



Dé
**ZORG
COURANT**.nl

Regio Venlo

editie 2 - 2025/2026



Robert Coppes Stichting.....	3
Vroegtijdige zorgplanning.....	5
Toon Hermans Zorg.....	9
Zorgverzekering en eigen risico.....	11
MayWay: je tweede huid.....	14



VAN BEWEEGPAS NAAR GOED BEZIG

ACTIEF OP JE EIGEN MANIER

BEN JIJ 55+ EN WIL JE MEER IN BEWEGING KOMEN?

Of je nu graag wandelt, fietst of iets nieuws probeert: elke stap telt. Met Goed Bezig vind je activiteiten die passen bij jouw tempo en interesses. Onze beweegcoördinatoren staan voor je klaar om samen te kijken wat bij je past. Geen prestatiedruk, wél plezier en sociaal contact. Bewegen maakt je fitter, vrolijker en geeft je meer energie.

Doe mee en ontdek hoe leuk bewegen kan zijn!

ME sportloket@venlo.nl 077 - 711 00 32

HEB JE EEN BEWEEGVRAAG?

HET SPORTLOKET HELPT JE NAAR MEER BEWEGING EN PLEZIER

ZIN OM TE SPORTEN?

Heb jij zin om te bewegen maar weet je niet precies waar te beginnen? Of twijfel je over welke sport het beste bij jou past? Geen zorgen, de beweegmakelaars helpen je graag!

MED sportloket@venlo.nl 077 - 711 00 32



Mantelzorgwoning

Zo lang mogelijk zelfstandig blijven wonen in uw vertrouwde omgeving, met zorg dichtbij wanneer dat nodig is — dat is voor veel mensen een belangrijke wens.

Een mantelzorgwoning maakt dit mogelijk door een volwaardige, zelfstandige woonruimte op eigen terrein te realiseren, volledig afgestemd op uw persoonlijke situatie en woonwensen. Zo blijven comfort, privacy en eigen regie behouden, terwijl ondersteuning altijd binnen handbereik is.



Bezoek ons op 22 maart
Dag van de Maakindustrie



Plan een gratis adviesgesprek

- ✓ Volledig maatwerk — afgestemd op uw situatie
- ✓ Complete begeleiding van vergunning tot plaatsing
- ✓ Energiezuinig en comfortabel binnenklimaat
- ✓ Duurzaam gebouwd in hoogwaardige houtskeletbouw
- ✓ Snel geplaatst met minimale overlast
- ✓ Toekomstbestendig en flexibel inzetbaar

Je eigen leven leiden, ook als je blind of slechtziend bent

Blind of slechtziend zijn maakt het leven soms ingewikkeld. Hoe zorg je voor structuur? Hoe onderhoud je sociale contacten? En hoe vind je een daginvulling die bij jou past? De Robert Coppes Stichting staat in regio Venlo voor je klaar met specialistische begeleiding en behandeling aan huis.

We stemmen onze begeleiding af op jouw persoonlijke situatie. We helpen bijvoorbeeld bij het aanbrengen van (dag)structuur, het vergroten van je zelfstandigheid of het opbouwen van een netwerk. Samen kijken we wat jij nodig hebt om grip te krijgen – of te houden – op je dagelijks leven.



Soms heb je wat extra ondersteuning nodig. Dan bieden we een combinatie van begeleiding en behandeling aan huis (IVB). IVB bestaat uit psychologische hulp, praktisch advies en/of trainingen. Denk aan omgaan met moeilijke situaties of het leren van nieuwe vaardigheden, zoals koken of werken met je mobiel. Samen met je begeleider en een gedragskundige werk je aan doelen die voor jou belangrijk zijn.

De Robert Coppes Stichting ondersteunt blinde en slechtziende volwassenen met bijkomende problematiek. Dat doen we 'op z'n Coppes': persoonlijk, betrokken en 'eigen wijs'. Gewoon, omdat we van mensen houden.

Meer weten?

Kijk op www.robertcoppes.nl
of bel (073) 657 91 57.



"Blijvend haarverlies is al erg genoeg..." Zo blij met mijn haarwerk!

"Inmiddels draag ik al bijna 10 jaar deelhaarwerken van Follea van écht Europees haar. Het geeft mij letterlijk kracht en zelfvertrouwen. Zonder haarwerk ben ik kwetsbaar, maar mét, voel ik mij helemaal vrouw! Na de diagnose kanker, plus de chemokuren die volgden, verloor ik al mijn haren. Kaal. Ziek. Miserafel. Dankzij Hannelore van KNIPART Haarwerken kon ik tijdens de zware behandelperiode een comfortabel haarwerk dragen. Zo kreeg ik mijn vrouwelijkheid weer een beetje terug. En ook daarna. Door de hormoonbehandeling kwam ik vervroegd in de overgang. Helaas bleek de menopauze een blijvend, verdunnend effect op mijn haar te hebben. Daar sta je dan. Midden in het leven. Gelukkig laat het deelhaarwerk met moderne opgeknipte boblijn, mijn ogen stralen en sta ik weer in mijn kracht! Ben zo goed geholpen met Hannelores vakkundig advies. Blijvend haarverlies is al erg genoeg..."

KNIPART Haarwerken is ANKO gecertificeerd en altijd bereikbaar. Voor meer informatie ga naar de website, stuur een e-mail of neem telefonisch contact op voor een afspraak.

Een warm welkom bij haarwerkspecialist Hannelore!

KNIPART
h a a r w e r k e n



Hannelore Fiers | Strateris 2 | 6031 PC Nederweert
M 06 57583970 | E info@KNIPART.nl | W www.KNIPART.nl

De Zorg Courant

Regio Venlo
Jaargang 2025/2026 - Editie 2

Oplage

13.000

Uitgave

PressTige Media
Eindhoveneweg 33
5582HN Waalre

☎ Tel. 040-3033750

🌐 www.presstigemedia.nl

Ontwerp/opmaak

Hakof Media
🌐 hakof-media.nl

Advertentieverkoop

PressTige Media

Druk

Janssen Pers

Verspreiding

Regio Venlo

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



Blink

Zonwering en meer...

Keuleman 6, Helden • tel. 077 307 92 30

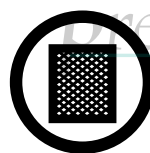
www.blinkzonwering.nl



Rolluiken voor
aan uw woning



Zonwering
voor buiten



Hordeuren en
-ramen



Zonwering
voor binnen



Terras-
overkappingen



Rolpoorten

Kanker? Wij helpen jou!

Voor mensen met en na kanker, hun naasten
en nabestaanden. Gratis en zonder verwijzing.

In ons inloopcentrum of gewoon bij jou thuis.



Toon
Hermans
Zorg

'Ik voel me begrepen
en dat lucht op.'

Neem contact op.
Je hoeft het niet
alleen te doen.

Nieuwstraat 41a, Venlo
077 3211433
www.toonhermanszorg.nl

Kom je meedoen?

Kies voor
de leukste
kinderopvang!

Kom bij ons kijken! Dagopvang, peuteropvang en buitenschoolse
opvang. Vraag een vrijblijvende rondleiding aan op onze website:
spring-kinderopvang.nl

nieuwsgierig naar jou





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 gesteund 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.

hou vast



Hout-Vast in Venlo is een sociale onderneming waar ambacht en zorg samenkomen. Al tien jaar biedt het maatwerkmeubels en zinvolle dagbesteding voor mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt. In de werkplaats ontdekken deelnemers hun talenten en dragen bij aan unieke, duurzame producten. Het Technisch Lab richt zich op praktijkgericht leren voor jongeren met verborgen talenten. Door samenwerking met lokale bedrijven doen deelnemers werkervaring op en voelen zij zich gewaardeerd. Interviews met deelnemers tonen hun persoonlijke groei, zelfvertrouwen en verbondenheid. Hout-Vast staat voor vakmanschap, inclusie en maatschappelijke betrokkenheid – een plek waar iedereen ertoe doet.

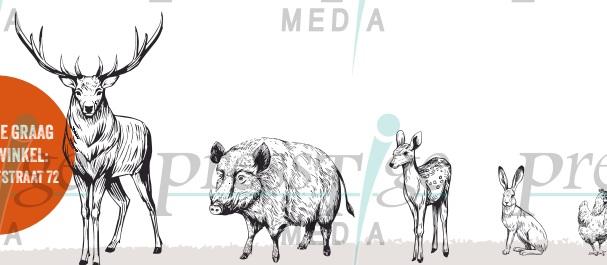


Minckelersstraat 12, 5916 PE Venlo

info@hout-vast.nl | +31 (0)6 37422308 | www.hout-vast.nl

ECHT. EERLIJK. AMBACHT.

WE ZIEN JE GRAAG
IN ONZE WINKEL:
VINCKENHOFFSTRAAT 72



WILD. KIP. KALKOEN. GEGRILD. SNACKS. VLEESWAREN. MAALTIJDEN.

Sinds 1953
HENDRIKS
ECHT. EERLIJK. AMBACHT.

Zorgonderwijs limburg



Trainingen aanbod

Bijscholingscentrum voor zorgprofessionals

Voorbehouden Handelingen

Risicovolle Handelingen

Verpleegkundige Handelingen

Medicatie toediening

Verdieping Diabetes Mellitus

Reanimatie (BLS) & AED

Bijzondere infusen



Kijk voor meer trainingen
en informatie op de website:
www.zorgonderwijslimburg.nl

Zoek jij meer in
je werk?

Start nu als **thuishulp** in
gemeente Venlo.

Bezoek werkenbijTzorg.nl of
scan deze QR-code.



Werken bij Tzorg is zoveel meer.

Tzorg



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 kledjes, 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.



Keurslager Culinair Maaltijdservice

Keurslager de Karbinder biedt dagverse, gezonde en gevarieerde maaltijden, bereid met eerlijke ingrediënten. De gerechten zijn 3-4 dagen houdbaar in de koelkast en geschikt om in te vriezen.

Levering vindt plaats op maandag, woensdag en vrijdag tussen ±9.00 en 12.00 uur.



De Karbinder,
keurslager



Wolweversstraat 76, 5914 PG Venlo
T. 077-3512771 | slagerij@karbinder.nl
www.karbinder.nl

Een goede dag
begint bij een goede nacht.

Optidee



Voor al uw vragen over Optidee
Advies, demo's of bestellingen
Maar ook vragen/info over starten
bij Optidee als adviseur.

Thelma Hoeymakers
zelfstandig adviseur en coach bij Optidee
0655340317 | rhoeymakersl@home.nl

RODAN

SPORT & LIFESTYLE

Hét sport- en lifestyle centrum
van Venlo!



Groepsles



Fitness



Zwemles



Zwemmen



Fittertainment

GYM+

Noorderpoort 95-99, 5916 PJ Venlo | 077-770 3320 | www.rodanvitaal.nl



Praktijk voor Osteopathie Nicole Peeters D.O.-(M.)R.O.

Kijk op de website voor meer informatie

Ferdinand Bolstraat 45

5914 XN Venlo

Tel: 06-46701001

www.osteopathievenlo.nl

info@osteopathievenlo.nl

Behandeling volgens afspraak

register NOF

TOMMY'S

SCHADEHERSTEL & RESTAURATIE

Boerendansweg 15 | 5914 RG Venlo
+31611479864

John Lamberts
UITVAARTZORG VENLO



06 42789299

www.uitvaartzorg-venlo.nl

Art de Jardin

ontwerp aanleg onderhoud van groene tuinen



www.artdejardin.nl

Het Andere Wonen Tegelen

HAW Tegelen bestaat uit

23 appartementen, een gezamenlijke
huiskamer, keuken en tuin.

Heeft u of uw partner somatische- of
gehoegenproblemen en heeft u een
indicatie voor zorg bij voorkeur (VV04/VV05) dan bieden wij een volwaardig
appartement waarbij op basis van een Persoonsgebonden budget zorg
geboden kan worden.

Een zorgteam staat voor u klaar en wij staan voor behoud van eigen regie,
welzijn en leveren kwaliteit van zorg.

Interesse: 06 43680639 of mail tegelen@hetanderewonen.nl



Hart- en vaatziekten doodsoorzaak nummer 1!

Hart- en vaatziekten zijn een verzamelnaam voor aandoeningen aan het hart en de bloedvaten, zoals hartinfarct, beroerte, vernauwde kransslagaders en hartfalen. Ze ontstaan vaak door slagaderverkalking: vetdeeltjes (waaronder LDL-cholesterol) en ontstekingscellen hopen zich op in de vaatwand, waardoor bloedvaten nauwer en stijver worden. Als zo'n vernauwd bloedvat helemaal afsluit, kan in het hart een hartinfarct of in de hersenen een herseninfarct ontstaan.

Hartinfarct

Belangrijke risicofactoren zijn een hoge bloeddruk, een ongunstig cholesterol, roken, diabetes, overgewicht, weinig beweging, overmatig alcoholgebruik en langdurige stress. Daarnaast spelen leeftijd, geslacht (mannen lopen meestal

eerder risico) en erfelijke aanleg een rol. Vaak versterken risicofactoren elkaar: iemand die rookt, een hoge bloeddruk én diabetes heeft, loopt veel meer kans op een hart- of vaatziekte dan iemand met slechts één van deze factoren.

Klachten

Klachten verschillen per aandoening. Een hartinfarct geeft vaak een drukken-de pijn op de borst, soms met uitstraling naar arm, kaak of schouder, zweten en misselijkheid. Een beroerte herken je meestal aan een scheve mond, verwarde spraak en een verlamde arm; dan moet direct 112 gebeld worden. Sommige risicofactoren, zoals een hoge bloeddruk of verhoogd cholesterol, merk je zelf vaak niet, waardoor regelmatige controle bij de huisarts belangrijk is.

Risico verlagen

Gelukkig kun je veel zelf doen om je risico te verlagen. Een gezonde leefstijl met voldoende beweging, niet roken, matig alcoholgebruik, gevarieerde voeding volgens de Schijf van Vijf, een gezond gewicht en voldoende slaap verkleint de kans op hart- en vaatziekten aanzienlijk.

Bij bestaande risicofactoren of eerdere hart- en vaatproblemen kan medicatie (bijvoorbeeld bloeddruk- of cholesterolverlagers) nodig zijn; samen met je arts stel je dan een persoonlijk plan op. Zo blijft het hart zo sterk en gezond mogelijk.

Meer informatie

<https://www.hartstichting.nl>
> hart-en-vaatziekten

Een plek van rust en kracht: Toon Hermans Zorg Inloopcentrum en Ambulante Zorg bieden mentale steun bij kanker

Wanneer kanker je leven raakt, staat alles op z'n kop. Juist dan is er behoefte aan menselijkheid, een luisterend oor en een plek waar je even gewoon jezelf mag zijn. In Noord-Limburg biedt Toon Hermans Zorg die plek, zowel vanuit het warme inloopcentrum in Venlo als met professionele ambulante begeleiding bij mensen thuis.

Het Inloopcentrum: Een Warm Welkom

Midden in Venlo, in een huiselijke omgeving die rust en vertrouwen ademt, verwelkomt het inloopcentrum mensen met en na kanker, hun naasten en nabestaanden. Zonder afspraak, zonder verwijzing. De deur staat altijd open.

Of je nu behoefte hebt aan een goed gesprek, een kop koffie of het delen van je verhaal in een groep, bij Toon Hermans Zorg draait het om aandacht en verbinding. Bezoekers kunnen ook deelnemen aan activiteiten als yoga, dans, creatieve workshops, wandelen of de Toons Soepgroep. Voor wie jonger is dan 60 jaar zijn er speciale 'Babbel' momenten. Coördinator Yvonne Gommans: "We kijken echt naar wat iemand nodig heeft. Wat er nog niet is, creëren we."

Ambulante zorg: steun aan huis in de hele regio

Soms is thuis de fijnste plek om te praten.

Daarom komt het ambulant team van Toon Hermans Zorg naar je toe, waar je ook woont in Noord-Limburg. De goed opgeleide vrijwilligers luisteren zonder oordeel en bieden mentale ondersteuning die aanvullend is op medische zorg. Deze begeleiding helpt mensen hun veerkracht te hervinden, tijdens en na kanker. Of het nu gaat om een diepgaand gesprek, praktische tips voor mantelzorgers of gewoon iemand die écht luistert: het ambulant team is er.

Verhalen die raken

Zo vond Marij, na haar kankerdiagnose, opnieuw kracht dankzij de begeleiding van Toon Hermans Zorg. En mantelzorger Guus kon dankzij de huisbezoeken van het ambulant team beter zorgen voor zijn zieke vrouw én voor zichzelf. Het zijn verhalen van hoop, herstel en verbondenheid.

Toekomst vol betekenis

Toon Hermans Zorg blijft zich ontwikkelen. Er zijn plannen voor uitbreiding van het activiteitenaanbod, meer samenwerking met zorg- en welzijnspartners én versterking van het ambulante netwerk. Zodat we er morgen zijn voor nóg meer mensen die vandaag steun kunnen gebruiken.

Soms is er gewoon een plek nodig...
...waar je even níét hoeft te zorgen, niet hoeft te regelen, niet hoeft uit te leggen.

We zijn er, in ons warme inloopcentrum in Venlo én bij je thuis via ons ambulant team, voor wie ruimte nodig heeft om op adem te komen. Niet alleen tijdens zware tijden, maar ook in de fase daarna: als de rust terug is, maar de spanning blijft. Want goed voor jezelf zorgen begint vaak met één keuze: tijd maken voor wat jij nodig hebt.

Met mensen die je begrijpen, zonder dat je elkaar kent.
Kom kennismaken. Je bent welkom, altijd.

Iedereen die geraakt wordt door kanker mag rekenen op Toon Hermans Zorg, kosteloos en zonder verwijzing. Wij zijn 24/7 bereikbaar.

 www.toonhermanszorg.nl

De impact die wij maken in beeld:



Zorg Sterk Thuis

Bij Zorgsterk Thuis bieden wij vanuit een kleinschalig en betrokken team professionele zorg aan huis. Onze ondersteuners, verzorgenden en verpleegkundigen werken nauw samen om cliënten zo lang mogelijk veilig en vertrouwd thuis te laten wonen.

Wij leveren zorg vanuit de Zorgverzekeringswet én de Wet Langdurige Zorg (WLZ). Als zelfstandige organisatie, Powered by Proteion, combineren wij korte lijnen en persoonlijke aandacht met de zekerheid van een sterke regionale zorgpartner.

Onze kracht ligt in:

- Een kleinschalig en betrokken team
- Korte lijnen met huisartsen en andere zorgprofessionals

Nauwe samenwerking met mantelzorgers
• Maatwerk bij complexe zorgvragen

Nieuw in ontwikkeling

Dit jaar bouwen wij verder aan onze toekomst met de realisatie van een kleinschalige woon- en zorgvoorziening (KSW) in de regio. Hiermee blijven wij investeren in warme, toekomstbestendige zorg dichtbij huis.

Zorg met aandacht. Samen sterk, samen beter.

Zorgsterk Thuis

T (077) 208 4111 | M 06-42818057

E info@zorg-sterk.nl | www.zorg-sterk.nl

Big 29931896730



Je eigen leven leiden, ook als je blind of slechtziend bent

De Robert Coppes Stichting biedt specialistische begeleiding en behandeling aan huis aan blinde en slechtziende volwassenen met bijkomende problematiek. Dat doen we 'op z'n Coppes': **persoonlijk, betrokken en 'eigen wijs'.**

We zoeken altijd naar mogelijkheden, zodat jij het leven kunt leiden zoals jij dat graag wilt.

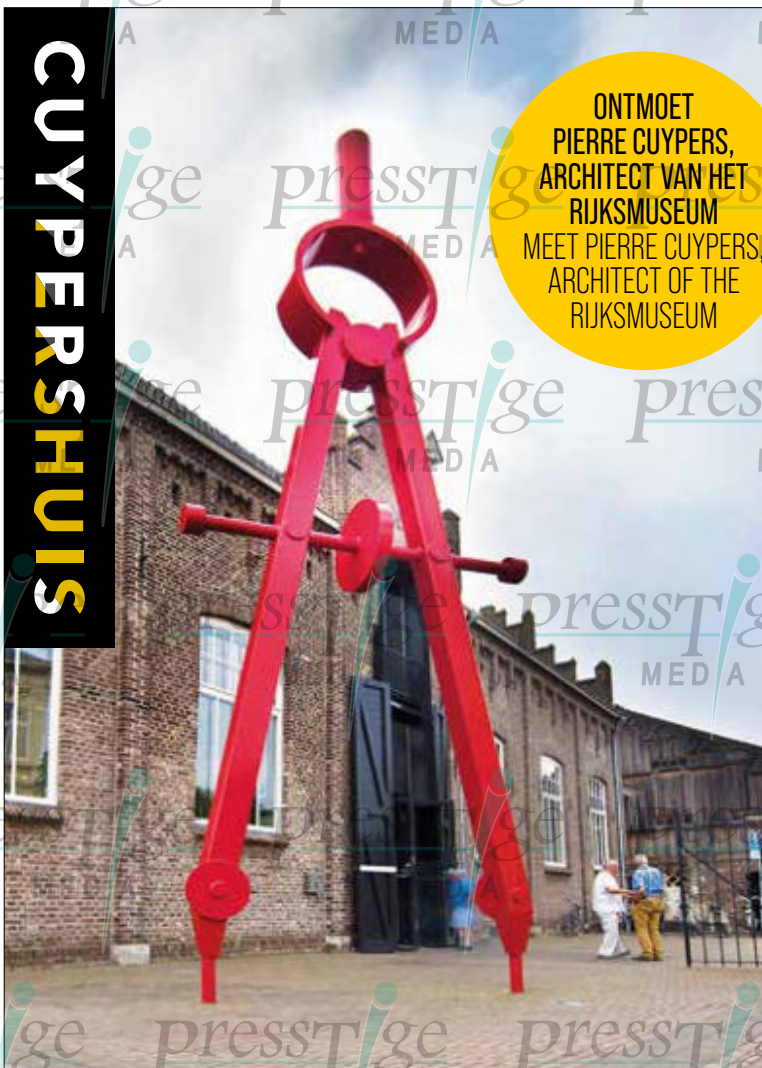
Gewoon, omdat we van mensen houden.



Meer weten? Kijk op
www.robertcoppes.nl
of bel 073-657-91-57


Robert Coppes Stichting

CUYPERSHUIS



ONTMOET
PIERRE CUYPERS,
ARCHITECT VAN HET
RIJKSMUSEUM
MEET PIERRE CUYPERS,
ARCHITECT OF THE
RIJKSMUSEUM

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 zelf 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 zie-



kenhuiszorg 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.

**Kunt u
mij de
weg naar
Savelberg
vertellen?**



EEN DAG
OP SAVELBERG

**Solliciteer
direct!**

Voor méér dan een baan in de gehandicaptenzorg moet je in het groene Koningslust zijn. Daar ontdek je een zorglocatie vol verbondenheid, plezier en betekenisvol werk. Op zoek naar een nieuw avontuur? Zet de eerste stap, dan wijst de weg zich vanzelf. Hier begint jouw verhaal!



daelzicht

van **Vercoulen** **Loonbedrijf**

Grondbewerking | Graafwerk | Grondverzet
Aanleg tuin en terras | Oprit of Parkeerplaats
Mest verspreiding | Container verhuur
Overige werkzaamheden

Remco Vercoulen

Schoolweg 21 | 5916 PK Venlo | +31(0)6 - 48 82 23 46
info@vercoulengrondbewerking.nl

www.vercoulengrondbewerking.nl



fysio
vossener

- fysiotherapie
- kindfysiotherapie
- manuele therapie

Tel. 077-382 45 66 | www.fysiovossener.nl

Het beste uit elke dag halen
begint bij bewegen



IJsventbedrijf

ijskarren op locatie

Feesten - scholen - bedrijven
Zorginstellingen en casino's

www.deijsmannetjes.nl/contact

MICHEL'S
MEN'S WEAR

HARRIS TWEED
SCOTLAND

GABBA
WELLINGTON
W

Stenströms.
PEREGRINE
MADE IN SWEDEN

Ziltron

Coming soon:

Camel Active

Paredisstraat 3 ~ Roermond

KNIPART haarwerken

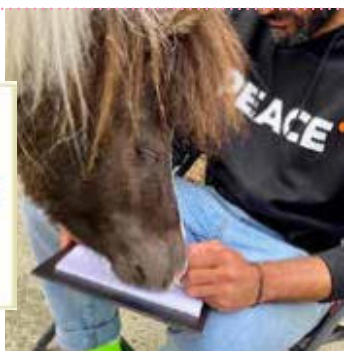
Aandacht voor haar

KNIPART haarwerken is altijd bereikbaar!
Hannelore Fiers, Nederweert
M +31(0)6 57583970 **E** info@knipart.nl
www.knipart.nl

MEDICEUTICALS
DERMATOLOGICAL SCALP, HAIR & SKIN SOLUTIONS

FOLLEA®

ANKO
HAARWERK
SPECIALIST



ANGST STRESS TRAUMA EQUINE ASSISTED COACHING® & THERAPIE®

Voor volwassenen vanaf 18 jaar met angsten, stress en een traumatische ervaring. En voor personen uit de hoge risico-beroepsgroep met blootstelling aan ingrijpende gebeurtenissen. Stress in je hoofd en in je lijf? Last van slapeloosheid, nachtmerries, angsten, woede, onzekerheid, concentratieproblemen? Dit kan het dagelijks leven van jou en je omgeving negatief beïnvloeden.

UNIEKE AANPAK MET PAARDEN

"Inspired by Horses" zet vanuit Equine assisted coaching® & therapie® een uniek ontwikkelde methode in waarbij paarden betrokken zijn als krachtige persoonlijke ontwikkelingspartners. De inzet van (miniatur)paarden bij coaching en therapie van emotionele en fysieke vraagstukken stimuleert jou leerproces en helpt mentale blokkades doorbreken, zowel cognitief, emotioneel als psychosomatisch. Een combinatie van verschillende effectieve methodieken kunnen worden ingezet met jou hulpvraag als uitgangspunt.

PAARDEN

Paarden zijn eerlijk, oordeelloos en vergevingsgezind. Dankzij hun directe en niet-oordelende feedback stellen paarden zich beschikbaar om je leerprocessen steeds weer opnieuw aan te kunnen spreken. Door de aanwezigheid van de (miniatur)paarden wordt er een zachte en een emotioneel veilige en acceptabele omgeving gecreëerd waardoor je je kan openstellen en bij de kern van je hulpvraag kan komen. Hun gedragingen en reacties op jou energie zijn enorme eyeopeners en met de verkregen inzichten ga je gelijk actief aan de slag naar oplossingen en ontwikkel je vaardigheden om de worstelingen en stressfactoren te overwinnen en te herstellen van emotionele en fysieke blokkades die ontstaan zijn door negatieve ervaringen of trauma's uit het verleden.

HOE

"Inspired by horses" werkt samen met (miniatur)paarden. Tijdens de sessies zit je nooit op het paard, maar werk je op de grond samen met het paard naar jou oplossing. Vindt je het moeilijk je verhaal te delen? Dit hoeft niet als je het niet wilt of kan. Met een veilige vraagtechniek krijg je inzicht en grip op je eigen proces. Het is maatwerk afgestemd op je persoonlijke ervaring en ontwikkeling. Uniek, objectief, oplossingsgericht en verbluffend!

BEN JE TOE AAN RUST IN JE HOOFT EN IN JE LIJF?

Zet die eerste stap, de rest doe je samen met het paard.

Inspired by Horses
06 53242038 / inspiredbyhorses.nl
Schandelo 83, 5941NG, Velden

Aan te vragen door particulieren, instanties en bedrijven
Informeert naar de vergoeding vanuit de aanvullende verzekering

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 terecht kunnen, 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.



Mantelzorgwoning: dichtbij wonen met behoud van zelfstandigheid

In Nederland neemt de vraag naar mantelzorgwoningen sterk toe. Steeds meer families kiezen ervoor om zorg dichtbij te organiseren, zonder dat zelfstandigheid verloren gaat. Een mantelzorgwoning op eigen terrein biedt daarvoor een toekomstbestendige oplossing: nabijheid wanneer nodig, privacy wanneer gewenst.

CUBE Homes ontwerpt en realiseert hoogwaardige prefab mantelzorgwoningen die volledig worden afgestemd op de persoonlijke situatie van de bewoner. Iedere woning beschikt over een eigen keuken, badkamer en woonruimte, waardoor comfort en zelfstandigheid gewaarborgd blijven. Tegelijkertijd is hulp altijd dichtbij.



Volledig ontzorgd traject

Het realiseren van een mantelzorgwoning vraagt om meer dan alleen bouwtechnische kennis. Vergunningen, regelgeving, situering op het perceel en technische aansluitingen spelen allemaal een rol. CUBE Homes begeleidt het complete traject: van eerste advies en ontwerp tot plaatsing en afwerking. Dat geeft rust — zowel voor de zorgvrager als voor de mantelzorger.

Duurzaam, comfortabel en toekomstgericht

De woningen worden prefab in de fabriek geproduceerd en geplaatst met minimale overlast op locatie. Er wordt gewerkt met hoogwaardige materialen, uitstekende isolatie en energiezuinige installaties. Hierdoor ontstaat een gezond

binnenklimaat en lage energielasten.

De architectuur is eigentijds en flexibel. Wanneer de zorgsituatie in de toekomst verandert, kan de woning vaak eenvoudig een andere functie krijgen — bijvoorbeeld als gastenverblijf, werkruimte of starterswoning.

Transparante investering

Elke mantelzorgwoning is maatwerk. Afhankelijk van grootte, afwerking en installaties werkt CUBE Homes met transparante vierkante-meterprijzen, zodat vooraf duidelijkheid bestaat over de investering. Tijdens een persoonlijk adviesgesprek wordt altijd een gerichte prijsindicatie gegeven op basis van de wensen en situatie.

Ervaar het zelf

CUBE Homes organiseert regelmatig open zaterdagen waarbij geïnteresseerden de woningen kunnen bezichtigen en persoonlijk advies kunnen ontvangen. De actuele data zijn te vinden op de website.

Daarnaast opent CUBE Homes op 22 maart haar deuren tijdens de Dag van de Maakindustrie. Bezoekers krijgen dan een unieke inkijk in het productieproces van prefab woningen en kunnen ervaren hoe een mantelzorgwoning van ontwerp tot realisatie tot stand komt.

Meer weten?

Bezoek onze website (www.cube-homes.com) of neem contact met ons op voor een **gratis adviesgesprek**. Wij staan klaar om u te helpen.



0850-642070
Sportparklaan 29
6071 RA Swalmen

www.cube-homes.com

Borstverschil, er is bij ons altijd een oplossing!

Borstverschil komt veel vaker voor dan je denkt. Dat kan van nature zo zijn, bijvoorbeeld door een groeiachterstand. Maar ook door een operatie.

Bijvoorbeeld bij diagnose borstkanker! Als je dit hoort gebeurt er heel veel met je en krijg je heel veel te verwerken. Je lichaam wordt aangetast, je gevoel van eigenwaarde en zelfvertrouwen kan een flinke dreun krijgen.

Een borstoperatie is zeer ingrijpend. Of het gaat om een volledige amputatie of een borstsparende operatie. Na de operatie is het genezingsproces heel belangrijk maar ook het zelfvertrouwen terug krijgen in jezelf en in je lichaam.

Jezelf goed voelen en er goed uitzien! Daarbij helpen wij graag. Of het gaat om een borstverschil van nature, of door een operatie. Onze opgeleide en gespecialiseerde mammacare adviseuses staan voor je klaar. Je krijgt een persoonlijk en deskundig advies over het dragen van een borstprothese/ shaper, bijpassende lingerie, en of badmode.



Want om je goed te voelen en er goed uit te zien is een juiste keuze borstprothese/ shaper en de juiste lingerie heel belangrijk. Er zijn heel veel mogelijkheden in lingerie en badmode. Dit kan bijvoorbeeld een speciale prothese bh zijn, maar ook reguliere bh's, body's e.d. Als het nodig is kunnen deze aangepast worden voor het dragen van een prothese. Dit geldt ook voor badkleding. Hiervoor hebben we een eigen coupeuse.

Loop vrijblijvend binnen voor informatie.

Voor een aanmeting werken wij op afspraak. Voor alle tijd en persoonlijke aandacht.



mayway

ie tweede huid

onder- nacht- bad- vrijetijdsmode voor hem en haar
Klaasstraat 12 / 5911JP Venlo / tel. 077-3540277
www.maywaylingerie.nl



“Ik heb weer zin in het leven”.

Loes is met behulp van een maagverkleining 45 kilo afgevallen.

Loes voelde zich vaak niet op haar gemak vanwege haar gewicht. ‘Ik heb twee herseninfarcten gehad waardoor mijn energielevel niet op peil is. Ik kon niet meer doen en laten wat ik zou willen. Natuurlijk werd dat ook veroorzaakt door mijn gewicht, dat kost energie. Daarom heb ik besloten om voor een maagverkleining te gaan. Op mijn verjaardag heb ik een informatiebijeenkomst van de Nederlandse Obesitas Kliniek bezocht. Daar werd ik heel enthousiast omdat ik echt het gevoel had dat dit zou helpen na alle diëten die ik eerder heb geprobeerd. Na de screening ben ik in een groep aan de slag gegaan ter voorbereiding op de operatie.

Voor de operatie woog ik bijna 125 kilo en ik zit nu op 79 kilo. Ik straal weer en ik hoop dat mensen die hier tegenaan zitten te hikken of niet weten wat ze moeten doen, de stap durven zetten door mijn verhaal.



Zuyderland
De zorg van je leven

NEDERLANDSE
OBESITAS
KLINIEK

Wilt u ook gewicht verliezen?

Kijk op obesitaskliniek.nl/agenda (scan de QR code) voor onze gratis voorlichtingen. Of bel onze kliniek in Venlo op 077 - 303 06 30.





VieDenta

Kliniek

Je goed voelen begint met een mooie glimlach

Het leven geeft ons vele redenen om voluit te lachen. Wij zorgen ervoor dat je glimlach er klaar voor is!

- Narcosetandarts
- All-on-centrum
- Implantologie
- 20+ Expertises

Lach met je hart, leef zorgeloos en laat de wereld meegenieten.

9,6

97% van onze klanten
beveelt ons aan



VieDenta Kliniek

Jeroen Boschstraat 10 - Nieuw-Berger
Herder Pasmansdreef 1 - Oirschot
Tel: 085 - 01 33 500
Mail: info@viedenta.nl