

Voor welke zaken kan je naar welke diciplines in de wijk?

Wie waar, waarmee terecht kan

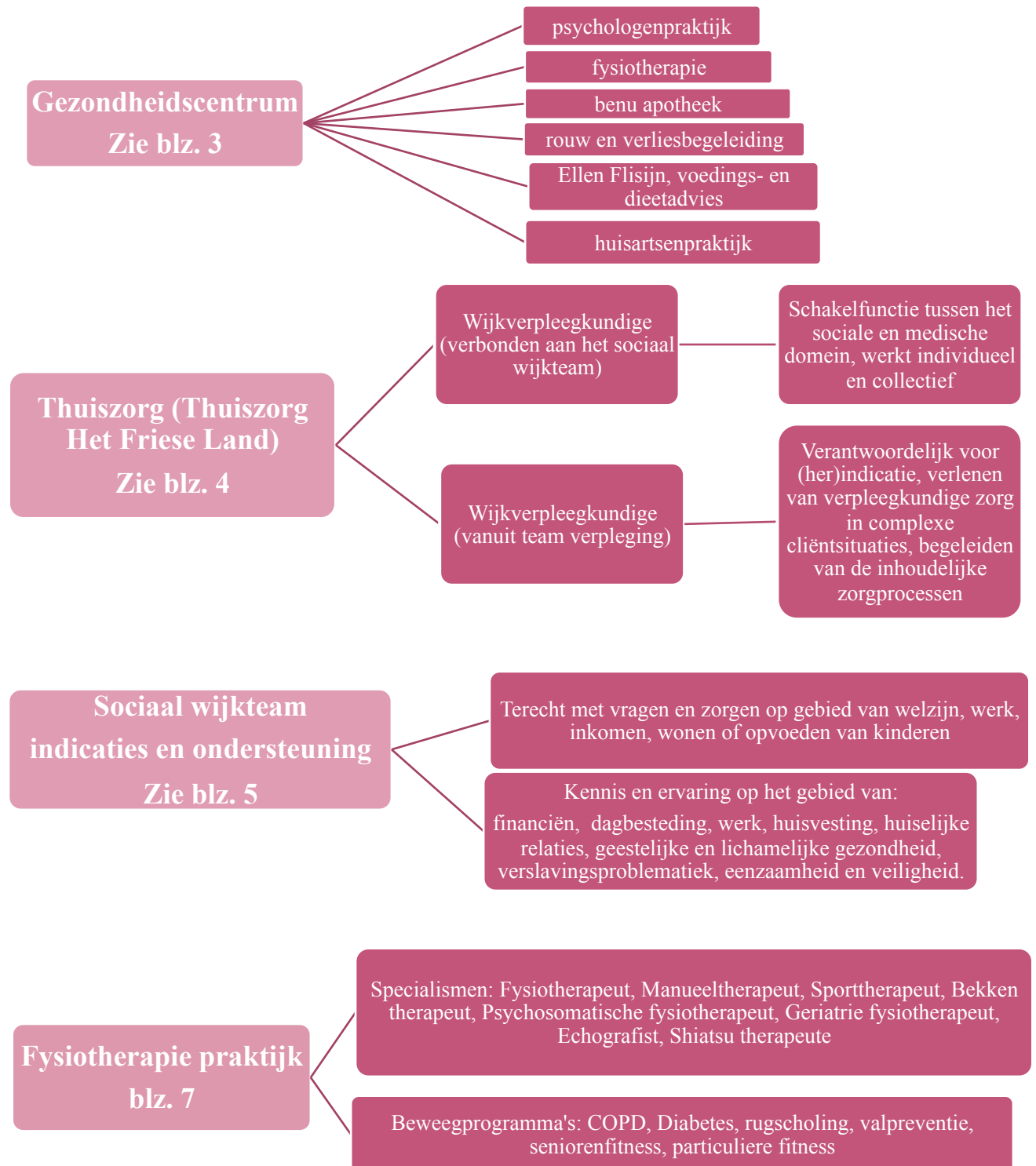
Op

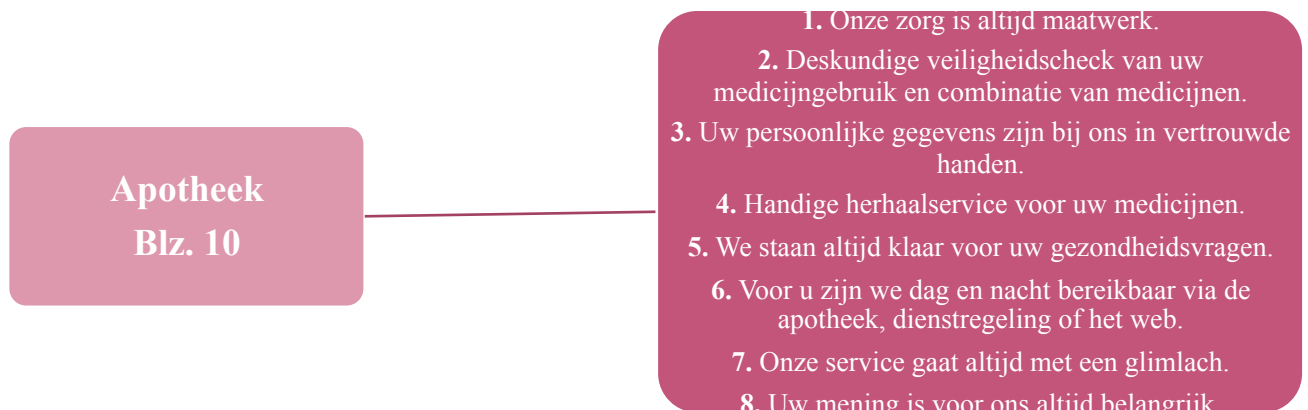
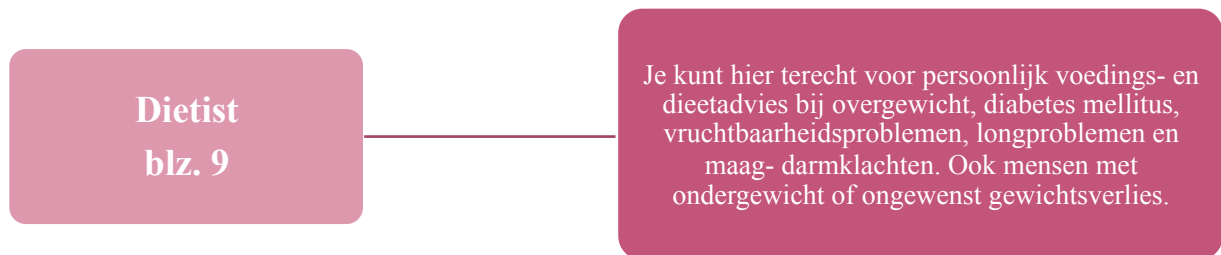
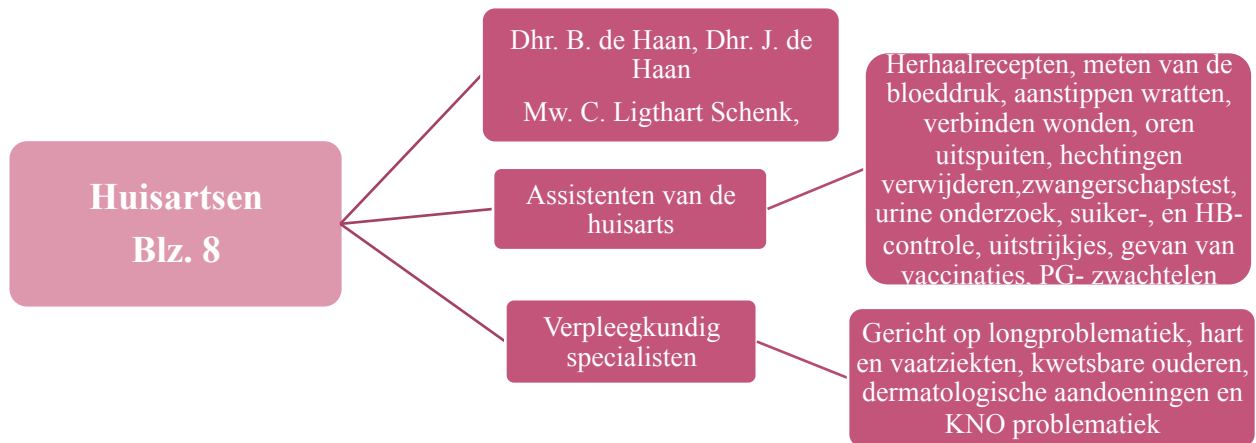
*Gezondheidscentrum
Thuiszorg het Friese Land
Het socialwijkteam
Fysiotherapeut
Huisarts
Dieetist
Apotheek*

INLEIDING

Na aanleiding van de bijeenkomst in het gezondheidscentrum van 4 november is afgesproken dat iedereen een stukje schrijft voor welke zaken bewoners en professionals terecht kunnen bij de verschillende disciplines. Met behulp van het volgende document hopen we dat het voor iedereen duidelijk is voor welke zaken je bij wie terecht kan.

INHOUDSOPGAVE





Welzijnsorganisaties

Blz. 12

- Solidar Friesland
- Wellzo Leeuwarden
- Stichting buro saris
- eigenkracht centrale
 - Humanitas
- Stichting aanzet
- resto van harte
- Coc friesland
- Fier Fryslan
- Verslavingszorg Noord Nederland
 - Limor
 - iextra nora
- Stichting Zien

Gezondheidscentrum Nijlân, centrum voor eerstelijns zorg

Centrum voor eerstelijns zorg met daarin huisartsenpraktijk de Haan, Benu apotheek Nijlân, Fysiotherapie Leeuwarden, thuiszorg het Friese land, een psychologenpraktijk.

De volgende organisaties zijn aan deze organisatie gerelateerd:

- Psychologenpraktijk Gezondheidscentrum Nijlân
<http://www.psychologenpraktijknijlan.nl/>
- Huisartsenpraktijk de Haan, huisarts B. de Haan
- Giliam Fysiotherapie Nu fysiotherapie Leeuwarden
- BENU Apotheek Gezondheidscentrum Nijlân
- Thuiszorg het Friesland
- Ellen Flisijn, diëtist
- Anne Mantel verliesbegeleiding <http://www.annemantel.nl/>



Thuiszorg Het Friese Land

overall thuis, altijd bereikbaar

De wijkverpleegkundige (verbonden aan het sociaal wijkteam)

De wijkverpleegkundige werkt wijkgericht samen. De wijkverpleegkundige binnen het sociaalwijkteam heeft een schakelfunctie tussen het sociale en medische domein. De verpleegkundige gaat het gesprek aan bij een niet pluis gevoel. Daarnaast is ze gericht op de mogelijkheden in de wijk. Ze werkt zowel individueel als collectief.

De onderstaande speerpunten zijn van toepassing op de wijkverpleegkundige

- Eigenkracht
- Insteken op gedrag en gezondheid
- Kijken naar de mogelijkheden
- Inzetten op informele zorg
- Preventieve zorg
- Ongevraagd advies

De wijkverpleegkundige (vanuit het team verpleging)

De wijkverpleegkundige werkt vanuit een team verpleging en is verantwoordelijk voor de (her)indicatie en het verlenen van verpleegkundige zorg in complexe cliëntsituaties en voor het begeleiden van de inhoudelijke zorgprocessen binnen de teams. De wijkverpleegkundige geeft hierbij functionele aanwijzingen aan teamleden zoals collega verzorgenden. De wijkverpleegkundige indiceert zorg op o.a. basis van de mate van zelfredzaamheid, de thuissituatie en het sociale netwerk. En legt verbindingen binnen de eerste lijn en het sociale domein

Bij Thuiszorg Het Friese Land wordt gewerkt volgens vastgestelde zorgleefplannen. Alle werkzaamheden zijn erop gericht om cliënten persoonlijke zorg te verlenen in hun eigen leefomgeving. De doelstelling is om de eigen leefsituatie van de cliënt zo lang mogelijk te behouden.

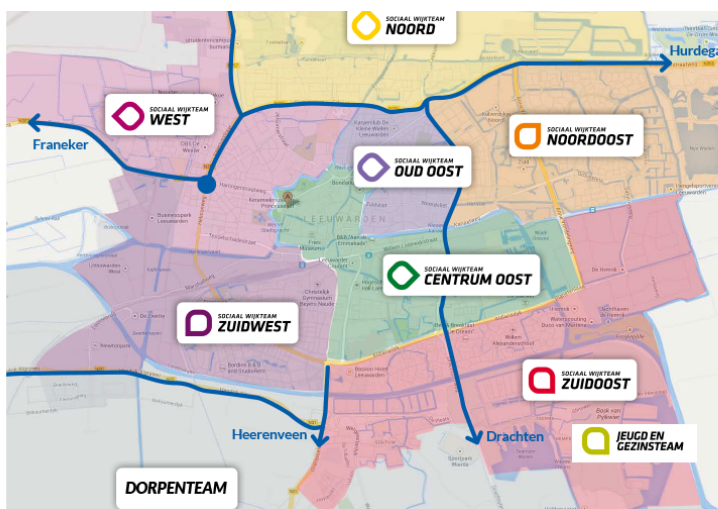
De wijkverpleegkundige kan ook door professionals worden ingeschakeld. Hij/zij is een spil in de wijk en kent zowel de bewoners als de professionele hulpverlening van eerstelijnszorg tot maatschappelijk werk en de GGZ. De wijkverpleegkundige is bovendien nauw betrokken bij de wijkteams, waarin professionals met een verschillende expertise met elkaar samenwerken.

De onderstaande speerpunten zijn van toepassing op de wijkverpleegkundige :

- Verrichten van verpleegkundige en verzorgende handelingen
- Indiceren, stimuleren, signaleren en coördineren voor patiënten die in zorg zijn
- Aansturen van het team
- Verantwoordelijk voor zorgproces van begin tot eind.

Er is een nauwe samenwerking tussen de beide wijkverpleegkundigen. De taken kunnen overlappen.

HET SOCIAAL WIJKTEAM



Wie werken er in het sociaalwijkteam?

- Sociaalwerkers met verschillende achtergronden met verschillende expertise vanuit opleiding en werkervaring.
- De wijkverpleegkundige
- Aansluitfunctionarissen: Wijkagent, VNN, GGZ (FACT), woningbouwverenigingen, Wellzo, Gemeente Leeuwarden: sociale dienst volwassenen en jeugd, participatiewet, KredietBank NL, etc.

Voor welke zaken kan je naar het sociaalwijkteam?

Bij het sociaal wijkteam kunt je terecht met al je vragen of zorgen. Bijvoorbeeld op het gebied van welzijn, werk, inkomen, wonen of opvoeden van kinderen. Binnen de teams is er kennis en ervaring op het gebied van: financiën, dagbesteding, werk, huisvesting, huiselijke relaties, geestelijke en lichamelijke gezondheid, verslavingsproblematiek, eenzaamheid en veiligheid.

Bij het sociaalwijkteam staat de vraag van de bewoner en de wijk centraal en wordt er met zorg en aandacht gekeken naar hoe je ondersteund kunt worden. De sociaal werker staat naast de bewoner en activeert de bewoner alleen daar waar nodig. Er wordt met een Plan Van Aanpak gewerkt met door de bewoner opgestelde doelen.

Voorbeelden van zaken die worden opgepakt door het sociaalwijkteam

Schuldhulpverlening. Psychosociale ondersteuning naar gezin, echtpaar, individu, kind. Gezinnen met multi problematiek. WMO aanvragen

Met wie werken ze actief samen?

- Personen van de gemeente op gebied van participatie en werk en inkomen
- Iemand van de MO- zaak
- Iemand van de verslavingszorg
- Iemand van de GGZ
- Personen van de woningbouwcoöperaties
- Scholen
- De thuiszorg
- Wellzo
- Wijkagent
- Kredietbank

Hieronder staat beschreven bij welk sociaalwijkteam je terecht kan voor welke postcodegebieden.

Dorpenteam Leeuwarden

Dorpenteam Oedsmawei 18A 9001 ZJ Grou tel: 0566 625 151

e: info@dorpenteam.nl website: www.dorpenteam.nl |

Postcodes: 9001, 9003, 9004, 9005, 9006, 9007, 9008, 9009, 9011, , 9087, 9088, 9089 |

Sociaal Wijkteam West

Sociaal Wijkteam West Leeuwerikstraat 108 8916 CH Leeuwarden Tel: 058 303

0405 E: info@wijkteamwest.nl website: www.wijkteamwest.nl

Postcodes: 8913, 8915, 8916, 8917, 8919 AA en AB

Sociaal Wijkteam Zuidwest

Sociaal Wijkteam Zuidwest Willem Alexanderplein 22 8931 DX Leeuwarden Tel:

058 303 0407 E: info@wijkteamzuidwest.nl website: www.wijkteamzuidwest.nl

Postcodes: 8912, 8914, 8931, 8932

Jeugd- en Gezinsteam

Jeugd- en Gezinsteam het Hop 2, 8939 BA Leeuwarden tel: 058 303 0408E:

info@jeugdgezinsteam.nl website: www.jeugdgezinsteam.nl

Postcodes: 8935, 8938, 8939, 8941, 9084, 9085, 9086

Sociaal Wijkteam Zuidoost

Sociaal Wijkteam Zuidoost Raagrass 28, 8935 GH Leeuwarden Tel: 058 303 0406 E:

info@wijkteamzuidoost.nl website: www.wijkteamzuidoost.nl

Postcodes: 8935, 8938, 8939, 8941, 9084, 9085, 9086

Sociaal Wijkteam Oud Oost

Sociaal Wijkteam Oud Oost Cambuurplein 1 8921 RD Leeuwarden Tel: 058 303

0403 E: info@wijkteamoudoost.nl website: www.wijkteamoudoost.nl

Postcodes: 8921, 8922

Sociaal Wijkteam Centrum Oost

Sociaal Wijkteam Centrum Oost Zuidergrachtswal 20 8933 AE Leeuwarden Tel:

058 303 0401 E: info@wijkteamcentrumoost.nl website:

www.wijkteamcentrumoost.nl

Postcodes: 8911, 8933, 8934, 8936, 8937

Sociaal Wijkteam Noordoost

Sociaal Wijkteam Noordoost Egelantierstraat 3 8929 EJ Leeuwarden tel: 058 303

0402 e: info@wijkteamnoordoost.nl website: www.wijkteamnoordoost.nl

Postcodes: 8924, 8925, 8926

Sociaal Wijkteam Noord

Sociaal Wijkteam Noord Droppingsstraat 16, 8929 EJ Leeuwarden Locatie Bilgaard

de Kei 2A 8918 AZ Leeuwarden Tel: 058 303 0404 E: info@wijkteamnoord.nl

website: www.wijkteamnoord.nl

Postcodes: 8918, 8919 (m.u.v. AA/AB), 8923, 8927, 9081, 908...



Aan therapeuten zijn er de volgende specialismen:

- Fysiotherapeut
- Manueeltherapeut
- Sporttherapeut
- Bekken therapeut
- Psychosomatische fysiotherapeut
- Geriatrie fysiotherapeut
- Echografist
- Shiatsu therapeute

Aan beweegprogramma/ketenzorg hebben is er het volgende:

- COPD (beweegprogramma en ketenzorg)
- Diabetes (beweeg programma en ketenzorg in oprichting)
- Rug scholing
- Valpreventie vanaf 2016
- Senioren fitness
- Particuliere fitness

[HTTP://WWW.FYSIOTHERAPIELEEUWARDEN.NL/](http://www.fysiotherapieleeuwarden.nl/)

"Normale" ouderdom (A)	Kwetsbaarheid (B)
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Leeftijd 75 – 85 (factor 1) <input type="checkbox"/> Leeftijd > 85 (factor 2) <input type="checkbox"/> Één chronische aandoening <input type="checkbox"/> Kan niet traplopen <input type="checkbox"/> Heeft huishoudelijke hulp <input type="checkbox"/> Ervaart moeilijkheden bij transfer (bed/stoel) en lopen <input type="checkbox"/> Geneesmiddelen 2 - 4 per dag <input type="checkbox"/> Niet te compenseren gezichts- en/of gehoorstoornissen <input type="checkbox"/> Gevallen in de afgelopen 6 maanden 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Twee of meer chronische aandoeningen <input type="checkbox"/> Voor persoonlijke zorg aangewezen op anderen <input type="checkbox"/> Meervoudige fysiotherapeutische diagnose <input type="checkbox"/> Loopt met een hulpmiddel <input type="checkbox"/> Verblijft in een instelling voor zorg <input type="checkbox"/> Heeft multidisciplinaire zorg <input type="checkbox"/> Geneesmiddelen 4 of meer per dag <input type="checkbox"/> Cognitieve stoornissen <input type="checkbox"/> afwijkende presentatie en verloop van pathologie
<p>Aantal vinken A:</p>	<p>Aantal vinken B:</p>

Score:

- 3 of meer bij **A**
- 2 of meer bij **B**
- 1 in **A** én 1 of meer in **B**
- 2 of meer in **A** én 1 in **B**

Één vinkje of meer bij *score*? → indicatie Geriatrie fysiotherapie

HUISARTSEN

In de Huisartsenpraktijk werken vier huisartsen

Dhr. B. de Haan
Dhr. J. de Haan
Mw. C. Ligthart Schenk
Mw. E. de Wolff

De assistente staan de mensen als eerste te woord wanneer zij met de praktijk bellen. Ze maakt afspraken voor het spreekuur en de huisbezoeken. Zij weet het antwoord op veel praktische vragen, bijvoorbeeld over verwijzingen en recepten. patiënten kunnen haar ook bellen voor uitslagen van urine- of bloedonderzoek en voor herhalingsrecepten. Voor uitslagen wordt verzocht te bellen tussen 13.30 uur en 15.00 uur.

Je kunt bij de assistente verder terecht voor:

- herhaalrecepten;
- het meten van de bloeddruk;
- aanstippen van wratten;
- verbinden van wonden;
- oren uitspuiten;
- hechtingen verwijderen;
- zwangerschapstest (zonder medische indicatie op eigen kosten);
- urine onderzoek;
- suiker- en Hb-controle;
- uitstrijkjes (in het kader van het bevolkingsonderzoek);
- het geven van vaccinaties;
- PG-zwachtelen;
- verstrekken van informatiefolders.

De praktijk heeft een verpleegkundig specialist in dienst, Mevr R. Clifford. Zij is een speciaal opgeleide verpleegkundige die de huisartsen ondersteunt in de zorg:

- stelt diagnose Astma;
- stelt de diagnose COPD, door bv een longfunctieonderzoek, waarna zonodig instellen op medicatie;
- bewaakt en behandelt patiënten met cardiovasculair(hart-vaat) risico;
- inventariseert en organiseert zorg voor patiënten met CVA/TIA;
- screent op kwetsbare ouderen in meerdere domeinen, bv multimediatie, valrisico, geheugenproblemen;
- doet begeleiding bij terminale zorg;
- beoordeelt dermatologische aandoeningen/ wondbehandeling;
- beoordeelt en behandelt KNO problematiek.

Er is een praktijkondersteuner werkzaam in de praktijk Mevr. L. de Vos - Goudberg.

- Spreekuur diabetes mellitus en hypertensie (hoge bloeddruk);
- huisbezoeken bij kraamvrouwen;
- 24-uurs bloeddrukmeting of de enkel-armindex (een onderzoek naar de toestand van de bloedvaten). Deze metingen worden altijd door de praktijkondersteuner met uw huisarts besproken;
- uitstrijkjes in het kader van het bevolkingsonderzoek.



voedings- en dieetadvies

Sinds 2008 is Sonja Methorst voedings- en dieetadvies een vertrouwd adres in Leeuwarden en omstreken. Je kunt hier terecht voor persoonlijk voedings- en dieetadvies bij overgewicht, diabetes mellitus, vruchtbaarheidsproblemen, longproblemen en maag- darmklachten. Ook mensen met ondergewicht of ongewenst gewichtsverlies zijn van harte welkom. Voor een optimale zorg werken wij nauw samen met huisartsen, specialisten, fysio- en oefentherapeuten, overheidsinstanties en bedrijven. Er zijn met vrijwel alle zorgverzekeraars contracten afgesloten en zijn aangesloten bij Zorggroep Attint BV en Ketenzorg Friesland.

Het team Sonja Methorst voedings- en dieetadvies bestaat uit een tweetal gedreven en vaardige diëtisten: Ellen Flisijn en Sonja Methorst. Zij voldoen allebei aan de strenge criteria van het kwaliteitsregister Paramedici.

<http://www.sonjamethorst.nl/>



BENU Apotheek is een keten met ruim 300 apotheken in Nederland en is een onderdeel van de Brocacef Groep NV, waarvan ook Brocacef; Groothandel, Zorglogistiek, Maatmedicatie en Supplies & Services en Ziekenhuisfarmacie deel uitmaken. Brocacef Groep NV maakt op haar beurt deel uit van de PHOENIX Group; een belangrijke Europese speler op het gebied van farmaceutische zorg.

Missie

BENU Apotheek levert hoogwaardige en doelmatige farmaceutische zorg en hiermee verbeteren wij de kwaliteit van leven voor onze klanten.

Dit doen wij door geneesmiddelen te leveren en gezondheidsgerelateerde producten en diensten aan te bieden die het beste bij u passen.

Bij BENU Apotheek staat u centraal. Wij staan voor optimale service en kwaliteit, geven u graag advies en begeleiden u bij het verstrekken van medicijnen. Dat vatten we samen in de Kracht van 8.

1. Onze zorg is altijd maatwerk.
2. Deskundige veiligheidscheck van uw medicijngebruik en combinatie van medicijnen.
3. Uw persoonlijke gegevens zijn bij ons in vertrouwde handen.
4. Handige herhaalservice voor uw medicijnen.
5. We staan altijd klaar voor uw gezondheidsvragen.
6. Voor u zijn we dag en nacht bereikbaar via de apotheek, dienstregeling of het web.
7. Onze service gaat altijd met een glimlach.
8. Uw mening is voor ons altijd belangrijk.

<https://www.benuapotheek.nl/Default.asp?&HTTPSHASH3>

ANNE MANTEL

Gecertificeerd rouw- en verliesbegeleider Anne Mantel begeleidt ouderen, volwassenen en jong volwassenen in een rouw- en verliesproces: 'Het verdriet is zwaarder dan u kunt dragen.'

Verliezen doen zich voor op alle levensgebieden van de mens: na overlijden van een dierbare, verlies van gezondheid, relatie, werk en toekomstperspectief. Rouw wordt gezien als een gezonde reactie op verlies. Wanneer steun en begeleiding in het netwerk ontbreken en de klachten blijven aanhouden, kan een rouwproces stagneren. Dit kan zich uiten in langdurige fysieke klachten, somberheid, depressie, angst, isolement en eenzaamheid. Bij kwetsbare ouderen is het verlies van eigen regie en autonomie een veelvoorkomend probleem. Inschakelen van verliesbegeleiding kan in die gevallen een hulpbron zijn.

Gesprekken vinden plaats: in de eigen praktijk, bij u thuis, mogelijkheid van het eerste gesprek in de huisartsenpraktijk.

Aantal gesprekken ligt tussen de 8 à 10 keer, het kan variëren. Dit hangt af van uw hulpvraag.

De gesprekken worden met een aanvullende verzekering bij uw Zorgverzekeraar voor een groot deel vergoed. Uw eigen risico valt hier buiten en wordt niet aangesproken. Overleg en informatie mogelijk via:

Telefoon: 06 497 68 479

e-mail: info@annemantel.nl

website: www.annemantel.nl



Anne Mantel
Verliesbegeleiding

*Je hebt een geliefde persoon verloren
Of je mist iemand in een ongepaste situatie
Je voelt je eenzaam en ongelukkig
Je bent die grote vraag en wilt vooral niet vragen
Je vraagt je af hoe je verder kunt na een verlies*

Ieder mens krijgt in het leven te maken met verlies, verdriet en rouw. Door het overlijden van een dierbare, verlies van gezondheid of missieproblemen, ziekte, ontrouwen, hongerlijden of het verlies van een toekomstperspectief kunnen pijn, verontmoeten, onzeker verlies te juwe verhaal. Het is niet altijd duidelijk om juw op gesloten afstand, verloren en bereikbaar is te maken te je rouwproces, het je zelf de draad van het leven weer kunt oppakken.

Over Anne Mantel
Verliesbegeleiding
"Sinds een paar maanden heb ik een rouwproces doorlopen. Het is niet altijd makkelijk om te praten over verlies, maar ik heb veel geleerd en heb mijn leven weer op de rails kunnen zetten. Anne Mantel heeft me geholpen om mijn verdriet te verwerken en om mijn leven weer op te pakken. Ik heb veel geleerd en heb mijn leven weer op de rails kunnen zetten. Anne Mantel heeft me geholpen om mijn verdriet te verwerken en om mijn leven weer op te pakken."

Kosten en vergoedingen
De gesprekken vinden plaats in de eigen praktijk, bij u thuis, mogelijkheid van het eerste gesprek in de huisartsenpraktijk. Voor het eerste gesprek wordt een tarief van € 45,- in rekening gebracht. Voor verdere gesprekken wordt een tarief van € 45,- in rekening gebracht. Het tarief wordt vergoed door de Zorgverzekering. Het tarief wordt vergoed door de Zorgverzekering. Het tarief wordt vergoed door de Zorgverzekering.

Solidair Friesland

- Maatjesproject Support Kids

Kinderen uit de bovenbouw van het basisonderwijs, die om uiteenlopende redenen extra aandacht en een steuntje in de rug kunnen gebruiken, worden gekoppeld aan een maatje.

- Maatjes project Support Friesland

Support Friesland koppelt vrijwilligers (maatjes) aan jongeren (12-27) die om uiteenlopende redenen extra aandacht en een steuntje in de rug kunnen gebruiken.

Wellzo Leeuwarden

- Jongerenwerk
- Vrijwilligerswerk
- Mantelzorgondersteuning
<http://www.wellzo.fr/>

Stichting buro Saris

- Stedelijk ontmoetingspunt voor jonge ouders

Een ontmoetingscentrum voor jonge (toekomstige) ouders. Het ontmoetingscentrum is een inlooplek voor informatie en advies op verschillende gebieden. Denk aan wonen, leren, werken, opvoeden en advies over financiën.

Eigen kracht centrale

- Organisaties van de eigenkracht conferenties

Het gezin nodigt betrokken zijn bij het gezin en die een rol willen spelen bij het oplossen van problemen.

Humanitas

- Home start

Ervaren en getrainde vrijwilligers bieden ondersteuning en praktische hulp en vriendschap aan ouders met tenminste een kind tot 7 jaar. De gezinnen geven zelf aan op welke gebieden zij steun wensen: hun vragen staan centraal.

- Doorstart

De vrijwilligers van doorstart ondersteunen ouders en kinderen (7-14 jaar), maar lossen de opvoedingsvraagstukken in het gezin niet op. Wel stimuleren ze ouders om zelf oplossingen te vinden. Zo neemt het zelfvertrouwen van de ouders en kinderen toe.

- Verder biedt humanitas hulp op de volgende gebieden:

Bezoekgroep Erasmushuis, Begeleidende Omgangsregeling (BOR),
Chatproject, Effe Doen, FEMmaatjes, Hang-Aut, Humaa(N)tjes,
Kindervakantieweken, Sint Nicolaasactie, Steun bij Rouw en Verlies
Thuisadministratie, Vriendschappelijk huisbezoek,
Ziekenhuisbegeleiding.
<http://humanitasleeuwarden.nl/>

Stichting aanzet

- Kronkel café

De kronkel is een laagdrempelige en veilige ontmoetingsplek. Het sociaal café is een aanvulling op verschillende activiteiten en opvangmogelijkheden die er door de week zijn, maar richt zich op de avonden.

- Maatjes project

Het initiatief koppelt mensen die door hun psychische kwetsbaarheid weinig of geen sociale contacten hebben aan vrijwilligers.

Resto van Harte

- Organisatie van de gemeenschappelijke eettafel als ontmoetingsplaats voor mensen en groepen die door de maatschappelijke of persoonlijke omstandigheden in een sociaal isolement zijn geraakt.

COC Friesland

Opkomen voor de belangen van lesbische vrouwen, homoseksuele mannen, biseksuele en transgenders. Daarnaast worden voorlichtingslessen geven en activiteiten georganiseerd voor diverse groepen.

-

Fier Fryslân

- Opvangvoorzieningen
- Ambulante hulp

Verslavingszorg noord Nederland

- Zorgprogramma bemoeien
Het bieden van zorg aan mensen die wel zorg behoeven, maar veelal geen zorg wensen. Het betreft dan met name basale zorg gerelateerd aan middelengebruik en herstel van primaire levensbehoeften. De zorg richt zich op de groeiende groep chronisch verslaafden die niet (meer) terecht kunnen bij het reguliere aanbod van diverse zorginstellingen.

Limor

Algemene crisisopvang, (toegangspoortwachter, opvang en begeleiding en nazorg.

Ixta Noa

Jongeren en volwassenen van 14 tot 70 jaar, met uiteenlopende psychische of verslavingsproblemen, een plek bieden om met zichzelf aan de slag te gaan.

Stichting Zienn

- Opvangvoorzieningen
- Ambulant
- Interventiewerk jongeren
- Skerp