



Dialyse Centrum
Groningen



Inhoud

3

Nieuws vanuit de Cliëntenraad

DCG in beweging

4

Belasting en geldzaken bij nierziekte

Helpkaart vervoer

6

Geld besparen op uw boodschappen

8

De Neokidney

Thuisdialyse tijdens een storing of noodsituatie

9

Puzzel

Maak kans op een prijsje

10

Recept van de maand

Tahoe-kerrie met broccoli en rijst



Nieuws vanuit de Cliëntenraad

De Cliëntenraad is in 2025 actief geweest. We hebben niet stilgezeten. Ook is er een goed jaarplan gemaakt voor 2026. Een belangrijk punt daarin is betere communicatie met patiënten.

De Cliëntenraad wil een belangrijke schakel zijn tussen patiënten en zorgverleners. We krijgen goede informatie van de directie over belangrijke onderwerpen. We kunnen ook kritische vragen stellen. De sfeer tijdens de vergaderingen is prettig.

We zoeken nog een extra lid voor de Cliëntenraad.

Vindt u het leuk om mee te praten over belangrijke onderwerpen en iets te doen voor alle patiënten? Neem dan contact met ons op. We geven u graag meer informatie.

U kunt ons bereiken via:
Dialyse Centrum Groningen
t.a.v. cliëntenraad – voorzitter
Postbus 910
9700 AX Groningen
Mail: clienraad@dcg.nl

DCG in beweging - de nieuwe dialysefietsen!

Op onze locaties staan dialysefietsen. U heeft ze vast al gezien.

Een lid van de Cliëntenraad vertelt:

‘Bewegen is goed voor iedereen. Ook voor mensen met een nierziekte.

Op het scherm kunt u routes kiezen. Bijvoorbeeld in Nederland, Europa of ergens anders in de wereld.

Tijdens het fietsen bent u actief bezig. Daardoor voelt de dialysetijd vaak korter. In Scheemda wordt de fiets veel gebruikt. Patiënten vinden het een fijne afleiding tijdens de dialyse.’

Jannes Ramaker
Lid van de Cliëntenraad, locatie Scheemda

Belasting en geldzaken bij nierziekte

Een nierziekte kan extra kosten geven. Niet alle kosten worden betaald door de zorgverzekering. Soms kunt u een deel van de kosten die u zelf moet betalen aftrekken bij de belasting.

Welke zorgkosten tellen mee?

Sommige zorgkosten mag u opgeven bij uw belastingaangifte. Bijvoorbeeld:

- medicijnen op recept
- kosten van een dieet (vraag uw diëtist)
- zorg van een arts of specialist
- reiskosten naar het ziekenhuis
- extra hulp thuis
- hulpmiddelen

Niet alle kosten tellen mee. Op de website van de Nierstichting staat een compleet overzicht.

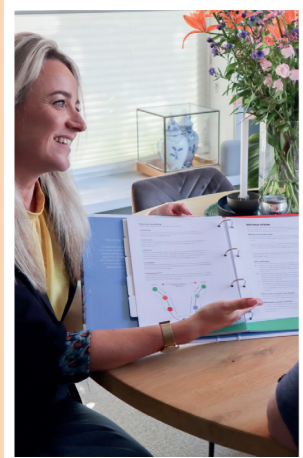
Hoe krijgt u geld terug?

U moet elk jaar belastingaangifte doen. Daar kunt u deze zorgkosten invullen.

Hulp bij belastingaangifte

Vindt u belastingaangifte moeilijk? U kunt hulp krijgen, bijvoorbeeld bij:

- de ouderenbond
- het wijkcentrum
- een sociaal werker
- de bibliotheek
- de Belastingdienst



Financiële regelingen voor nierpatiënten

Krijgt u minder inkomen door uw nierziekte of heeft u een laag inkomen? Ga na of u in aanmerking komt voor financiële regelingen.

Voor een overzicht van alle financiële regelingen voor nierpatiënten kunt u kijken op nierstichting.nl of scan de QR-code.



Heeft u vragen? Neem contact op met de medisch maatschappelijk werker. Zij kunnen uitleg geven, maar doen de belastingaangifte niet voor u.

Goed voorbereid onderweg

De nieuwe helpkaart Vervoer, wat moet u regelen?

Vervoer van en naar DCG is een vast onderdeel van de behandeling. Het is belangrijk dat uw reis goed gaat. Daarvoor moet u vooraf dingen regelen. De Helpkaart Vervoer helpt u hierbij.

Is uw vervoer nu al goed geregeld? Dan hoeft u niets te doen.

Zelf aan het stuur


Bij DCG regelt u zoveel mogelijk zelf. Dat geldt ook voor uw reis. De helpkaart legt stap voor stap uit hoe dit werkt. Let op: vraag bij uw verzekering een machtiging voor alle locaties van DCG. Dan kunt u wanneer dat nodig is ook op een andere locatie dialyseren.

Vorbereiden van vervoer

Gaat u binnenkort starten met dialyse? Dan krijgt u de helpkaart alvast op de

nierfalenpoli. Zo kunt u alles rustig lezen en regelen voor uw eerste behandeling.

De helpkaart bekijken

Wilt u de kaart nu bekijken? Scan dan de QR-code. 

Spreekt u een andere taal? Op onze website staat een knop om de tekst te vertalen.

Wilt u de kaart liever op papier? Vraag dit dan aan uw verpleegkundige of de medische administratie. Op elke afdeling zijn de helpkaarten aanwezig.

Heeft u vragen?

Komt u er niet helemaal uit? Geen zorgen. Vraag het aan uw zorgverlener bij DCG. U kunt ons ook bellen op: 050 - 36 19 444.



Scan de QR-code en bekijk de helpkaart vervoer.



Tip

Er is een app voor uw telefoon. Hiermee regelt u zelf hoe laat de taxi u weer ophaalt.



Android



Apple

Nieuw bewijs voor goede en veilige zorg

DCG heeft een nieuw bewijs gekregen dat we goed en veilig werken. Dit heet een kwaliteitscertificaat. Een team van controleurs heeft onze dialysecentra in Groningen, Assen en Scheemda bezocht. Zij hebben gekeken hoe wij werken en hoe wij de zorg regelen voor patiënten.

Hun oordeel was heel positief. Ze hebben geen fouten of problemen gevonden. Daar zijn we trots op. Dit bewijs laat zien dat onze manier van werken duidelijk en veilig is. Zo kunnen wij ons blijven richten op wat het belangrijkste is: goede zorg voor onze patiënten. We blijven werken aan verbetering en veiligheid. Dank aan alle medewerkers die hier elke dag aan meewerken.

Geld besparen op uw boodschappen

U staat bij de kassa in de supermarkt om uw boodschappen te betalen. Het totaalbedrag verschijnt en is hoger dan verwacht. Herkent u dat? Boodschappen worden steeds duurder, maar het te besteden bedrag stijgt niet in hetzelfde tempo mee. Gelukkig kunt u met een paar slimme keuzes flink besparen.

Planning en voorbereiding

- Check uw voorraad: kijk wat er nog achterin de kast of vriezer ligt voordat u naar de winkel gaat.
- Maak een weekmenu: plan uw maaltijden rondom producten die u al in huis heeft of producten die in de aanbieding zijn.
- Maak een boodschappenlijstje: koop alleen wat er op uw lijstje staat. Zonder lijstje koopt u makkelijker extra dingen die u niet nodig heeft.
- Eet voordat u gaat: ga niet met honger naar de winkel. Met een lege maag koopt u makkelijker extra snacks.

In de supermarkt

- Kijk omlaag: de duurste merken staan op ooghoogte. De goedkopere merken staan meestal onderaan in het schap. Deze zijn vaak net zo goed.
- Kijk naar de prijs per kilo of liter: soms lijkt een aanbieding goedkoop, maar is een grotere verpakking (of een ander merk) voordeliger.
- Mijd voorgesneden groenten: voor het gemak van gesneden zakjes groente betaalt u vaak het dubbele. Zelf snijden is een kleine moeite en een stuk goedkoper.
- De 'tenminste houdbaar tot bak': zoek naar producten met een sticker van 35% of 50% korting omdat de houdbaarheidsdatum dichterbij komt. Perfect om diezelfde avond mee te koken of om in te vriezen.
- Let op aanbiedingen: aanbiedingen zijn handig als het iets is dat u sowieso gebruikt. Koop geen extra spullen alleen omdat ze in de aanbieding zijn.



- Koop grotere verpakkingen bij producten die u vaak gebruikt: grote verpakkingen zijn meestal voordeliger. Alleen kopen als u het ook echt opmaakt om verspilling te voorkomen.
- Gebruik een boodschappenapp of spaarpunten: veel supermarkten hebben apps met digitale aanbiedingen en spaaracties. daarmee kunt u korting krijgen op producten.
- Vermijd kant-en-klaar maaltijden: Zelf koken is vaak goedkoper en gezonder dan kant-en-klare maaltijden.



Slimme productkeuzes

- Groente en fruit
 - Seizoensproducten: seizoensproducten zijn groenten en fruit die groeien in de periode van het jaar waarin het klimaat (temperatuur, zonlicht, regen) daar het meest geschikt voor is. In plaats van ze uit een kas te halen of in te vliegen uit verre landen, eten we ze wanneer de natuur ze 'klaar' heeft. Seizoensproducten zijn vaak goedkoper en ook nog eens smaakvoller.
 - Diepvriesproducten: groenten en fruit uit de diepvries zijn net zo gezond als de verse variant, maar veel goedkoper.
- Eiwitten: plan een paar vegetarische dagen per week. Peulvruchten (zoals bruine/witte bonen, kidneybonen, linzen en kikkererwten) en eieren zijn een goede vervanger van vlees en een stuk goedkoper.
- Dranken: kraanwater is bijna gratis. Voor frisdranken betaalt u veel geld.
- Voorraad: koop houdbare producten alleen in de aanbieding.

Supermarktkeuze

Ga voor basisproducten naar een goedkopere supermarkt zoals Dirk, Aldi of Lidl en alleen voor speciale aanbiedingen naar de duurdere supermarkten. Ook de markt heeft vaak goedkope groenten en fruit. Vooral aan het einde van de dag.

Wist u dat: Apps zoals Too Good To Go voor een paar euro producten verkopen die anders weggegooid zouden worden?



Too Good To Go



Gezien in het nieuws of in de krant: Neokidney

U heeft het misschien in de krant gelezen of op het nieuws gezien: de Neokidney. Dit is een draagbare kunstnier. Het is een klein dialyseapparaat, ongeveer zo groot als een rolkoffer.

DCG is blij met nieuwe ontwikkelingen bij dialyse. Meer vrijheid en zelfstandigheid voor patiënten is fijn. Met dit apparaat kan dat voor sommige patiënten mogelijk worden.

Maar het apparaat is niet voor iedereen geschikt. En het is ook nog niet snel voor iedereen beschikbaar. Het is bedoeld

voor een kleine groep patiënten die thuisdialyse doen en hiervoor getraind zijn. De kosten zijn nog niet bekend. De verwachting is dat patiënten met dit apparaat vaker moeten dialyseren: ongeveer 4 tot 6 keer per week. Dialyse gaat dan met twee naalden.

Op dit moment wordt de Neokidney getest in het UMC Utrecht. Pas na deze testen is duidelijk wanneer het apparaat echt beschikbaar is en wie het kan gebruiken.

Wij blijven het nieuws volgen. We houden u op de hoogte als dit belangrijk wordt voor DCG en voor onze patiënten.

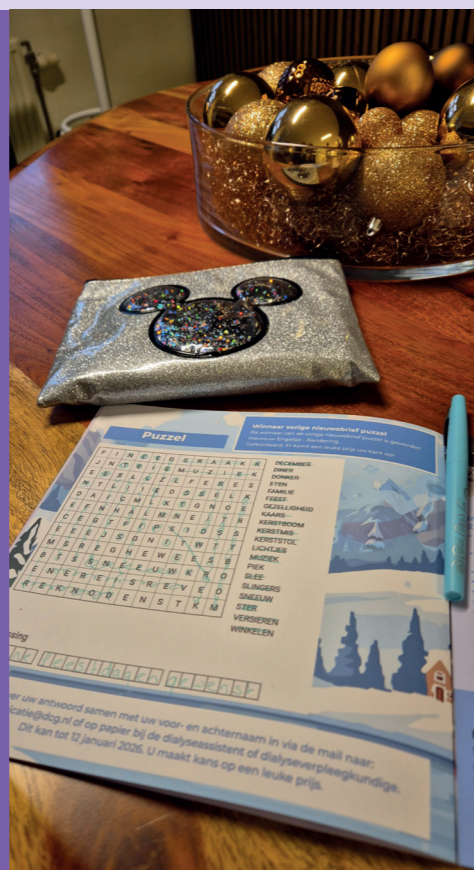
Thuisdialyse tijdens een storing of noodsituatie

Een kleine groep patiënten dialyseert thuis. Soms kan thuisdialyse tijdelijk niet doorgaan. Bijvoorbeeld bij een stroomstoring, waterstoring of een medisch probleem.

Kunt u thuis niet dialyseren? Dan kunt u tijdelijk in het centrum dialyseren. Bel dan met DCG via 050 – 36 19 444.

Overdag krijgt u de planning. Buiten kantoor tijden vraagt u naar de dienstdoende verpleegkundige.

Wij regelen samen met uw arts waar en wanneer u kunt dialyseren.



Winnaar vorige puzzel

De winnaar van de puzzel uit het december nummer is geworden: R. Udema!

Van harte gefeliciteerd! Ook voor dochter en kleindochter Renate en Esmé. Zij hebben de foto ingezonden.

Er komt een leuke prijs uw kant op!

Puzzel

O	S	I	R	F	P	T	W	W	E
E	P	G	G	E	R	N	I	T	A
A	L	L	R	A	G	M	N	H	D
N	E	A	A	R	D	E	D	C	L
E	E	M	A	S	L	O	N	I	N
S	U	K	O	R	K	L	L	L	G
T	N	K	W	K	S	B	E	Z	R
T	A	O	N	I	U	T	G	A	O
T	L	O	Z	J	I	B	O	A	E
K	P	E	S	A	R	G	V	D	I

AARDE MAART
 BIJ NEST
 BLOEM PLAS
 DAG REGEN
 FRIS TAK
 GRAS TUIN
 GROEI VOGEL
 KNOP WIND
 KROKUS WOLK
 LAARS ZAAD
 LENTE ZON
 LICHT

Oplossing

Lever uw antwoord samen met uw voor- en achternaam in via de mail naar: communicatie@dcg.nl of op papier bij de dialyseassistent of dialyseverpleegkundige. Dit kan tot 6 april 2026. U maakt kans op een leuke prijs.

Recept van de maand

Tahoe-kerrie met broccoli en rijst



Ingrediënten voor 2 personen:

- ▶ 200 g tahoe
- ▶ 150 g zilvervliesrijst
- ▶ 400 g broccoliroosjes
- ▶ 1 ui
- ▶ 1 teentje knoflook
- ▶ 1 eetlepel (zonnebloem)olie
- ▶ 1 eetlepel kerriepoeder
- ▶ 0,5 eetlepel maïzena
- ▶ 125 g crème fraîche
- ▶ 150 g ananasstukjes (uit blik)



Wissel vlees eens af met een vleesvervanger! De meeste kant-en-klare vleesvervangers uit de supermarkt bevatten veel zout, aan tahoe is geen zout toegevoegd en past daarom heel goed in een zoutbeperkt dieet.



Bereiden

1. Kook de rijst volgens de aanwijzingen op de verpakking.
2. Kook de broccoliroosjes in ongeveer 8-10 minuten beetgaar.
3. Pel en snipper de ui en de knoflook.
4. Snijd de tahoe in plakken en vervolgens in blokjes van 2 x 2 centimeter en dep deze droog met keukenpapier.

5. Strooi de maïzena over de blokjes tahoe en schud dit om.
6. Verhit in een hapjespan de olie, fruit hierin de ui en de knoflook met de kerriepoeder.
7. Voeg de blokjes tahoe toe en bak deze in ca. 5-10 minuten goudbruin.
8. Roer de crème fraîche door de tahoe en voeg ten slotte de ananas toe.
9. Voeg zo nodig een scheutje water toe als het gerecht te droog is.
10. Serveer de tahoe-kerrie met de rijst en de broccoliroosjes.

Wilt u meer weten? Vraag uw diëtist!

Per portie:

Per portie: 840 kcal – 33 g eiwit – 0,20 g zout – 1270 mg kalium - 610 mg fosfaat - 80 gram koolhydraten

Een warme maaltijd bestaande uit 100 g vlees, 3 opscheplepels groente, 3 aardappelen en een portie jus bevat 28 g eiwit, 0,30 g zout, 1350 mg kalium en 320 mg fosfaat.



Dialyse Centrum
Groningen



Hanzeplein 1, 9713 GZ Groningen

050 - 36 19 444

dcg.nl