

## **Programma cursus Ziekenverzorging thuis**

**Tijd:** 19.30 – 21.30

**Locatie:** 'Skills Lab' (oefenlocatie) van WZU Veluwe bij wijkontmoetingscentrum Hart van Thornspic (Thornspic 11, Doornspijk).

### **25 oktober: hulpmiddelen in en om het huis.**

De volgende onderwerpen worden behandeld door een ergotherapeut en door Medipoint:

- Welke hulpmiddelen/uitleenartikelen zijn er allemaal?
- Hoe kom je aan de hulpmiddelen?
- Hoe werkt het vergoedingensysteem?
- Hoe organiseer je veiligheid in en om het huis?

### **2 november: Mantelzorg ondersteuning, wat te doen bij overbelasting**

De volgende onderwerpen worden behandeld door het Mantelzorgsteunpunt en een Maatschappelijk werker:

- Het belang van het bewaken van je eigen grenzen.
- Hoe bewaak je je eigen grenzen?
- Hoe leer je je eigen grenzen herkennen?
- Wat zijn de mogelijkheden van mantelzorgondersteuning?

### **8 november: Tiltechnieken**

- Hoe voorkom je fysieke overbelasting? Welke tiltechnieken zijn er?
- Er worden diverse technieken geoefend, o.a. het bed, aantrekken van steunkousen en de (rol)stoel.

### **15 november: Verdieping en evaluatie**

- Mogelijkheid tot verdieping/stellen van vragen n.a.v. de vorige 3 bijeenkomsten.