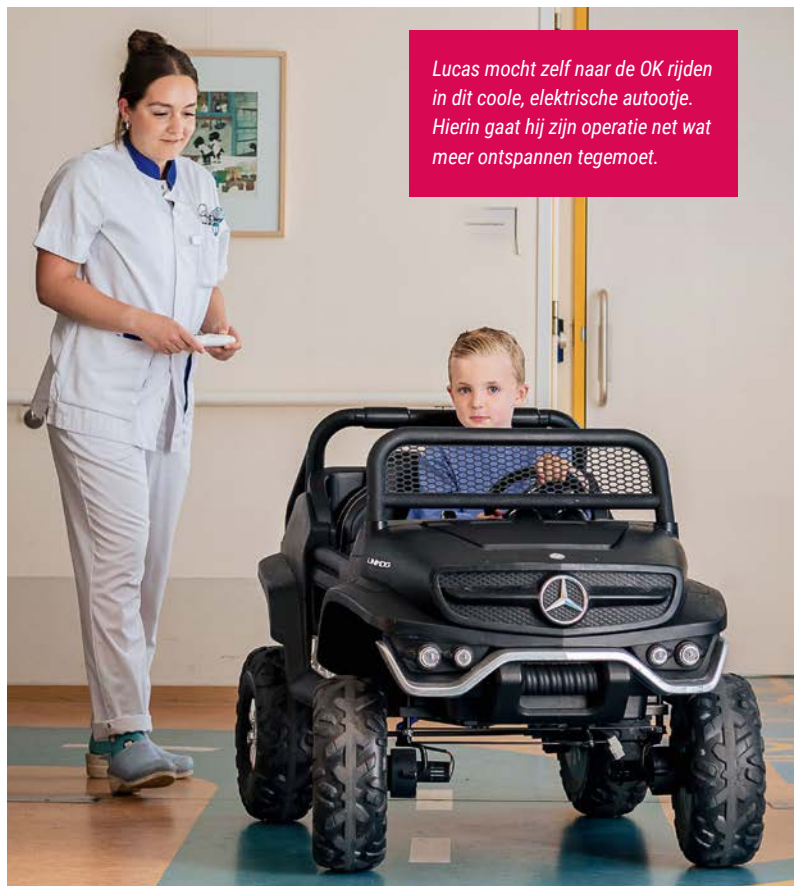
Knuffelbeestje Koosje Troostje heeft al heel veel kinderen in ons ziekenhuis getroost! Lucas (5) kreeg de knuffel bij de Spoedeisende Hulp.

gezondheidszorg te maken met beperkte middelen. Onze specialisten, verpleegkundigen en alle andere medewerkers zetten zich in om kwalitatief de beste zorg te verlenen. Maar er is niet altijd financiële ruimte voor extra voorzieningen die het verblijf van patiënten kunnen veraangename en van belang zijn voor het welzijn van de patiënt."

'Veel voorzieningen kunnen niet uit het ziekenhuisbudget worden betaald'

Vriendenhoekje in het bezoekersrestaurant

Mia van Eijl-Besselink, manager fondsenwerving en sponsoring voor Vrienden van het Slingeland, vult aan: "We merken best vaak dat mensen niet weten dat dit soort 'extra' voorzieningen niet uit het ziekenhuisbudget kunnen worden betaald. Voor ons een belangrijke reden om nóg zichtbaarder te worden met de Vrienden van het Slingeland. Zo hebben we sinds kort een 'Vriendenhoekje' met meer informatie



Lucas mocht zelf naar de OK rijden in dit coole, elektrische autootje. Hierin gaat hij zijn operatie net wat meer ontspannen tegemoet.



Centrum voor leven met en na kanker

Voor iedereen die met kanker te maken heeft

- een luisterend oor
- ondersteuning bij het omgaan met kanker
- contact met lotgenoten
- ontspannende activiteiten

U bent welkom

Op dinsdag, woensdag en donderdag tussen 10.00 en 16.00 uur aan de Plantenstraat 2 in Doetinchem

Loop gewoon eens binnen. Wilt u graag meer informatie of maakt u liever een afspraak? Bel of mail ons dan.

Kijk ook eens op www.hetoudeijsselhuis.nl
0314 - 64 60 24



Roessingh
Revalidatie Techniek

*'Onderdeel
van mijn leven'*

Prothesen
Orthesen
Mammacare
Elastische kousen
Orthopedische schoenen

Fabriekstraat 14
7005 AR Doetinchem
T 088 999 0 777
www.rrt.nl

Ellen
Klant van RRT



Roessingh Revalidatie Techniek is erkend producent en leverancier van orthopedische hulpmiddelen en revalidatie-artikelen.

GUV Uitvaartzorg

Persoonlijk, betrokken en dichtbij

*“Bel ons voor een
vrijblijvend gesprek!”*

- Persoonlijke begeleiding
- Één vertrouwd aanspreekpunt
- Alle tijd en aandacht voor u
- Betrokken en professioneel

*Bel altijd
eerst GUV!*

Onze betrokken en professionele uitvaartbegeleiders:



Henk-Jan

Tom

Xandra

Tim

Tessa

Danieke

Tess

Thijs

Renate

Maike

Femke

Gerard

Wij komen bij u aan huis en nemen met u al uw wensen door. Al uw vragen worden uitgebreid beantwoord. Ook krijgt u een goed beeld van de kosten van een uitvaart volgens uw wensen.

Tel. 0800 - 0809 (24/7 gratis) www.guv.nl

Ook als u ergens anders verzekerd bent!

GUV
Persoonlijk, betrokken en dichtbij

en een donatiezuil in het bezoekersrestaurant. Dat doen we voor ál die patiënten voor wie we het ziekenhuisverblijf zo aangenaam mogelijk willen maken. Dat drijft ons."

Lichtpuntjes

En ook Mia kan uit eigen ervaring spreken als het over de waarde van de patiëntvoorzieningen gaat waar de stichting in investeert. "Mijn zusje Lenie werd op de dag vóórdat ik als fondsenwerver in het ziekenhuis begon, opgenomen in het Slingeland voor een chemo-behandeling. Ze wilde haar haar heel graag behouden en kon gebruikmaken van de nieuwe hoofdhuidkoelers die we tot onze beschikking hebben dankzij een gift van Rabobank Graafschap aan de Vrienden. In tegenstelling tot andere patiënten heeft de hoofdhuidkoeler bij mijn zusje niet gewerkt, maar het feit dát zij er gebruik van kon maken was een mooi lichtpuntje." Sjoerd: "Dat zijn het inderdaad: kleine en grotere lichtpuntjes. Dat er rustgevende muziek op de achtergrond is terwijl je een mammografie krijgt bijvoorbeeld. Of Koostje Troostje, het knuffelbeestje dat kinderen onder andere op de Spoedeisende Hulp krijgen. Op het oog 'kleine' dingen maken vaak een groot verschil. Dat merkten we ook toen we een moeder aan de balie kregen die zó graag een nieuw Koosje Troostje voor haar kind wilde, omdat de knuffel helaas was kwijtgeraakt en het kindje ontroostbaar."

'We gaan 'de boer op' om nieuwe vrienden te maken'

Wensen voor het nieuwe ziekenhuis

Nu er volop gebouwd wordt aan het nieuwe Slingeland Ziekenhuis naast de A18 wil de stichting voor nog méér lichtpuntjes gaan zorgen. Mia: "We hebben verschillende projecten op ons wensenlijstje staan. Denk aan een speelterras voor kinderen, een aantrekkelijke beweegtuin, een bevalbad in de verloskamers op de afdeling Vrouw en Kind en een mobiele hospicekamer waarmee elke patiëntenkamer kan worden omgetoverd tot een plek waar patiënten in een huiselijke sfeer afscheid van dierbaren kunnen nemen." Sjoerd: "Om dit mogelijk te maken gaan we als stichting 'de boer op' om de hele regio te mobiliseren en nieuwe vrienden te maken." Mia: "We vertrouwen daarbij op het noaberschap in onze mooie regio: we zetten met elkaar de schouders eronder. Niet voor niets staat op onze banners: 'Samen met u maken we meer mogelijk!'"



Vrienden van het
Slingeland Ziekenhuis

Worden we vrienden?

Wilt u ook (bedrijfs)vriend worden en structureel bijdragen aan een aangename zorgomgeving voor onze patiënten? Neem dan contact op met Mia van Eijl-Besselink, manager fondsenwerving en sponsoring, via vrienden@slingeland.nl of (06) 51 82 00 85 of kom langs in het Vriendenhoekje in het bezoekersrestaurant.

U kunt ook een eenmalige donatie doen via de QR-code hiernaast.



Meer informatie over de Vrienden van het Slingeland leest u op www.slingeland.nl/vrienden



Wist u dat...

onderstaande voorzieningen allemaal mogelijk zijn gemaakt met hulp van de Vrienden van het Slingeland?

- de onlangs geopende beweegroute op de afdeling Fysiotherapie
- handmassage voor patiënten
- de Graafschapskamer op de kinderafdeling
- kookworkshops voor diabetespatiënten i.s.m. het Graafschapscollege
- het wolkenplafond bij de CT-scan

Nog meer voorbeeldprojecten?

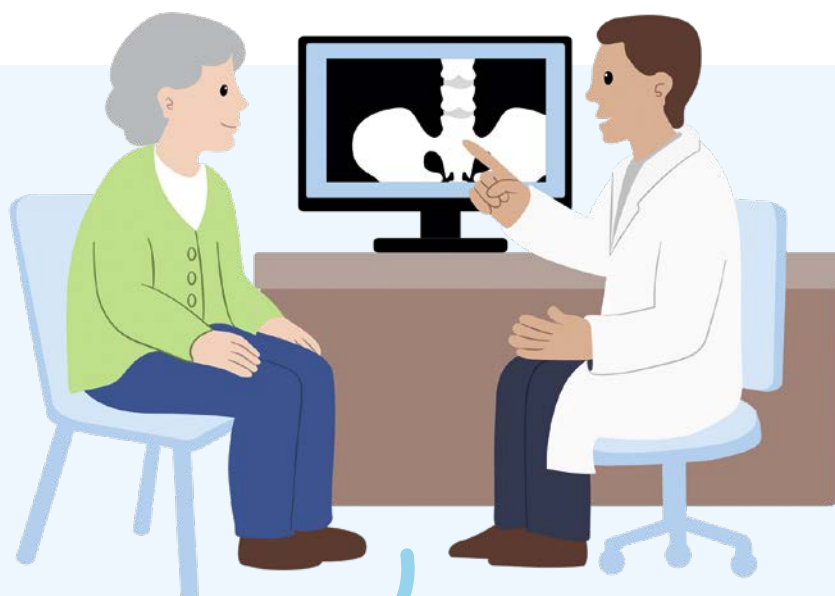
Kijk op: www.slingeland.nl/vrienden

‘Ik word geopereerd. En nu?’

Als de arts samen met u beslist dat u geopereerd zal worden, gaat er van alles lopen. Artsen en assistenten bereiden uw operatie zorgvuldig voor en u wordt verder onderzocht om er zeker van te zijn dat u fit genoeg bent voor de operatie. Wat er precies gebeurt van begin tot eind, leggen we uit aan de hand van ‘mevrouw Bolhuis’, een denkbeeldig patiënte in het Slingeland Ziekenhuis.

1 + Start

De orthopeed vertelt mevrouw Bolhuis (65 jaar) tijdens het consult dat ze een nieuwe heup nodig heeft. De secretaresse van de polikliniek maakt direct een afspraak voor de Zelfmeetkiosk in de hal van het ziekenhuis.



Hier meet mevrouw Bolhuis zelf haar bloeddruk, saturatie (zuurstofpercentage in haar bloed), hartslag, gewicht en BMI (gewicht ten opzichte van lengte). Deze waarden moeten goed zijn om de operatie te kunnen ondergaan.

2 + Zelf regelen

Er zijn nog een paar dingen die mevrouw Bolhuis zelf regelt:

- Bij haar apotheek een overzicht vragen van alle medicatie die ze gebruikt.
- Bloed laten prikken.
- Vragenlijsten invullen: één voor de anesthesioloog en één voor de verpleegkundige. Dit kan online via **Mijn Slingeland** maar de lijsten kunnen ook per post worden gestuurd. Mevrouw Bolhuis is bekend met **Mijn Slingeland** en vult de lijsten online in.



Medicijnlijst



Bloed prikken



Vragenlijst



3 + Pre-operatief spreekuur

- fit genoeg?

Als alle gegevens zijn verzameld, is het tijd voor het pre-operatief spreekuur. Dit spreekuur kan in sommige gevallen online, maar als het om een heupoperatie gaat, is de afspraak altijd live. Omdat mevrouw Bolhuis 65 jaar is, wordt er ook een hartfilmpje van haar gemaakt. Tijdens de afspraak vertelt de anesthesioloog dat mevrouw Bolhuis fit genoeg is voor de operatie. Ook vertelt ze hoe mevrouw Bolhuis tijdens de operatie wordt verdoofd en wat zij wel en niet mag eten en drinken voor de operatie. Deze laatste informatie kan mevrouw Bolhuis teruglezen op de 'nuchterkaart' die ze meekrijgt en online kan raadplegen.

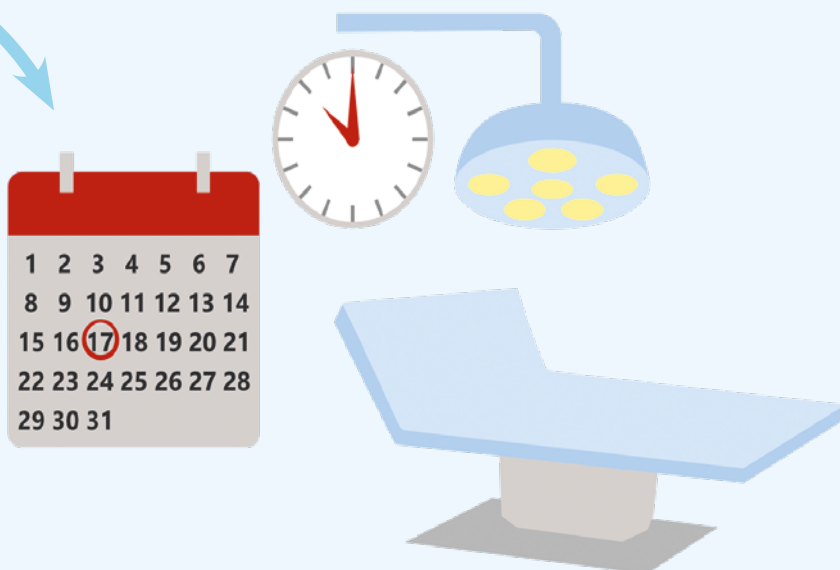


4 + Telefoongesprek verpleegkundige

De dag na het spreekuur belt de verpleegkundige met mevrouw Bolhuis om te bespreken wat zij moet meenemen voor haar verblijf in het ziekenhuis. Ook vraagt zij of er hulp thuis nodig is na de operatie en overleggen ze over de hulpmiddelen die eventueel nodig zijn. Bijvoorbeeld een bed beneden, postool of looprek. Mevrouw Bolhuis heeft met haar familie afgesproken dat zij hun hulp kan invoeren wanneer ze herstellende is van de operatie.

5 + Inplannen

Het Centraal Planbureau van het ziekenhuis plant de operatie in. Twee weken voor de operatiedatum laat het Planbureau mevrouw Bolhuis weten wanneer ze wordt geopereerd. De dag ervoor hoort mevrouw Bolhuis hoe laat de operatie plaatsvindt. Ook benadrukt het Planbureau dan nog eens dat mevrouw Bolhuis nuchter naar het ziekenhuis moet komen.



Alles en iedereen is voorbereid. Op naar een geslaagde operatie en een spoedig herstel!

Vraag het magazine **gratis** aan!



trombosestichting.nl/magazine

TROMBOSE
STICHTING



IK KAN DE TANDARTS NIET MEER BETALEN!



Samen tegen armoede in Nederland

**HELP
OOK!**



Onze locaties



Annemiek's Hoorstudio Doetinchem
De Veentjes 5
7001 DL Doetinchem
Tel. 0314 - 360 560

Annemiek's Hoorstudio Arnhem
Bakenbergseweg 72
6814 MK Arnhem
Tel. 026 - 351 16 12

info@anhd.nl
www.annemiekshoorstudio.nl

Persoonlijke aandacht



Goedendag,
mijn naam is Annemiek de Rooij.
We werken met een klein team
waarbij u zelf kunt aangeven bij wie
u wil komen. We geven graag een
persoonlijk advies en zijn trots op
ons werk.

Onze visie

Annemiek's Hoorstudio heeft als doel het vinden van de beste maatwerkoplossing. Niet alleen goede hoortoestellen maar ook alle aanverwante hulpmiddelen. Annemiek's Hoorstudio is een zelfstandig audicien voorzien van het Hoorprofs keurmerk. Dit betekent dat we aan de hoogste eisen van kwaliteit voldoen. Wij zijn merk onafhankelijk.



Waarom Annemiek's Hoorstudio

- Gratis hoortest & Hooradvies t.w.v. €65,00
- Geen wachlijsten
- Merkonafhankelijk & Zelfstandig audicien
- Second opinion Expertise
- Gespecialiseerd in Kinderen

KRABBEN

orthopedische schoentechniek

Krabben orthopedische schoentechniek heeft zich gespecialiseerd in het oplossen van voetproblemen. Dit gebeurt op basis van orthopedische en medische kennis in combinatie met vakmanschap en moderne technieken.

Naast het verstrekken van voet- en schoenadvies leveren we onder andere:

- Steunzolen en Sport inlay's
- Aanpassingen en voorzieningen aan confectie schoeisel
- (Semi) Orthopedisch maatschoeisel
- Verband schoeisel
- Gecertificeerd veiligheidsschoeisel

U kunt voor een afspraak terecht bij:
Walter Krabben of Anne Marie Griffioen
Telefoon: 0544 377308

Kerkstraat 20, 7135 JL Harreveld
0544 377308 - info@krabbenost.nl - www.krabbenost.nl



**“Zoutbewust
eten kan je zo
veel ellende met je
nieren besparen.”**

Taurai Becker - Patiënt & Auteur kookboek

www.nierstichting.nl



Scan & doneer

**Steun mijn strijd tegen
toenemende nierschade.**

Goed en gezond slapen

Laat NU
GRATIS je
SLAAP-DNA®
meten!



Dankzij onze jarenlange ervaring en onze unieke slaapttest zijn wij in staat u een persoonlijk en deskundig slaadvies te geven. Daarbij nemen wij uw persoonlijke voorkeuren zoals slaaphouding, lichaamsbouw en budget als uitgangspunt. Kortom, een persoonlijke slaaptoplossing die bij u past!



Laat je **SLAAP-DNA®** meten & ontdek
het bed dat past bij jou

Wat is jouw SLAAP-DNA®? Bekijk de video op www.morgana.nl

Morgana Doetinchem
Doetinchemseweg 95
0314 392 058
www.morgana.nl/doetinchem

 **morgana.nl**
Goed en gezond slapen

ELKE ZONDAG OPEN