



Dé
**ZORG
COURANT**.nl

Regio Lingewaard

editie 2 - 2025/2026



Vroegtijdige zorgplanning.....	5
Zorg en welzijn na corona.....	7
Herkennen medische desinformatie....	9
Ontspannen wonen?	11
Waal kliniek.....	14



BRAM'S
HOORSERVICE

*“Helder horen,
elke dag weer”*

info@bramshoorservice.nl | 06-15931980 | www.bramshoorservice.nl



Aster Uitvaartzorg is een kleinschalige, betrokken uitvaartonderneming dat persoonlijke en eigentijdse uitvaarten verzorgd. Op het moment dat een donkere periode van verlies aanbreekt, willen wij deze waar mogelijk verlichten vanuit onze ruime ervaring en open blik. Er zijn geen vastgestelde protocollen, richtlijnen of gewoontes. Wat er wel is: tijd, rust en oprechte aandacht. Zo mag een uitvaart meer worden dan een afscheid alleen; een troostrijke herinnering om mee verder te kunnen gaan.

Aster Uitvaartcentra Lingewaard:

Van Wijkstraat 33
6851 GL Huissen

Telnr. 0481- 766 530

www.aster-uitvaartzorg.nl

Ook als u een uitvaartverzekering heeft, kunt u kiezen voor onze dienstverlening.
Neem gerust contact met ons op voor meer informatie.

Loostraat 8

6681 LA Bommel

Scan de QRcode
voor onze website



Ontspannen wonen?

Voelt je huis minder als thuis of ga je verhuizen en kan je wel wat hulp gebruiken?

Ontspannen wonen helpt je naar een huis dat bij je past.

- h Opruimen / inboedel uitzoeken
- h Verhuizen / verkopen
- h Indeling / structureren / styling



www.ontspannenwonen.nl
06-53 76 46 12

ONTSPANNEN
wonen

Jaartje ouder en fijn blijven wonen in uw huis? Wij kunnen helpen!

Huurder van Waardwonen? We kijken graag samen hoe u veilig en comfortabel blijft wonen.

Waar kunt u aan denken?

- het plaatsen van douchebeugels;
- een extra trapleuning;
- of het plaatsen van een makkelijk te bedienen kraan.

Wij komen het hulpmiddel installeren én betalen de helft van de kosten (tot een maximum van € 500,-).

Twijfelt u tussen blijven wonen of verhuizen?

Ga dan in gesprek met een woon- of verhuiscoach. Zij helpen u graag.

Meer weten?

www.waardwonen.nl/langer-zelfstandig-thuis-wonen

www.waardwonen.nl

Waardwonen
hier ben ik thuis



Special Haircare Rivierenland Uw haarwerkspecialist

- Erkend ANKO Haarwerkspecialist
- Afspraak kostenloos en vrijblijvend
- Werkt landelijk
- Groot assortiment direct uit voorraad leverbaar
- Regelt de vergoeding bij uw verzekeringsmaatschappij
- Na 6 maanden kosteloos uw haarwerk opfrissen



Met een haarwerk van Special Haircare Rivierenland blijft u doorgaans binnen het verzekerde bedrag.



Special Haircare Rivierenland (uitsluitend op afspraak)

📍 Gasthuislingelaan 2, Tiel - ☎ 06 10032752

✉ specialhaircarerivierenland@outlook.com

🌐 www.specialhaircarerivierenland.nl

🛒 www.specialhaircarerivierenlandwebshop.nl

De Zorg Courant

Regio Lingewaard

Jaargang 2025/2026 - Editie 2

Oplage

12.500

Uitgave

PressTige Media

Eindhoveneweg 33

5582HN Waalre

☎ Tel. 040-3033750

🌐 www.prestigemedi.nl

Ontwerp/opmaak

Hakof Media

🌐 hakof-media.nl

Advertentieverkoop

PressTige Media

Druk

Janssen Pers

Verspreiding

Regio Lingewaard

Met dank aan

Het RIVM en adverteerders voor het mogelijk maken van deze uitgave.

Copyright

Het is alleen toegestaan om artikelen en/of foto's uit deze uitgave over te nemen na schriftelijke toestemming van de uitgever. In alle gevallen dient er een bronvermelding te worden vermeld. De uitgever is niet aansprakelijk voor eventuele schade als gevolg van het ontbreken of onjuist vermelden van gegevens in deze uitgave. De uitgever zal alleen verplicht zijn tot verbetering in de eerstvolgende editie. Er kunnen geen rechten worden ontleend aan de inhoud van deze uitgave.

Verwijzing

De meeste van de artikelen uit deze krant zijn uitgebreider te vinden op onze website:

🌐 www.dezorgcourant.nl



Nijmegen - Wijchen - Arnhem



U kunt bij ons terecht voor:

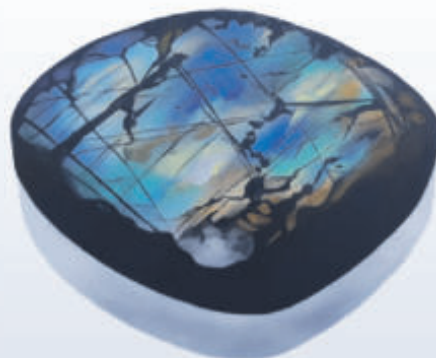
- Steunzolen
- (Semi) orthopedische schoenen
- Aanpassingen aan confectieschoenen
- Verbandschoenen
- Gratis vrijblijvend advies

info@lentjes.nl

www.lentjes.nl

024 848 8274

CRYSTAL STARS



Edelstenen, Mineralen, fossielen, Sieraden en boeken hierover

Kijk op Google voor onze actuele openingstijden

Oranjestraat 14, 6881 SE Velp

06-44 3773 28

crystalstarsvelp@gmail.com

www.facebook.com/CrystalStarS2017/

www.crystal-stars.nl

Sta op met Gemak in Duiven: Al jaren een begrip in de regio



De winkel is slechts geopend na het maken van een telefonische afspraak.

STA OP MET GEMAK
06-518 21 098



Betaalbare en goed onderhouden tweedehands sta-op-stoelen met garantie

Graag tot ziens bij STA OP MET GEMAK

(op industriegebied 't Holland vlakbij centraal Station Duiven)

www.staopmetgemak.nl
info@staopmetgemak.nl

T: 06-518 21 098

Waarom kopen bij Sta op met Gemak?

- ✓ eerlijke, transparante, vriendelijke werkwijze
- ✓ ruime keuze in kleur, materiaal & breedte
- ✓ gratis bezorging in Duiven e.o.
- ✓ vakkundige en snelle service
- ✓ door vaste kosten (huisvesting, transport, personeelsbezetting) laag te houden en scherpe inkoop kunnen we onze stoelen voor een lage prijs aanbieden

Natuurlijke gebitsprothesen

Vrijblijvend advies, geen verwijzing nodig, direct voor u gedeclareerd



primidentes
Tandprothetische Praktijk

Paul Krugerstraat 2
6814 AS Arnhem
026 84 84 887
www.primidentes.nl
info@primidentes.nl

Reparaties
Gebitsprothese binnen 1 dag mogelijk
Nieuw: flexibele en comfortabele prothesen

Vertrouwen, vakbekwaamheid, passie



Vroegtijdige zorgplanning erg belangrijk?

Vroegtijdige zorgplanning (advanced care planning, ACP) is het proces waarbij cliënten, hun naasten en zorgprofessionals samen stilstaan bij toekomstige zorgwensen, behandeldoelen en voorkeuren voor medische interventies rond ziekte en levenseinde.

Het doel is om zorg tijdig af te stemmen op de waarden, wensen en behoeften van de cliënt, vooral in situaties van chronische ziekte, ouderdom of terminaliteit. Vroegtijdige zorgplanning draait om maatwerk, communicatie en respect voor autonomie, en is om diverse redenen van groot belang.

1. Respect voor de autonomie van de cliënt

Bij ACP staat de cliënt centraal. Iedereen heeft het recht om mee te beslissen over zijn of haar eigen zorg en behandeling, ook in complexe of levensbedreigende situaties. Vroegtijdige gesprekken geven cliënten de kans om hun wensen en grenzen kenbaar te maken, zelfs wanneer ze op een later moment zelf niet meer kunnen communiceren door bijvoorbeeld dementie, coma of ernstige ziekte. Deze autonomie bevordert het gevoel van regie en persoonlijke waardigheid.

2. Voorkomen van ongewenste behandelingen

Gesprekken voeren over toekomstige zorg helpt voorkomen dat cliënten te maken krijgen met ingrijpende medische behandelingen die ze eigenlijk niet (meer) willen. Denk aan reanimatie, beademing, ziekenhuisopname of intensieve medicatie. Een vooraf vastgestelde zorgwens kan onnodig lijden en belastende interventies beperken. Zorgteams zijn daardoor beter in staat om passende palliatieve zorg te bieden.

3. Betere kwaliteit van leven

Door vroegtijdige zorgplanning kunnen zorgverleners gericht inspelen op wat écht belangrijk is voor de cliënt. Sommige mensen kiezen voor maximaal comfort en kwaliteit van leven, anderen willen juist alles uit het leven halen met alle mogelijke behandelingen. Vroegtijdige gesprekken zorgen voor een persoonlijke benadering: meer aandacht voor pijnbestrijding, psychosociale begeleiding en het koesteren van laatste levensmomenten.

4. Goede voorbereiding voor naasten

Voor familie en mantelzorgers is ACP waardevol omdat het duidelijkheid schept over wat een dierbare wil in moeilijke tijden. Dit voorkomt veel onzekerheid, stress en schuldgevoelens bij de familie, bijvoorbeeld bij beslissingen over het stopzetten of juist doorgaan van behandelingen. Wanneer wensen zijn vastgelegd, kunnen naasten beter ondersteunen en voelen zij zich gesterkt in hun rol.

5. Verkleinen van conflicten rondom beslissingen

In crisissituaties, bijvoorbeeld bij spoedopnames of een plotse linge verslechtering, komen zorgwensen soms ter discussie te staan. Door tijdig en gestructureerd te praten, worden potentiële conflicten en misverstanden tussen familieleden en zorgteams verkleind. ACP biedt een gemeenschappelijk kader, waardoor er meer begrip is voor ieders perspectief en minder kans op handelingen die niet stroken met de wensen van de cliënt.

6. Efficiëntere zorg en samenwerking

Vroegtijdige zorgplanning maakt samenwerking tussen verschillende disciplines veel makkelijker. Huisartsen, verpleegkundigen, specialisten en andere betrokkenen weten duidelijk wat er van hen verwacht wordt en kunnen tijdig inspelen op veranderingen in de gezondheid van de cliënt. Het opstellen van een zorgplan bespaart tijd, voorkomt miscommunicatie en bevordert continuïteit in de zorgverlening.

7. Wet- en regelgeving

Ook juridisch is ACP van belang. In Nederland is het wettelijk geregeld dat cliënten hun wensen rond behandeling en levenseinde kenbaar kunnen maken, bijvoorbeeld via een wilsverklaring, niet-reanimerenpenning of behandelverbod. Zorgprofessionals zijn verplicht hiermee rekening te houden, mits deze wensen actueel en duidelijk zijn. Dit biedt rechtszekerheid voor cliënten en professionals.

Hoe pak je ACP aan?

Goede vroegtijdige zorgplanning vraagt om regelmatige, open gesprekken tussen cliënt, naasten en zorgverleners. Het is belangrijk om wensen en grenzen te inventariseren én opnieuw te bespreken bij veranderende gezondheid. Leg afspraken schriftelijk vast en zorg dat ze toegankelijk zijn voor alle betrokkenen. Gebruik hierbij hulpmiddelen zoals de "wilsverklaring", "ACP-formulier" of geprotocolleerde zorgpaden.

Betrek het hele netwerk: naast medische wensen kunnen levensbeschouwelijke, psychosociale en praktische zaken aan bod komen. Denk aan woonwensen, rituelen na overlijden, erfenissen of spirituele begeleiding.

Vroegtijdige zorgplanning is geen eenmalige aangelegenheid, maar een continu proces. Het biedt cliënten autonomie, rust en duidelijkheid, en maakt kwalitatief goede, persoonsgerichte zorg mogelijk. Voor zorgverleners en naasten zorgt ACP voor efficiëntere samenwerking en voorkoming van dilemma's en ongewenste behandelingen. Door tijdig en respectvol te praten over zorg, worden moeilijke situaties later lichter. ACP is essentieel in zowel acute als chronische zorg, en verdient structurele aandacht in iedere zorgrelatie.

Crematie: waar betaal je allemaal voor?

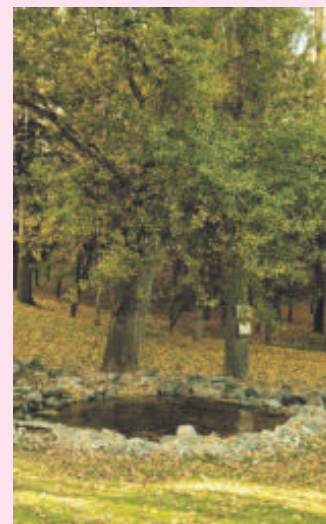
Een crematie in 2026 is meer dan een technisch moment in het crematorium; het is een compleet zorgtraject rond het levenseinde, waarin vele kostenposten samenkomen. Voor lezers in de zorg is het belangrijk om te zien hoe medische, emotionele en financiële keuzes hier nauw met elkaar verweven zijn.

De basis van de crematiekosten wordt gevormd door de uitvaartorganisatie en de dienstverlening daaromheen: de uitvaartverzorger die de familie begeleidt, de beschikbare 24-uursbereikbaarheid, de coördinatie met huisarts, verpleeghuis of ziekenhuis en het regelen van alle formaliteiten, zoals het verlof tot crematie en het contact met de gemeente. Daarbovenop komen de kosten voor het crematorium zelf: het gebruik van de oven, eventuele aula en condoleanceruimte, techniek voor muziek en livestream, en personele inzet op de dag van de uitvaart. De zogeheten stille of technische crematie – zonder aanwezigheid van nabestaanden – lijkt op papier goedkoop, maar laat grote regionale prijsverschillen zien en dekt slechts een beperkt deel van wat nabestaanden meestal als “een waardig afscheid” ervaren.

Voor de zorgpraktijk zijn juist de omringende keuzes kostenbepalend. Denk aan de opbaring thuis of in een uitvaartcentrum, het gebruik van een koeling of 24-uurskamer, rouwkisten in verschillende prijsklassen en de inzet van rouwvervoer, soms met meerdere ritten tussen zorginstelling, rouwcentrum, kerk of aula en crematorium. Ook de invulling van de uitvaartceremonie zelf – duur en tijdstip van de dienst, aantal sprekers, live muziek of opname, drukwerk voor rouwkaarten en liturgieën,

catering tijdens de condoleance – zorgt ervoor dat een gemiddelde crematie in 2026 al snel uitkomt tussen grofweg 6.500 en ruim 10.000 euro, waarbij een uitgekleurde crematie veel lager maar een uitgebreide plechtigheid juist fors hoger kan uitvallen.

Na de crematie volgen vaak nog extra kosten die gemakkelijk worden vergeten in gesprekken met patiënten en naasten. De bestemming van de as – verstrooiing op een begraafplaats of strooiveld, bijzetting in een urnenmuur of thuishouden in een urn – kent eigen tarieven en soms jaarlijkse of meerjarige huur voor een urnenplaats. Daarnaast spelen gedenkproducten, zoals sieraden met as of vingerafdruk, een rol, net als eventuele latere herdenkingsdiensten of bijeenkomsten. Door inflatie en stijgende tarieven ligt het totale prijsniveau in 2026 hoger dan veel mensen verwachten; een substantieel deel van de Nederlanders schat de uitvaartkosten nog altijd onder de 7.500 euro, terwijl de realiteit vaak (ruim) daarboven ligt. Dat maakt tijdige financiële planning, bijvoorbeeld via uitvaartverzekering of gerichte spaardoelen, tot een relevant gespreksonderwerp binnen de curatieve én ouderenzorg.



Ambachtelijke en exclusieve trappen drukken een sfeervolle stempel op uw huis of kantoor. Ze zijn naast functioneel namelijk ook nog eens erg fraai van uiterlijk. Het is de blikvanger in uw ontvangsthall, gang of keuken. Bij Reuser Trappen begrijpen we dit. Daarom adviseren we u graag bij het maken van de juiste keuze voor de bij u passende ambachtelijke trappen.

Wilt u ambachtelijk trappen op maat laten maken? Neem dan contact met ons op. U bereikt ons via het telefoonnummer 0487 - 59 2359 of 06 - 40 91 36 80.

U vindt ons aan de Korte Brouwerstraat 16
6658 AC Beneden-Leeuwen



**Ontwerpen en vervaardigen
van ambachtelijke en
exclusieve trappen op maat.**



Zorg en welzijn na corona: wat is er veranderd in langdurige zorg?

Toen de coronapandemie uitbrak, kwam de langdurige zorg in een emotionele achtbaan terecht. De harde bezoekverboden, angst voor besmetting en personeelstekorten lieten diepe sporen na, zowel bij bewoners en cliënten als bij hun naasten en de zorgprofessionals. Nu de acute crisis voorbij is, rijst de vraag: wat is er blijvend veranderd in zorg en welzijn, en hoe merken mensen dat in het dagelijks leven?

In verpleeghuizen en andere vormen van langdurige zorg is de blik duidelijk verschoven van “veiligheid vóór alles” naar een bredere kijk op kwaliteit van leven. Waar in de eerste coronagolven deuren letterlijk op slot gingen, is er nu veel meer besef dat sociaal contact een basisbehoefte is en geen luxe. Organisaties hebben protocollen herschreven met oog voor maatwerk: er wordt bijvoorbeeld vaker gekeken naar de persoonlijke situatie, de fase van iemands ziekte en de wensen van familie. Het ideaal is niet langer maximale afzondering, maar verantwoorde openheid, waarbij besmettingsrisico's worden afgewogen tegen het recht op nabijheid en troost.

Bezoekregelingen vormen misschien wel het meest zichtbare teken van die omslag. In veel instellingen zijn er nu vaste afspraken over hoe de zorg “altijd zo open mogelijk” kan blijven, ook bij oplevingen van besmettingen. Denk aan flexibeler bezoektijden, het toelaten van een of twee vaste naasten als het echt spannend wordt, en het structureel beschikbaar houden van beschermingsmiddelen en sneltesten. Ook zijn beeldbelmogelijkheden niet meer weg te denken: tablets en schermen liggen klaar, medewerkers zijn gewend om families te helpen met videocalls en sommige teams plannen zelfs vaste digitale familie-momenten in. Het is geen vervanging van écht bezoek, maar wel een extra laagje verbinding dat uit de crisis is overgebleven.

Voor de kwaliteit van leven is de pandemie een versneller geweest van allerlei initiatieven die al sluimerden. Er is meer aandacht voor zingeving, rouw en psychisch welzijn, zowel van bewoners als van medewerkers. Teams praten vaker samen na over ingrijpende gebeurtenissen, er zijn gespreksgroepen ontstaan en geestelijk verzorgers hebben een zichtbaardere rol gekregen.

Tegelijkertijd zijn de druk op personeel en de krapte op de arbeidsmarkt een harde realiteit, waardoor goede bedoelingen niet altijd volledig kunnen worden waargemaakt. Maar juist in die spanning zie je hoe zorg en welzijn na corona blijvend in beweging zijn: met minder vanzelfsprekendheden, maar met meer bewustzijn van wat mensen echt nodig hebben om zich mens te voelen binnen de muren van de langdurige zorg.

Gezond ouder worden in de buurt: initiatieven als hulp

Gezond ouder worden begint verrassend dichtbij huis. In steeds meer buurten ontstaan initiatieven die ouderen helpen om in beweging te blijven, sociale contacten te onderhouden en veilig thuis te wonen. Wandelen, samen eten en leren vallen te voorkomen lijken misschien eenvoudige activiteiten, maar ze maken vaak een groot verschil in het dagelijks leven van senioren én hun naasten.

Neem bijvoorbeeld de wandelgroepen die in veel wijken worden georganiseerd. Vaak starten ze bij een buurthuis, gezondheidscentrum of woonzorglocatie. De wandelingen zijn toegankelijk, het tempo ligt laag en er wordt rekening gehouden met rollators en korte rustmomenten. Voor deelnemers draait het niet alleen om de beweging; minstens zo belangrijk zijn de ontmoetingen onderweg. Mensen die anders vooral binnen zouden blijven, krijgen zo een vast moment in de week om anderen te zien, een praatje te maken en even buiten te zijn. Dat werkt niet alleen goed voor de conditie, maar ook voor het humeur en het gevoel erbij te horen.

Naast bewegen speelt veiligheid een grote rol bij gezond ouder worden. Valpreventietrainingen richten zich op het voorkomen van valpartijen in en om het huis. In deze cursussen leren deelnemers hoe ze hun spierkracht en balans kunnen verbeteren met eenvoudige oefeningen die ook thuis zijn vol te houden. Er is aandacht voor praktische zaken, zoals goed schoeisel, verlichting en het weghalen van losse kleding, maar ook voor medicijngebruik en duizeligheid. Vaak wordt er geoefend met opstaan na een val, zodat mensen meer zelfvertrouwen krijgen en minder angstig worden. Die combinatie van bewegen, kennis en praktische tips verkleint de kans op ernstig letsel aanzienlijk.

Ook gezamenlijk eten in de buurt draagt bij aan gezondheid. Buurtmaaltijden, georganiseerd door vrijwilligersorganisaties, kerken of zorg- en welzijnsinstellingen, bieden een laagdrempelige manier om anderen te ontmoeten. Voor sommige ouderen is dit het hoogtepunt van de week: een warme maaltijd, een gedekte tafel en tijd om rustig bij te praten. Vaak zijn de kosten beperkt en is er ruimte voor speciale wensen, bijvoorbeeld bij een dieet of religieuze achtergrond.

Tussen de gangen door ontstaan nieuwe vriendschappen en worden ideeën uitgewisseld over andere activiteiten in de wijk. Zo versterken wandelgroepen, valpreventietrainingen en buurtmaaltijden elkaar: samen bouwen ze aan een buurt waarin ouderen zich gezien, gesteund en veerkrachtig voelen.



Openingstijden

Tandarts:
maandag t/m donderdag
08:30-12:15u en
13:15-17:00u
vrijdag - 08:30-12:15 uur

Mondhygiëniste:
dinsdag t/m vrijdag
08:00-12:30 u en
13:15-17:00u

www.tandartskuipersgendt.tandartsennet.nl

ASMR Head Spa & Massage in Rheden

Ervaar diepe ontspanning door de kracht van ASMR en de rust van massage, samengebracht in unieke zintuiglijke wellnessbelevingen!



- Keuze uit diverse hoofdmassages
- Boek jouw ontspanning via www.asmrheadspa.nl



asmr
HEAD SPA & MASSAGE

ASMR & Massage | Salon & Academy

Oranjeweg 13F, 6991WG Rheden • T 06 - 23555331

Salon: www.asmrheadspa.nl • Academy: www.asmrmassageacademy.com



BOEK JE STOEL VIA
AMIKAPPERS.NL/BEMMEL

WERK KANS

Dagbesteding & Coaching

Dagbesteding / Coaching / Trainingen

■ Kamervoorst 25, 6687 LB Angeren ■ www.werk-kans.nl ■ info@werk-kans.nl ■ 0613552632

Volg ons ook op   

"want iedereen verdient toch een kans"

RIJWIELHUYS LINGEWAARD

WWW.RIJWIELHUYSLINGEWAARD.NL

- * VERKOOP EN REPARATIE E-BIKE EN SCOOTERS
- * RUIME VOORRAAD (E-) BIKES
- * GRATIS OPHAALEN SERVICE REGIO LINGEWAARD
- * SCHADE HERSTEL E-BIKE EN SCOOTER

* Julianastroat 52

* 026-3251153

* 0613334724

* info@rijwielhuyslingewaard.nl

Zorgmaatje aan Huis Een vertrouwd gezicht in de buurt



Zoekt u of uw naaste wat extra hulp of gezelligheid thuis?
Kunt u als mantelzorger een steentje in de rug gebruiken?

Samen wandelen, een praatje maken, hulp bij de administratie
of structuur aanbieden in de dag?

Ik help u graag bij het vinden van een Zorgmaatje dat écht
bij u past - iemand die met aandacht en warmte ondersteunt,
in de regio Lingewaard.

Meer weten? Bel of app me gerust: 06-44084898

Email kan ook: arnhem@zmah.nl of scan de QR-code hiernaast!



VAN REMMEN MEDISCH-JURIDISCH ADVIESBUREAU

LETSELSCHADE
CBR-RIJBEWIJSKEURING CAT BE
MEDISCHE VERKLARINGEN

RBK@kpnmail.nl

026-3636208

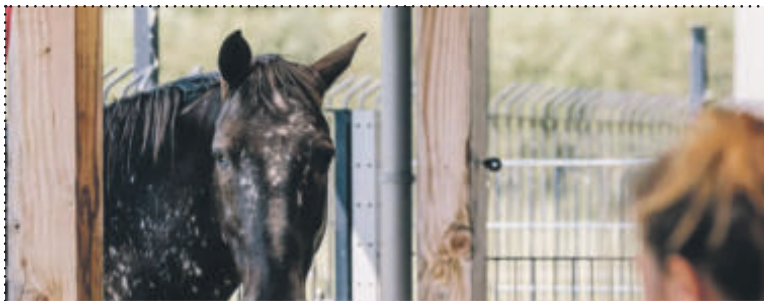


CBI CHARLIE BUNT INSTALLATIEBEDRIJF

Installatiewerk - Warmtepompen
Airco's - Zonnepanelen - Verwarming

www.charliebunt.nl

Zetten (0488) 42 00 57



Bij De Buuteplek vind je jezelf terug

Bij De Buuteplek draait alles om buiten zijn, ontspanning en tot jezelf komen. Of je nu midden in het werkende leven staat of juist wat verder ervandaan, wij helpen je (her)ontdekken wie je écht bent en wat je écht wilt. Dat doen we samen met onze paarden, altijd naast het paard. Ervaring is niet nodig. Ook als je paarden spannend vindt, zal paardencoaching verrassend veel opleveren.

Wij geloven in een nuchtere, praktische aanpak. Geen zweve-
rig gedoe, maar warme, krachtige interacties met onze paar-
den die de blik op jezelf en je omgeving zullen veranderen.

Ik ben een buitenmens in hart en nieren. Na jaren op een no-
tariskantoor koos ik voor mijn echte passie: werken met die-
ren én mensen. Via opleidingen tot paardencoach vond ik mijn
plek en nu help ik jou graag jouw mogelijkheden ontdekken.

Meer weten? Kijk op onze website en maak vandaag nog de af-
spraak voor een gratis kennismaking op onze prachtige locatie
aan de Rijnstraat 46 te Doornenburg.

Gun jezelf een moment van echte aandacht. Je bent welkom!
Is het niet mogelijk naar ons te komen, dan komen onze mini
paardjes naar u. Informeer naar de mogelijkheden.

☎ 0613194810 🌐 debuuteplek.nl ✉ debuuteplek@gmail.com

Vitamines slikken in de lente

**Vitaminepillen lijken in de lente soms overbodig, maar juist de overgang van winter naar voorjaar vraagt om extra aan-
dacht voor je weerstand. Na maanden met weinig zon zijn de
vitamine D-voorraden bij veel mensen nog niet volledig aan-
gevuld, wat zich kan uiten in vermoeidheid of een voorjaars-
dip. Regelmatig buiten zijn helpt, maar niet iedereen komt
dagelijks genoeg in de zon om voldoende vitamine D aan te
maken. Voor risicogroepen, zoals ouderen, mensen met een
donkere huid of wie weinig buiten komt, kan een supplement
daarom zinvol zijn.**

Ook andere vitamines verdienen aandacht. B-vitamines onder-
steunen de energiehuishouding en helpen voeding om te zet-
ten in bruikbare energie, iets wat patiënten kunnen merken aan
hun vitaliteit in het dagelijkse leven. Vitamine C speelt een rol
bij de weerstand en de opname van ijzer; voldoende groente
en fruit blijven dus de basis. In de meeste gevallen kan een ge-
varieerd voedingspatroon de behoefte aan vitamines A, B en C
dekken, en zijn supplementen alleen nodig bij een aangetoond
tekort of specifieke dieetwensen, zoals veganistisch eten.

Voor zorgprofessionals ligt hier een belangrijke voorlichtende
taak. Bespreek het belang van gezonde voeding, dagelijks dag-
licht en beweging, en benadruk dat "voor de zekerheid" slikken
niet altijd beter is. Adviseer patiënten bij twijfel hun bloed-
waarden te laten controleren en samen met arts of apotheker
te bepalen of, en welke, supplementen echt nodig zijn.



Muziek als Medicijn: Meer Balans en Nieuwe Energie

**Stefan Busch, muziekcoach in Arnhem, be-
geleidt mensen met klank, muziek en Qi-
gong om uitputting te voorkomen en nieu-
we energie op te bouwen — idealiter vóór
een ziekte uitbreekt, maar ook als onder-
steuning tijdens het herstelproces.**

Zijn aanpak is uniek: hij combineert actief
musiceren met lichaamswork en mentale
training.

*"Muziek is een spiegel van de ziel," aldus
Stefan. "Het maakt innerlijke patronen zicht-
baar en helpt om ze te transformeren."*

Zijn methode spreekt vooral mensen aan die
op zoek zijn naar een holistische benadering
van welzijn, waarbij activiteit en contem-
platie hand in hand gaan — zowel fysiek als
mentaal en spiritueel.

*"Als professioneel pianist weet ik precies hoe
ik mensen in hun ontwikkeling aan de piano
kan inspireren. Voor zangers of instrumenta-
listen neem ik tijdens de sessies de rol van
pianobegeleider op mij."*

Dit combineert hij met Qigong-oefeningen
en, naar wens, met klankmassages. Zo ont-
staat een dynamische wisselwerking tussen
muziek, lichaamswork en klankervaring. Dit
kan krachtige uitwerkingen hebben: sommi-
ge cliënten hebben na een traject hun leven
veranderd, een ander beroep gekozen of
meer tijd voor hun persoonlijke leven vrijge-
maakt. Kortom, zij zijn gezonder en authen-
tieker gaan leven.

Stefan werkt in zijn **Planostudio Arnhem**
met korte trajecten en een jaarprogramma,
waarin cliënten leren om muziek en Qigong
te gebruiken als hulpmiddel voor zelfzorg,
zelfliefde en heling. Na verloop van tijd er-
varen zij meer balans, inspiratie en zelfver-
trouwen. Zij formuleren doelen die voor hen
écht ertoe doen en realiseren deze
door een eenvoudige dagelijkse dis-
cipline.

Ga naar: planostudioarnhem.nl
Of scan de QRCode



SCAN ME





Mecklenburg 3, 6851 KL Huissen

Marco van Moerkerk
Grondwerken
Gendt 06 14 33 61 63



LAGOM
Begeleiding & Coaching

Paardencoaching - Individuele coaching kind & ouder - rouw en verliesbegeleiding

Marleen van Groesen

06-155 985 50

info@lagombc.nl

www.lagombc.nl

Loop je vast in privé of werk?

Verandering Ontstaat Na Keuze, VONK

Bij VONK bied ik coaching en begeleiding die je helpt weer regie te nemen over je leven.

Naast coaching werk ik ook als ervaren psychisch begeleider via PGB - voor wie ondersteuning nodig heeft bij het (her)vinden van zelfredzaamheid en het versterken van de mentale veerkracht.



Ik werk uitsluitend met mensen die bereid zijn om écht te investeren in zichzelf en verandering aan te gaan.
Vrijblijvend kennismakingsgesprek 0613577527



Astrid Hut-Croezen, goudsmid
Bremlaan 4, 6866 DP Heelsum
+31(0) 611 22 75 85
astridhut@indiva.nl, www.indiva.nl



VAN ROOIJEN TECHNIEK
KOELTECHNIEK • WARMTEPOMPEN • AIRCONDITIONING

Wilt u uw huis verduurzamen? Wij van Van Rooijen Techniek bieden u de helpende hand!

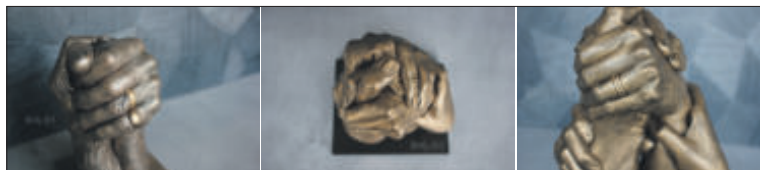
U kunt bij ons terecht voor airconditioning, warmtepompen, waterontharders, koeltechniek en het onderhoud. Voor antwoord op al uw vragen kunt u op onze website terecht of telefonisch contact met ons opnemen.

www.vanrooijentechniek.nl

06 512 378 96

info@vanrooijentechniek.nl

Gochsestraat 14E 6851 JE HUISSEN



Body Art
Lifecasting

Een 3D-handbeeld van Body Art Lifecasting legt jullie verbondenheid voor altijd vast. Een uniek, liefdevol kunstwerk, met zorg gemaakt – in het atelier of gewoon bij jullie thuis. Een tastbare herinnering om voor altijd te koesteren.

Iepenlaan 11 | 6681 CC Bommel | 0651668815
info@bodyartlifecasting.nl | www.bodyartlifecasting.nl

bodyartlifecasting BodyArtLifecasting



Bommel, Teselaar 6e
Elst, Dorpsstraat 29

www.huidzorg.com

Tel.: 088 - 00 28 111

- * Littekens, Oedeem
- * Ooglidcorrectie (zonder prikken of snijden)
- * Overbeharing (ook diodelaser)
- * Huidverbetering
- * Peelings
- * Acne
- * Therapeutisch Elastische Kousen



Gratis adviesgesprek (t.w.v. €24,50)

Patiënten waarderen ons met een 9,7

Maximale vergoeding via zorgverzekeraar



BUDO VERENIGING ELST

SPORTHAL DE HELSTER
SCHUBERTSTRAAT 1
6661 AW ELST
06-22697802



BUDOVERENIGING-ELST
WWW.BUDOVERENIGING-ELST.NL



In Heteren bevindt zich het kleinste crematorium van Nederland: Fine Vita.

Vanwege de knusse setting wordt het ook wel een 'huiskamercrematorium' genoemd. Er is geen aula of koffiekamer, maar enkel een intieme huiselijke ruimte waar men in kleine kring (tot 25 personen) het laatste moment doorbrengt met de overledene. Voorafgaand kan elders een ceremonie en/of samenzijn plaatsvinden op een locatie naar keuze.

Kleinste crematorium van Nederland



Vanwege de kleinschaligheid kan Fine Vita scherpe tarieven aanbieden, bijkomend voordeel is dat crematies zeven dagen per week kunnen plaatsvinden, ook in de avonduren.

FineVita biedt drie type crematies dan: een stille crematie (waarbij geen nabestaanden de overledene begeleiden), een crematie met afscheidsmoment voor nabestaanden van 15 minuten en een crematie met afscheidsmoment van 45 minuten waarbij ook koffie en thee is inbegrepen.

Crematorium Fine Vita
Polderstraat 1a
6666 LD Heteren

026 - 840 90 36
www.finevita.nl
info@finevita.nl



Ontspannen wonen?

Wat te doen wanneer je huis niet meer als thuis voelt

Een huis is meer dan een verzameling spullen. Het is de plek waar je tot rust komt, waar je herinneringen bewaart en waar je oplaadt voor een nieuwe dag. Toch kan het gebeuren dat je woning niet meer als thuis voelt. Kasten die uitpuilen, kamers waar geen overzicht meer is of ruimtes die zo vol staan dat je ze niet meer gebruikt: een vol huis kan ongemerkt veel invloed hebben op je.

Een **professional organizer** helpt om die rust en ruimte stap voor stap terug te brengen. Niet door alleen maar "op te ruimen", maar door samen te kijken naar wat je nodig hebt, wat mag blijven en door structuur aan te brengen. Het doel is altijd hetzelfde: overzicht creëren, stress verminderen en je woonomgeving weer laten aansluiten bij wie je nu bent.

Voor veel mensen is het fijn om dit proces samen te doen. Alleen al het feit dat er iemand met je meekijkt, je motiveert en praktische keuzes helpt maken, geeft vaak lucht en zelfvertrouwen. Tijdens het opruimen **ontstaat er ruimte**, letterlijk én in je hoofd. Je merkt dat je weer grip krijgt, dat kamers overzichtelijk worden en dat het bevrijdend is om sommige spullen los te laten. Veel mensen voelen na afloop dat er een last van hun schouders is.

Een organizer kan ook ondersteunen bij het **uitzoeken van de inboedel voor een verhuizing**. Door vooraf kritisch te kijken wat mee moet naar de nieuwe woning, verhuis je alleen de spullen die belangrijk en bruikbaar zijn. Dat scheelt niet alleen tijd en kosten tijdens de verhuizing, maar zorgt er ook voor dat je direct fris kunt beginnen in je nieuwe huis. Minder dozen, minder ballast en meer ruimte voor een nieuwe start.

Steeds meer mensen ontdekken dat het geen luxe is om hulp te vragen bij het creëren van overzicht, maar een investering in leefcomfort. Soms is een klein duwtje in de juiste richting al genoeg om weer **ontspanning** in huis te ervaren.

Wie weet kan een professional organizer ook jou helpen naar het gevoel van ontspannen wonen.

Podopraktijk Bemmell helpt bij uw voet- en houdingsklachten.

- Lage rugklachten
- Hielspoor
- Hallux valgus
- Knieklachten
- Doorgezakte voorvoet

Podopraktijk Bemmell
lopen met gemak

Dorpsstraat 26 6681 BN Bemmell
T. 08 50 64 78 08

E. rene@podopraktijkbemmell.nl
W. www.podopraktijkbemmell.nl

HAARKUNSTIG by Simone

ANKO
SPECIALIST
SPECIALIST

Op zoek naar een
mooie pruik
of haarwerk?

Ik help je graag!
Simone

Simone
HART VOOR HAARWERK

Bezoekadres op afspraak
Wilhelminastraat 1
6691 XJ Gendt

06-25266616
simone@haarkunstig.nl
www.haarkunstig.nl

ARCHITECTEN BNA
KOPER-MAASSEN
• Bouwkunde • Architectuur • Stedenbouw • Interieur • Projectmanagement



www.kopermaassen.nl

Nieuwe Aamsestraat 84B 6662NK Elst (Gld.)

info@kopermaassen.nl

0481-371867



Sluit je aan bij de talenten van Vilente

Bij Vilente draait alles om warme zorg en persoonlijke aandacht. Onbezorgd oud worden, daar zet jij je elke dag weer voor in.

Bewoners hebben de ruimte om zichzelf te zijn én te blijven. Wij kijken samen met de bewoner en de naasten wat de bewoner zelf nog kan, wat er samen kan en hoe wij hierbij het beste kunnen ondersteunen.

Ben jij de zorgcollega die wij zoeken?
Scan de QR-code voor onze vacatures →



www.vilente.nl

vilente
Waar het gaat
om wie je bent



Zorgverzekeringen en eigen risico: in gewone taal uitgelegd

Een zorgverzekering lijkt soms een wirwar van regels, uitzonderingen en kleine lettertjes. Toch draait het in de kern om iets heel eenvoudigs: jij betaalt premie, de verzekeraar vergoedt je medische kosten volgens de afspraken in jouw polis. Een belangrijk begrip daarbij is het eigen risico. Dat is het bedrag dat je eerst zélf moet betalen voor bepaalde zorg, voordat de verzekeraar gaat vergoeden. De overheid stelt elk jaar een verplicht eigen risico vast. Daarbovenop kun je vrijwillig je eigen risico verhogen in ruil voor een lagere maandelijkse premie. Dat klinkt aantrekkelijk, maar past niet bij iedereen.

Het eigen risico geldt vooral voor zorg uit de basisverzekering in het ziekenhuis en voor medicijnen die onder de basis vallen. Ga je bijvoorbeeld naar de spoedeisende hulp met een gebroken arm, dan vallen de röntgenfoto, de behandeling en de controle meestal onder het eigen risico. Stel dat je eigen risico 385 euro is en je hebt dat jaar nog niets gebruikt. De rekening van het ziekenhuis bedraagt 300 euro. Die betaal je dan zelf. Kom je later dat jaar terug voor een andere behandeling van 200 euro, dan betaal je nog 85 euro zelf. De rest – 115 euro – betaalt de zorgverzekeraar, omdat je eigen risico dan “op” is.

Belangrijk om te weten: niet alle zorg valt onder het eigen risico. Een bezoek aan de huisarts kost je bijvoorbeeld geen eigen risico. Dat geldt ook voor verloskundige zorg en kraamzorg (behalve soms de eigen bijdrage) en sommige zorg rondom ziektepreventie en bevolkingsonderzoeken. Je kunt dus zonder extra kosten naar de huisarts voor een eerste beoordeling. Laat de huisarts je doorverwijzen naar het ziekenhuis, dan kan die ziekenhuiszorg wél onder je eigen risico vallen. Zo ontstaat soms de verwarring: de afspraak bij de huisarts is gratis, maar de vervolgonderzoeken niet.

In de praktijk draait het om inschatten van risico's. Verwacht je weinig zorgkosten en heb je een financiële buffer, dan kan een hoger vrijwillig eigen risico gunstig zijn. Maar slik je bijvoorbeeld chronisch medicijnen of heb je een aandoening waarvoor je regelmatig naar het ziekenhuis moet, dan heb je grote kans dat je elk jaar je volledige eigen risico verbruikt. In dat geval is een lager eigen risico vaak veiliger.

Twijfel je, dan helpt het om je zorgkosten van de afgelopen twee jaar te bekijken en na te gaan wat er in jouw leven veranderd is of gaat veranderen, zoals een kinderwens, een geplande operatie of juist pensionering. Zo maak je een keuze die past bij jouw gezondheid én portemonnee.

Jongeren en alcohol, vapes en middelen: houd het gesprek open

Steeds meer jongeren experimenteren op jonge leeftijd met alcohol, vapes en andere middelen. Dat beeld zie je terug in de klas, op feestjes en online, waar het gebruik vaak normaal of zelfs stoer wordt neergezet. Tegelijk weten veel ouders niet goed wat er nu feit en wat vooral fabel is. Ze maken zich zorgen, maar zijn bang het contact te verliezen zodra ze het onderwerp aansnijden. Toch is juist dat open gesprek de belangrijkste bescherming die je je kind kunt bieden.

Hersenen

Feit is dat de hersenen van jongeren nog volop in ontwikkeling zijn. Alcohol, nicotine en andere middelen kunnen deze ontwikkeling verstoren, met gevolgen voor concentratie, stemming en impulsbeheersing. Bij vapes denken jongeren vaak dat ze vooral onschadelijke damp inademen, maar er zitten stoffen in die de longen irriteren en vaak ook nicotine bevatten, wat snel verslavend werkt. Wie al vroeg en vaak drinkt of blowt, loopt bovendien meer risico op latere verslavingsproblemen en psychische klachten. Die risico's zijn niet bedoeld om te dreigen, maar wél om eerlijk onder ogen te zien.

Balans

Voor ouders is het lastig balanceren tussen beschermen en loslaten. Jongeren willen hun eigen keuzes maken en prikken zo door moraliserende toespraken heen. Een preek of verbod werkt dan meestal averechts; het duwt het onderwerp de schaduw in. Beter is het om nieuwsgierig te zijn: vragen hoe het er in hun vriendengroep aan toegaat, wat zij zelf zien op sociale media, hoe ze denken over grenzen en groepsdruk. Door echt te luisteren en niet meteen te corrigeren, ontstaat ruimte voor een gelijkwaardig gesprek.

Consequent

Daarin kun je rustig je eigen zorgen en grenzen benoemen: waarom je liever hebt dat je kind niet drinkt of vapet, welke afspraken jullie thuis willen maken en wat er gebeurt als die worden overschreden. Wees concreet, voorspelbaar en consequent, maar laat ook merken dat je er bent als het misgaat. Jongeren die weten dat ze met fouten bij hun ouders terechtkunnen, zullen eerder hulp vragen als ze zich vergist hebben of onder druk zijn gezet.

Het open houden van het gesprek is geen eenmalig gesprek aan de keukentafel, maar een doorlopende dialoog, waarin je kind stap voor stap leert zijn eigen gezonde keuzes te maken.



Waal Kliniek: Persoonlijke topzorg zonder lange wachttijd

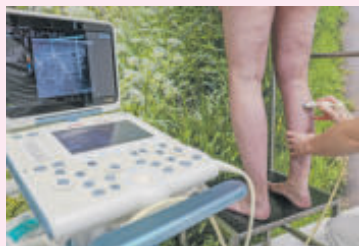
Innovatieve behandelingen, korte lijnen en échte aandacht voor de cliënt

In de wereld van de medische zorg is specialisatie belangrijker dan ooit. Waal Kliniek bewijst dat met focus, expertise en oprechte aandacht een hoogstaande en toegankelijke zorg mogelijk is. Vanuit vestigingen in Duiven en Veenendaal biedt de kliniek gespecialiseerde behandelingen voor spataderen, proctologische aandoeningen en dermato-chirurgie — mét de nieuwste behandelmethode en zónder lange wachttijden.

Verzekerde zorg zonder eigen bijdrage. Ongeacht of er een contract is met uw zorgverzekeraar. Cosmetische spataderbehandelingen uitgezonderd, deze vallen buiten de verzekerde zorg.

Gespecialiseerd én betrokken

Waal Kliniek kiest nadrukkelijk voor drie specialismen waarin zij absolute expertise heeft opgebouwd. Het team van medisch specialisten beschikt over jarenlange ervaring en werkt uitsluitend binnen hun eigen vakgebied. Die diepgaande kennis maakt Waal Kliniek het toonaangevende expertisecentrum in spataderzorg en proctologische behandelingen.



Maar Waal Kliniek is meer dan alleen deskundigheid. De persoonlijke benadering staat centraal. Iedere cliënt krijgt bij binnenkomst een intake en onderzoek door een medisch specialist — zónder onnodige tussenstappen. Samen met de arts wordt vervolgens besloten wat de best passende zorg is. Geen standaardpakket, maar maatwerk, afgestemd op de situatie en wensen van de cliënt.

Snelle zorg wanneer nodig

Wachten op zorg is bij Waal Kliniek niet aan de orde. Dankzij een efficiënte en flexibele planning zijn de toegangstijden kort. Bij spoedgevallen, zoals acute proctologische klachten, kan vaak binnen 2-3 dagen worden ingegrepen.



Voorop in behandelinnovatie

Waal Kliniek loopt voorop in het toepassen van moderne behandelmethoden. Zo is de kliniek één van de twee locaties in Nederland die de Flebogrif® methode kan toepassen bij de behandeling van spataderen — een veilige en effectieve techniek, met minder kans op zenuw schade.

Voor de behandeling van inwendige aambeien biedt Waal Kliniek als enige in Nederland de behandeling met Infrarood coagulatie. Een snelle en vrijwel pijnloze behandeling van inwendige aambeien met bewezen minder bijwerkingen dan andere behandelingen. Tevens is zij één van de weinige locaties in Nederland die de laserhemorroidoplastiek (LHP) kan toepassen op aambeien onder lokale verdoving.

Dichtbij, deskundig en mensgericht

Cliënten komen van ver buiten de regio om behandeld te worden bij Waal Kliniek — vanwege de deskundigheid, de innovatieve zorg en het warme, persoonlijke contact. Alles is erop gericht om de beste zorg te bieden: effectief, snel en met oog voor de mens achter de klacht.

Of het nu gaat om een eerste intake, een specialistisch consult of een volledige behandeling: bij Waal Kliniek ervaart men hoe medische zorg óók kan zijn — menselijk, professioneel en zonder onnodige drempels.

Meer informatie of direct een afspraak plannen?

Kijk op www.waalkliniek.nl of bel 088 - 26 26 800.



Ieder verlies is te omarmen...

Een verlies is een onvermijdelijk onderdeel van het leven. Door anders, lees natuurlijk, naar het leven te kijken en de spelregels toe te passen van Vitamine HBS is het mogelijk ieder verlies te omarmen.

Een holistische benadering richt zich op het totale mensbeeld, een samenwerking tussen verstand, lichaam en ziel, terwijl de boeddhistische benadering zich richt op het leren omgaan met Lijden en niet Lijden. De systemische benadering vraagt om een persoonlijk onderzoek om op zoek te gaan naar de Bron van de interne verstoringen. Door kennis te nemen van Vitamine HBS is de uitnodiging om op een andere, maar meer natuurlijke manier met verliezen om te gaan.

Voor meer informatie kun je terecht op de website:
www.praktijk-op-eigen-kracht.nl



Dijkstraat 20, 6681 VZ BEMMEL | 0481-355294
info@praktijk-op-eigen-kracht.nl | www.praktijk-op-eigen-kracht.nl

Het herkennen van medische desinformatie op internet

Medische informatie is nog nooit zo toegankelijk geweest als nu, maar juist daardoor groeit het risico op medische desinformatie. Tussen betrouwbare adviezen van huisartsen, ziekenhuizen en overheden circuleren talloze berichten die half waar, verouderd of ronduit onjuist zijn.

Dat kan mensen onnodig bang maken of er juist toe verleiden klachten te negeren. Het begint daarom bij een kritische blik: wie is de afzender en wat is het doel van de tekst? Is het een zorgprofessional of erkende organisatie, of probeert iemand vooral een product, supplement of behandeling te verkopen?

Let ook op de toon en de belofte. Artikelen die spectaculaire resultaten garanderen, "geheime" geneesmiddelen aanprijzen of artsen wegzetten als onwetend, verdienen extra wantrouwen. Betrouwbare informatie legt rustig uit, benoemt zowel voordelen als risico's en verwijst naar onderzoek of richtlijnen. Controleer of er een datum bij staat en of de informatie recent is. Verwijzingen naar officiële instanties, zoals de GGD, het RIVM of beroepsverenigingen, zijn een goed teken, maar klik zo mogelijk door naar de bron.

Voor wie veilig wil zoeken, zijn websites van huisartsenpraktijken, ziekenhuizen, patiëntenorganisaties en landelijke gezondheidsinstanties vaak een stevig kompas. Twijfel je na het lezen van iets online, bespreek het altijd met je huisarts, apotheker of een andere zorgverlener die je kent. Internet kan een waardevolle ingang zijn, maar mag nooit de plaats innemen van persoonlijk, deskundig advies.

Nieuwe bewoners welkom bij **De Linge**hof!

De Linge Hof is een verpleeghuis van Zinzia Zorggroep, gelegen in het hart van Bemmelen.

Er is ruimte voor eigen gewoontes, voorkeuren en familie, want De Lindehof voelt als thuis.

De Linge Hof

Het draait hier om samen zijn, gezien worden en genieten van kleine dingen. Denk aan koken, bewegen, wandelen in de tuin of de krant doornemen. In het Warm Welkom ontmoet u familie, buurtbewoners en andere bewoners. Alles is gericht op prettig wonen, betekenisvolle dagen en een kleurrijke laatste levensfase.

Voor wonen bij De Linge is een indicatie nodig van ZZP VV5 of hoger. Meer weten over wonen bij De Linge? Neem gerust contact op met de medewerkers van Zorgbemiddeling via **088 311 42 00** of via **zorgbemiddeling@zinzia.nl**.



Scan met de camera van je telefoon of tablet en ontdek meer over De Linge Hof op www.zinzia.nl





HET EXPERTISECENTRUM

VOOR DIAGNOSE EN BEHANDELING VAN

SPATADEREN + ANALE AANDOENINGEN

SPATADEREN

De terugstroom van bloed in de aderen in de benen naar het hart wordt mogelijk gemaakt door kleppen in de aderen. Als deze kleppen niet goed meer werken spreken we van spataderen.

Spataderen kunnen zichtbaar zijn en als lelijk of storend ervaren worden. Het is mogelijk dat u wel klachten heeft maar de spataderen (nog) niet zichtbaar zijn. Deze 'onzichtbare' spataderen kunnen wij met onze apparatuur wel zien en ook goed behandelen.

Merkbare klachten zijn

- Onrustige benen (in rust op bank of bed)
- Vermoeid of zwaar gevoel in de benen
- Pijnlijke of overgevoelige benen
- Jeuk, branderigheid in de benen
- Nachtelijke krampen of krampen in rust

**Zichtbare spataderen?
Onrustige benen, kramp of
pijn in de benen?
Blijf er niet mee rondlopen.
Wij kunnen u helpen!**

Daarom kiest u voor Waal Kliniek

- U kunt bij ons snel worden geholpen
- Wij houden rekening met uw agenda bij het maken van afspraken
- Geen eigen bijdrage bij verzekerde zorg, exclusief uw eigen risico
- Hoge waardering van onze cliënten
- Professioneel en betrokken

SAMEN DE JUISTE ZORG

Bij ons wordt de intake altijd uitgevoerd door de behandelend medisch specialist en omvat een onderzoek en een samen met u op maat opgesteld behandelplan.

Locaties van onze klinieken

**Duiven
Veenendaal**

Informatie, vragen of afspraak maken? Neemt u gerust contact met ons op. Wij helpen u graag.

**waalkliniek.nl
receptie@waalkliniek.nl
088 – 26 26 800**

ANALE AANDOENINGEN

Wij behandelen de volgende anale aandoeningen.

- Aambeien
- Huidflapjes
- Anus kloofje of scheurtje (fissuur)
- Haarnestcyste
- Anogenitale wratten
- Anale poliepen
- Goedaardige anale gezwellen

Anale aandoeningen kunnen onverwacht opkomen en zeer pijnlijk zijn. Of mogelijk heeft u er al langere tijd last van.

Het is niet nodig om door te blijven lopen met dergelijke klachten. Onze specialisten kunnen u helpen. Bij acute klachten vaak al op korte termijn, soms zelfs binnen 1 dag.

Wij begrijpen de drempel die u hiervoor mogelijk overmoet. Wij begeleiden u hierbij op persoonlijke wijze.

**Last van aambeien
of andere anale klachten?
Doorbreek het taboe en blijf
er niet mee rondlopen.
Wij kunnen u helpen!**

