

Nieuwsbrief van uw huisartsenpraktijk Gulpen

Beste lezer,

In deze nieuwsbrief praten we u bij over de lopende én toekomstige zaken van onze huisartsenpraktijk. Kijk ook regelmatig op onze social media en website www.hapgulpen.nl voor actueel nieuws, zo blijft u goed op de hoogte.

Griep- en pneumokokkenvaccinatie 2026

De geplande datum voor de grieprik 2026 is **donderdag 19 november 2026**. Ook dit jaar wordt de griepvaccinatie gecombineerd met vaccinatie tegen **pneumokokken** (geboortejaren 1948-1952 en 1966).

De prikdatum is mogelijk wat later dan u van ons gewend bent. Door een landelijke vertraging in de levering van griepvaccins is de planning anders verlopen. We hebben de vaccins veel later ontvangen dan gebruikelijk.



Deze latere vaccinatiedatum heeft geen invloed op de bescherming tegen de griep.

Na de grieprik duurt het ongeveer 2 weken voordat uw lichaam voldoende afweerstoffen heeft aangemaakt en u dus goed beschermd bent tegen de griepvirussen waartegen het vaccin is gericht. De griepgolf in Nederland begint doorgaans tussen eind december en begin februari.

Ontvangt u normaal gesproken een uitnodiging voor de grieprik? Dan vragen wij u vriendelijk deze uitnodiging af te wachten. **De uitnodigingsbrief ontvangt u in week 42/43** Houd daarnaast onze website in de gaten voor de meest actuele informatie over de griep- en pneumokokkenvaccinatie!

Teamdag Huisartsenpraktijk Gulpen: praktijk gesloten op dinsdag 22 september!



Vanwege onze jaarlijkse teamdag zijn we op dinsdag 22 september **gesloten**. Voor dringende zaken die niet kunnen wachten kunt u dan terecht bij Huisartspraktijk Reinartz: **telefoonnummer: 043- 450 00 75**

Welkom Loreen

Per 1 september is doktersassistente Loreen ons team komen versterken! Zij werkt op maandag, dinsdag en vrijdag. Loreen stelt zich aan u voor:

Ik ben Loreen Crombach en ben 40 jaar oud. Ik woon in Margraten samen met mijn partner en onze 2 kinderen. Per 1 september ben ik werkzaam als doktersassistente in Huisartsenpraktijk Gulpen, meestal werk ik op maandag, dinsdag en vrijdag. Ik heb er veel zin in!



Loreen

Wij zijn een opleidingspraktijk

De vraag naar zorgpersoneel neemt toe. Wij vinden het belangrijk om ons steentje bij te dragen in het opleiden van nieuw zorgpersoneel. Daarom start er op 1 november een **stagiaire doktersassistente** in onze praktijk. Daarnaast zal er ook een **POH Somatiek in opleiding** aanwezig zijn tijdens de spreekuren voor mensen met chronische aandoeningen.

Tevens zal er in het najaar vanaf 14 oktober gedurende 8 weken een **coassistent** (geneeskundestudent) aanwezig zijn om meer te leren over ons mooie huisartsenvak!

Werken aan je gezondheid: Bewegen op recept van Move 4 Vitality!

Nieuw in huisartsenpraktijk Gulpen: het **beweegspreekuur van Move4Vitality**. Hier kunt u in gesprek over bewegen en kijkt u samen met een beweegcoach wat er bij u past.

Hoe gaat dat?

We verwijzen u door naar het beweegspreekuur om te praten over bewegen. Een beweegcoach van Move4Vitality gaat met u in gesprek: hoe krijgt u meer beweging in uw leven en wat zou u zelf graag willen? Samen zoeken jullie naar een eerste stap die haalbaar voelt, want kleine stappen houdt u het langst vol.



Na het gesprek blijft uw beweegcoach u persoonlijk ondersteunen via de Move4Vitality-app. U voert het beweegplan uit in uw eigen omgeving, op uw eigen tempo en met iemand die u het vertrouwen geeft dat het lukt. U staat er niet alleen voor.

Voor beweegspreekuur is voor iedereen. Merkt u dat er weinig beweging in uw dag zit, dat traplopen zwaarder gaat of dat u zich minder fit voelt dan vroeger? Dan is dit gesprek er juist voor u.

Het begint met erover praten. Vraag ernaar tijdens uw afspraak of laat het weten aan onze assistente. Het eerste beweegspreekuur staat gepland op **woensdag 30 september** van 13.00u tot 17.00u. Dit spreekuur zal maandelijks gepland worden.

Meer weten? Ga naar www.move4vitality.nl/deelnemers/hoe-werkt-het of bekijk de video hieronder:



Herhaling: Nieuwe werkwijze voor het inleveren van urine bij plasklachten

Sinds de verbouwing maken we gebruik van een **urinepotjes-kastje** en een **urine-afgifteluik**! Hier kunt u gemakkelijk urine inleveren bij plasklachten. *Hoe werkt dit?*

1. **Urinepotje halen:** Links naast de balie vindt u een kastje met het label 'urinepotjes'. Haal hier een zakje uit. Het zakje bevat een urinepotje en een vragenlijst voor plasklachten.
2. **Naam en geboortedatum:** Schrijf uw naam en geboortedatum op het urinepotje.
3. **Vragenlijst invullen:** Vul de vragenlijst in. Schrijf hier ook uw naam en geboortedatum op. Doe daarna alles terug in het zakje.



4. **Inleveren:** Breng het gevulde zakje terug en zet het in het luikje met de tekst 'urine-inleverpunt'. Dit deurtje is links naast het kastje met de urinepotjes. Doet u dit vóór 12 uur krijgt u dezelfde dag de uitslag.
5. **Controle van de urine:** De assistente zal de urine controleren.
6. **Uitslag:** U kunt de uitslag na 15.00 uur in het Uw Huisarts Online portaal bekijken (als u nog geen account hiervoor heeft, check dan onze homepage voor meer informatie of klik [hier!](#))

Geen toegang tot Uw Huisarts Online?: Als u geen account heeft voor Uw Huisarts Online, dan kunt u na 15.00 uur bellen met de assistente voor de uitslag. Tip: maak gemakkelijk een account aan voor Uw Huisarts Online, klik [hier!](#)

Let op, ná 16.00u mag er geen urine potje meer afgegeven worden via het urine-afgifteluik



Urine-kastje (ophalen potjes)



Urine-afgifte luik (inleveren tot 16.00u)

Herhaling: Onze praktijk gebruikt nu Mitz, voor het online vastleggen van toestemmingen



Onze praktijk gebruikt Mitz. In Mitz kies jij zelf welke zorgaanbieders jij toestemming geeft om jouw medische gegevens beschikbaar te stellen. Jouw andere zorgaanbieders kunnen deze gegevens dan opvragen als zij deze nodig hebben voor jouw behandeling.

Waarom is toestemming geven belangrijk?

Zorgaanbieders zoals de apotheek of huisartsenpost, hebben soms jouw medische gegevens nodig van onze Huisartsenpraktijk Gulpen. Zij kunnen jou dan beter helpen. Wij mogen jouw gegevens alleen elektronisch uitwisselen met een andere zorgaanbieder als jij dat goedvindt. Dit heet toestemming.

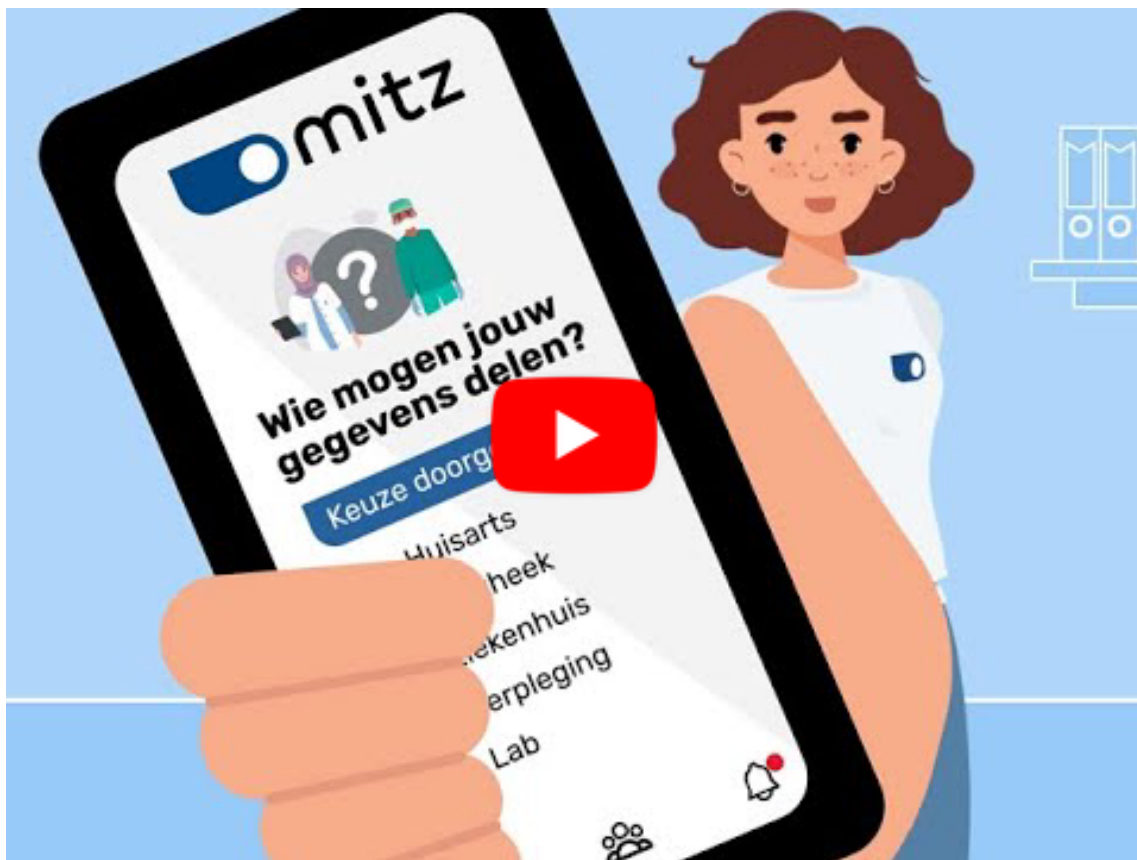
Wij maken voor deze toestemming gebruik van Mitz. Heb jij ons eerder al toestemming gegeven via bijvoorbeeld een LSP formulier of Volgjezorg? Dan zetten wij deze toestemming in Mitz. Je kunt deze toestemming inzien als je inlogt in MijnMitz.nl.

Hoe werkt Mitz?

Ga naar MijnMitz.nl Op deze website staat uitgelegd hoe Mitz werkt. Je kunt inloggen met DigiD en direct je keuzes maken voor al je zorgaanbieders. Deze worden veilig opgeslagen. Alleen jouw keuzes staan in Mitz, jouw medische gegevens niet. Je kunt jouw keuzes altijd aanpassen. Ze zijn direct geldig.

Heb je vragen over toestemming geven of Mitz?

Deze animatie legt uit waarom toestemming geven belangrijk is en hoe je dat kunt doen met Mitz:



Nog meer vragen? Bel dan naar naar Mitz: 088-506 08 00. Bereikbaar op werkdagen van 9.00 tot 17.00 uur.

Met vriendelijke groet,

Team Huisartsenpraktijk Gulpen

[Klik hier om onze website te bezoeken](#)

Huisartsenpraktijk Gulpen

Rijksweg 29-B, 6271 AC Gulpen

[Bekijk in browser](#) | [Uitschrijven](#) | [praktijk.nl](#)