

maartje
heel de mens



ARBO EN TRAININGEN

Voorwoord

Maartje, onderdeel van Zorggroep Sint Maarten en Behandelcentrum Sint Maarten B.V. heeft een uitgebreid aanbod van trainingen, cursussen en arbodiensten. In deze brochure vindt u informatie over ons aanbod.

Voor nadere informatie kunt u contact opnemen met:

Maartje Management
Lutterstraat 2A
7581 BV Losser

T 053 5375545
F 053 5360838
E info@maartje.nl

www.maartje.nl

Inhoudsopgave

Multidisciplinair valpreventieprogramma	5
Programma valpreventie ten behoeve van zorgcentra	6
Informatie per module van het valpreventieprogramma:	6
Verkenning van de valproblematiek op de locatie	6
Algemene informatieverstrekking valpreventie	6
Veilig op pad met de rollator	7
Controle geneesmiddelen	7
Omgevingscheck.....	7
Training looptechniek.....	8
Voorlichting valpreventie voor medewerkers	8
Evaluatie valpreventieprogramma	8
Workshop Vocht en voeding	8
Slikken en verslikken	9
Effectiever communiceren met afasiepatiënten	11
Effectief communiceren met ouderen en/of met mensen met neurologische	12
aandoeningen	12
Ondersteuning bij voeding in kleinschalige woonvorm.....	13
Voedingsmap Kleinschalig Wonen	14
Coaching	14
Kookworkshop.....	15
Ondervoeding met behulp van de SNAQ.....	16
Klinische les: voedingsthema.....	17
Supermarktrondleiding	18
Veilig op pad met de rollator.....	19
Veilig vervoer in de rolstoelbus.....	19
Zitten en zitproblemen van cliënten binnen de dagelijkse zorg	20
Omgaan met agressie in de ouderenzorg.....	22

Cursus Dementie	22
Arbodienstverlening	24
Omgaan met fysieke belasting	25
Verzorging bij de passiever wordende oudere mens	25
Werkplekonderzoek	26
Opleiding tot Ergocoach	27

Multidisciplinair valpreventieprogramma

Programma valpreventie ten behoeve van zorgcentra

Op verzoek kan ondersteuning worden geboden aan zorgcentra door het aanbieden van een gestructureerd modulair opgebouwd multidisciplinair valpreventieprogramma. Afhankelijk van de problematiek wordt in overleg een keuze gemaakt uit de verschillende modules en kunnen deze uitgevoerd worden. Evaluatie van het programma zal steeds plaatsvinden door een afsluitende evaluatie met de verantwoordelijke manager, een gestructureerde evaluatie per onderdeel met de deelnemers en het volgen van de via de MIC gemelde valincidenten.

Het programma bestaat uit 8 onderdelen:

- Verkenning van de valproblematiek op de locatie
- Algemene informatieverstrekking
- Veilig op pad met de rollator
- Controle geneesmiddelen
- Omgevingscheck
- Training
- Voorlichting voor medewerkers
- Eindevaluatie

Informatie per module van het valpreventieprogramma:

Verkenning van de valproblematiek op de locatie

Dit onderdeel zal worden uitgevoerd door een ergotherapeut en fysiotherapeut. Op basis van deze verkenning worden de details van het valpreventieprogramma verder op maat gemaakt voor gebruik in de specifieke omstandigheden van de locatie. Beoordeling vindt plaats op basis van de MIC gegevens en een rondgang door de locatie.

Algemene informatieverstrekking valpreventie

Een algemene informatiebijeenkomst voor cliënten en eventuele familieleden. Hierin wordt aangeven wat de situatie is m.b.t. het vallen bij ouderen: de oorzaken, gevolgen en de maatregelen.

De informatiebijeenkomst wordt gegeven door een ergotherapeut en fysiotherapeut met behulp van o.a. een PowerPoint presentatie.

Door:	ergotherapeut en fysiotherapeut
Duur van de bijeenkomst:	1 uur
Maximale groepsgrootte:	30 deelnemers
Ondersteuning door de locatie:	planning, uitnodigingen en faciliteiten

Veilig op pad met de rollator

Informatie- en instructiemiddag voor cliënten. Deze bestaat uit twee onderdelen:

- Een demonstratie van het rollatorgebruik (ook van andere loophulpmiddelen als dat gewenst is). Ter ondersteuning wordt een PowerPoint presentatie gebruikt.
- Een rollator-check-up, waarbij alle rollators gecontroleerd worden op een aantal aspecten. De goede hoogte wordt ingesteld en kleine reparaties worden uitgevoerd. In samenwerking met de hulpmiddelenleverancier kunnen als extra service ook grotere reparaties worden uitgevoerd (zoals kabels en wielen vervangen)

Door:	fysiotherapeut.
Duur van de bijeenkomst:	2 uur.
Maximale groepsgrootte:	30 deelnemers.
Ondersteuning door de locatie:	minimaal 2 medewerkers van het zorgcentrum en een technicus van de leverancier.

Controle geneesmiddelen

Medicatiegebruik kan een effect hebben op de valfrequentie. Een controle van het medicatiegebruik kan bij de meeste valgevaarlijke cliënten een positief effect hebben. Na toestemming worden actuele medicatieoverzichten van de cliënten met een verhoogd valrisico beoordeeld door een specialist ouderen geneeskunde. Per beoordeeld overzicht wordt een advies geformuleerd. Met deze adviezen kan door de contactverzorgende overlegd worden met de voor de behandeling eindverantwoordelijke huisarts. Uiteindelijk zal de huisarts beoordelen of een eventueel advies overgenomen kan worden of niet.

Door:	specialist ouderen geneeskunde
Ondersteuning door de locatie:	contactverzorgende toestemming vragen aan cliënt, lijst verzamelen en opsturen.

Omgevingscheck

Analyse van de valincidenten toont dat 90% van de cliënten op de eigen kamer valt. Een check van de woonomgeving kan dus zeer zinvol zijn. Voor cliënten met het hoogste valrisico zal door de zorgmedewerkers een gestandaardiseerde lijst worden ingevuld. Daarna zal een ergotherapeut aan de hand van de lijsten de deelnemers bezoeken en een omgevingscontrole doen. In sommige gevallen kan een uitgebreider onderzoek door een ergotherapeut noodzakelijk zijn, in deze gevallen kan de huisarts worden gevraagd om een eerstelijns verwijzing ergotherapie. Deze verwijzingen worden op locatie verzameld en ter beschikking gesteld aan de aan het valpreventieprogramma verbonden ergotherapeut. Van ieder onderzoek wordt een kort verslag gemaakt (ten behoeve van zorgdossier en ten behoeve van cliënt).

Door:	ergotherapeut
Duur van de bijeenkomst:	circa 4 uur, uitgaande van 8 cliënten (onderzoek van 30 minuten per cliënt).
Ondersteuning door de locatie:	selectie van cliënten voor omgevingscheck, invullen van lijst.

Training looptechniek

Hierbij wordt daadwerkelijk getraind in looptechniek, evenwicht en eventueel leren vallen. Deelnemers krijgen eerst een balanstest. Eventueel kunnen adviezen gegeven worden om bijvoorbeeld naar de huisarts te gaan voor nader onderzoek, een ander loophulpmiddel te gebruiken of om individueel verder te oefenen.

Door:	één fysiotherapeut en één ergotherapeut
Duur van de bijeenkomst:	2 dagdelen van 2 uur
Groepsgrootte:	maximaal 10 deelnemers
Ondersteuning door de locatie:	selectie cliënten

Voorlichting valpreventie voor medewerkers

In deze bijeenkomst worden medewerkers op de hoogte gebracht van het verschijnsel vallen bij ouderen, de oorzaken, gevolgen en maatregelen, adviezen over hoe mensen te helpen bij opstaan/lopen/gaan zitten. Afhankelijk van de behoefte kan deze bijeenkomst een zeer praktische invulling krijgen. Tevens wordt ingegaan op de bevindingen uit de vorige onderdelen van het programma.

Duur van de bijeenkomst:	2 uur
Door:	fysiotherapeut en ergotherapeut
Groepsgrootte:	maximaal 30 deelnemers
Ondersteuning door de locatie:	informer en plannen medewerkers

Evaluatie valpreventieprogramma

Evaluatie zal na ieder onderdeel op basis van vaste items plaatsvinden, tevens zal het valpreventieprogramma door de begeleiders worden geëvalueerd.

Uiteindelijk zal een verlaging van de meldingen van vallen in de MIC rapportage moeten aangeven dat het preventieprogramma heeft gewerkt.

Workshop Vocht en voeding

Inhoud

Deze workshop heeft als doel het verkrijgen van inzicht in vocht- en voeding(-problemen) bij ouderen en het leren signaleren van problemen. De workshop bestaat uit een inleiding waarin oorzaken en behandeling van eet- en drinkproblemen bij ouderen (o.a. ondervoeding) aan bod komen. Er wordt een toelichting gegeven op adequate voeding en de verschillende soorten drinkvoedingen. Deze voedingen zullen tevens geproefd gaan worden.

Bij het praktisch gedeelte van de workshop ligt de nadruk op zelfervaring (hoe is het om geholpen te worden?). Praktische adviezen komen aan bod, om het eten en drinken voor cliënten zo aangenaam mogelijk te maken, evenals de wijze van voeden van bedlegerige en rolstoelafhankelijke cliënten. Hierbij zal ook gediscussieerd worden over onderwerpen die met voeding te maken hebben.

Ter afsluiting van de workshop zal er een evaluatie plaatsvinden, waarbij verbeterpunten voor de toekomst worden opgesteld. Zo wordt een bijdrage geleverd aan een verantwoorde zorg op het gebied van vocht en voeding.

Omvang

De workshop duurt 3 uur. Er is een maximum van 15 deelnemers.

Doelgroep

Medewerkers die zich op één of andere wijze bezig houden met het verstrekken van eten en drinken aan cliënten.

Cursusleiders

De cursus wordt gegeven door een diëtist en een logopedist.

Bijzonderheden

Voorafgaand aan de workshop zullen de diëtist en de logopedist een eetobservatie doen tijdens de warme maaltijd. De resultaten zullen besproken worden met de aanvragend manager. Tijdens de workshop zal teruggekomen worden op zaken die opgevallen zijn tijdens de observatie (zowel positieve als negatieve punten). Na afloop van de workshop ontvangt men een reader, waarin de informatie die is verstrekt kan worden teruggevonden.

Slikken en verslikken

Inleiding

Kauw- en slikproblemen kunnen zich voordoen na hersenletsel (bijvoorbeeld door een beroerte, ongeval of tumor), bij neurodegeneratieve aandoeningen zoals bij de ziekte van Parkinson of dementie of bij neuromusculaire aandoeningen (spierziekten). Ook kan het slikken bij ouderen (tijdelijk) tekort schieten als zij ernstig verzwakt zijn, bijvoorbeeld na immobilisatie door ziekte, na een operatie of na een ernstige infectie.

Kauw- en slikproblemen kunnen ondervoeding en uitdroging veroorzaken, waardoor zij een bedreiging vormen voor de gezondheid. Tevens kan vaak verslikken in combinatie met een slechte gezondheidstoestand tot longontsteking en overlijden leiden.

Zeker niet onbelangrijk zijn de sociaal-emotionele gevolgen die slikproblemen met zich meebrengen; eten en drinken wordt meer en meer 'hard werken' dan dat het een gezellige gebeurtenis is. Bovendien schamen veel mensen zich ervoor en slaan zij hierdoor activiteiten over.

Goede zorg bij slikproblemen kan complicaties in het ziekteproces van een cliënt voorkomen. Ook kan worden voorkomen dat door problemen met het eten en drinken het herstel van een cliënt wordt vertraagd. Tenslotte wordt verwacht dat optimale zorg bij slikproblemen bijdraagt tot verhoging van de kwaliteit van leven.

Inhoud van deze cursus

Deze cursus wordt in overleg 'op maat' samengesteld. Aspecten die aan de orde kunnen komen zijn:

- actuele informatie aan de hand van slikanimaties over het normale slikproces en stoornissen in het slikproces.
- informatie over de symptomen/signalen van verslikken, hoe te handelen om verslikken te voorkomen of te verminderen én hoe te handelen bij verslikincidenten.
- informatie over eet- en drinkhulpmiddelen die ingezet kunnen worden bij slikproblemen.
- practicum: o.a. het in praktijk brengen van de geleerde vaardigheden, het zelf ervaren hoe het is om te worden geholpen bij het eten en drinken, het uitproberen van diverse eet- en drinkhulpmiddelen en het zelf proeven van vocht of voeding van afwijkende consistentie.

Doelen van deze cursus

- Verkrijgen van kennis en inzicht op het gebied van kauw- en slikproblemen.
- Signaleren van slikproblematiek en het adequaat hiermee omgaan.
- Op de hoogte zijn van de basishandelingen die nodig zijn om slikproblemen te voorkomen of te verminderen.
- Weten hoe te handelen bij verslikincidenten.

Doelgroep

Men kan denken aan verzorgenden, helpenden, zorgassistenten, gastheren/gastdames en vrijwilligers. Voor ieder van hen zal de cursus mogelijk een andere inhoud hebben i.v.m. diens taken en verantwoordelijkheden. Dit is nader overeen te komen.

Omvang

In overleg en afhankelijk van de precieze inhoud. Minimaal 5 - maximaal 10 deelnemers.

Cursusleider

De cursus wordt verzorgd door een logopedist.

Bijzonderheden

De cursus kan eventueel uitgebreid worden met informatie en adviezen over adequate voeding bij ondervoeding en uitdroging; dit zijn zoals eerder genoemd veel voorkomende gevolgen van slikproblemen.

Effectiever communiceren met afasiepatiënten

Inleiding

Iedereen gebruikt taal. Praten, het vinden van de juiste woorden, begrijpen, lezen, schrijven en gebaren maken zijn onderdelen van ons taalgebruik. Wanneer als gevolg van hersenletsel één of meer onderdelen van het taalgebruik niet meer goed functioneren, noemt men dit afasie. Geen twee mensen met afasie zijn precies gelijk; afasie is bij iedereen anders.

Goed kunnen communiceren is van grote waarde voor de kwaliteit van leven. Niet alleen de persoon met afasie zelf ondervindt grote hinder, frustratie en verdriet door problemen in de communicatie. Ook zorgmedewerkers en familieleden ervaren dit en voelen zich soms machteloos hierin.

Inhoud van deze cursus

Deze cursus wordt in overleg 'op maat' samengesteld. Aspecten die aan de orde kunnen komen zijn: Wat is afasie precies? En wat is het verschil met een dysartrie; kort gezegd, wat is het verschil tussen een taalstoornis en spraakstoornis? Het lijkt heel gemakkelijk, maar vaak worden deze stoornissen met elkaar in verwarring gebracht, terwijl het begrijpen (dus de benadering) en de (totale) communicatie wel degelijk anders is.

Hoe zorg je ervoor dat de persoon met afasie zich zo optimaal mogelijk kan begrijpen en uiten? Dus: hoe stimuleer je iemand om het beste uit de communicatie te halen? Een afasiepatiënt is hier altijd afhankelijk van zijn gesprekspartner. Het zal in deze cursus duidelijk worden dat je dit niet alleen lukt door 'ja'/'nee' vragen te stellen.

Hoe zet je ondersteunende hulpmiddelen zoals een taalzakboek, gespreksboek of 'spraak'computer effectief in? Wat zijn de voor- en nadelen en verwachtingen hiervan? Wat moet iemand kunnen om met een dergelijk hulpmiddel om te gaan? Waarom bieden deze middelen helaas toch in veel gevallen onvoldoende resultaat?

Hoe zet je ondersteunende communicatie in? Hoe maak je gebruik van gebaren, aanwijzen en tekenen zodat de persoon met afasie je beter begrijpt en zich beter kan uiten?

Doelen van deze cursus

- Verkrijgen van kennis en inzicht in de stoornis afasie.
- Zo optimaal mogelijk communiceren met personen met afasie; hoe kun je de afasiepatiënt het beste laten communiceren en functioneren?

Doelgroep

Men kan denken aan zorgmedewerkers, activiteitenbegeleiders en vrijwilligers, maar ook aan familieleden van afasiepatiënten.

Omvang

In overleg en afhankelijk van de precieze inhoud. Minimaal 5 - maximaal 10 deelnemers.

Cursusleider

De cursus wordt verzorgd door een logopedist.

Bijzonderheden

De cursus kan eventueel uitgebreid worden met informatie en adviezen over adequate voeding bij ondervoeding en uitdroging; dit zijn zoals eerder genoemd veel voorkomende gevolgen van slikproblemen.

Effectief communiceren met ouderen en/of met mensen met neurologische aandoeningen

Inleiding

Effectief en prettig communiceren met ouderen en met mensen met neurologische aandoeningen kan soms erg lastig zijn; bijvoorbeeld als mensen problemen hebben met het gehoor, de taal, de spraak, het vasthouden van de aandacht, het uitvoeren van dubbeltaken of als mensen traag zijn hun handelen en reacties.

Deze communicatieproblemen kunnen de dagelijkse zorg lastiger maken en uiteindelijk meer tijd kosten, het kan miscommunicatie veroorzaken en het kan problemen geven bij de interactie tijdens (groeps-)activiteiten. Tevens is het vervelend wanneer wensen en behoeften van mensen hierdoor niet goed duidelijk worden.

Inhoud

Deze interactieve klinische les wordt in overleg 'op maat' samengesteld. Aspecten die aan de orde kunnen komen zijn:

- Wat zijn knelpunten binnen de communicatie met onze cliënten?
- Welke basisprincipes zijn belangrijk in de communicatie met ouderen en mensen met neurologische aandoeningen
- Hoe belangrijk zijn deze basisprincipes en waarom zijn deze belangrijk?
- Welke basisprincipes passen we al bewust toe en welke basisprincipes niet?
- Waarom wel en waarom niet?
- Hoe zet je ondersteunende communicatie in?
- Hoe maak je gebruik van gebaren, aanwijzen en tekenen zodat de cliënt je beter begrijpt en zodat hij/zij zichzelf beter kan uiten?
- Welke eenvoudige gebaren kun je gebruiken?
- Hoe laat je een gesprek gestructureerd verlopen?

Doelen van deze klinische les

- Effectief en prettig communiceren met ouderen en/of met mensen met neurologisch aandoeningen.
- Op creatieve wijze gebruik maken van ondersteunende communicatie binnen de communicatie.

Doelgroep

Men kan denken aan zorgmedewerkers, activiteitenbegeleiders en vrijwilligers, maar ook aan familieleden.

Omvang

In overleg en afhankelijk van de precieze inhoud. Minimaal 5 - maximaal 10 deelnemers.

Cursusleider

De cursus wordt verzorgd door een logopedist.

Bijzonderheden

Het accent in deze klinische les ligt zowel op het gebruik maken van de basisprincipes in de communicatie met ouderen en mensen met neurologische aandoeningen, als op de creatieve inzet van ondersteunende communicatie (gebaren, aanwijzen, tekenen etc.)

Ondersteuning bij voeding in kleinschalige woonvorm

Voedingsmap Kleinschalig Wonen

Inleiding

Hoeveel melk, aardappelen en groenten hebben de bewoners nodig om gezond te blijven. Moet de deksel bij het koken van aardappels en groenten nu wél of niet op de pan? Is brood beter dan pap? Een antwoord op deze vragen wordt gegeven in de Voedingsmap Kleinschalig Wonen

Inhoud

- Kwaliteitseisen menuplanning
- Kwaliteitseisen inkoop voedingsmiddelen
- Kwaliteitseisen bereiding voeding
- Pap ter vervanging van brood
- Richtlijnen Gezonde Voeding
- Aanbevolen hoeveelheden voor ouderen
- Dieetvoeding
- Slikprotocol

Omvang

De informatie is overzichtelijk opgeslagen in een map.

Doelgroep

Verzorgenden, activiteitenbegeleiders en huishoudelijk medewerkers die verantwoordelijk zijn voor het verzorgen van een gezonde en smakelijke dagvoeding in kleinschalige woonvormen.

Groeps grootte

n.v.t.

Door wie?

Diëtist

Bijzonderheden

De map is bij de diëtist te bestellen.

Coaching

Inleiding

Koken voor kwetsbare ouderen in een kleinschalige woonvorm is een verantwoordelijke taak. De diëtist is dé specialist op het gebied van voeding en treedt op als coach met het doel 'het bereiden van volwaardige, smakelijke en gezonde maaltijden voor de bewoners'.

Inhoud

De begeleiding kan bestaan uit:

- Gesprekken om problemen te achterhalen, doelen vast te stellen en informatie uit te wisselen.

- Observaties van de maaltijden met aandacht voor menuplanning, de volwaardigheid van de voeding, juiste gebruik van kooktechnieken en materialen, hygiëne en ambiance.

Indien nodig kan ook een workshop koken worden verzorgd

Omvang

Duur en aantal bijeenkomsten is afhankelijk van de behoefte aan ondersteuning om te komen tot het gewenste doel. De diëtiste kan periodiek participeren in een overleg om op deze manier het bereikte doel ook te behouden voor de langere termijn

Doelgroep

Verzorgenden, activiteitenbegeleiders en huishoudelijk medewerkers die verantwoordelijk zijn voor het verzorgen van een gezonde en smakelijke dagvoeding in kleinschalige woonvormen.

Groepsgrootte

6-8 personen

Door wie?

Diëtist

Bijzonderheden

Geen.

Kookworkshop

Inleiding

Koken voor kwetsbare ouderen in een kleinschalige woonvorm is een verantwoordelijke taak. De diëtist is dé specialist op het gebied van voeding en treed op als coach met het doel bereiden van volwaardige, smakelijke en gezonde maaltijden voor de bewoners.

Inhoud

Tijdens de kookworkshop wordt onder andere aandacht besteed aan de volgende zaken:

- Bereidingsmethodieken
- Kookplanning
- Dieetkeuken
- Gezonde alternatieven/tussendoortjes
- Aanbevolen hoeveelheden voor 70+
- Koken voor grotere groepen
- Hygiëne

Daartoe worden er voorafgaand aan de bijeenkomst opdrachten voorbereid en inkopen gedaan. De opdrachten worden besproken en de maaltijden en tussendoortjes worden bereid en beoordeeld.

Omvang

3 uur exclusief voorbereidingstijd.

Doelgroep

Verzorgenden, activiteitenbegeleiders en huishoudelijk medewerkers die verantwoordelijk zijn voor het verzorgen van een gezonde en smakelijke dagvoeding in kleinschalige woonvormen.

Groepsgrootte

6-8 personen

Door wie?

Diëtist

Bijzonderheden

De beschikking over een keuken en keukenmaterialen is vereist.

Ondervoeding met behulp van de SNAQ

Inleiding

Helaas is ondervoeding bij ziekte nog steeds een probleem in de Nederlandse gezondheidszorg. Een vroegtijdig herkenning en een snel ingezette behandeling van ondervoeding bij ziekte kan het herstel bevorderen en complicaties voorkomen.

Op grond van vastgesteld beleid instrueert de diëtiste medewerkers in de zorg tot het systematisch onderzoeken van de cliënt op een voedingsprobleem.

Inhoud

De ondersteuning kan bestaan uit de volgende onderdelen:

- Presentatie met behulp van audiovisuele middelen
- interactieve educatieve werkvormen.

In de training wordt uitgegaan van praktijksituaties.

Omvang

De presentatie zal bestaan uit één tot twee bijeenkomsten van 1 uur. Daarnaast zal er 1-2 uur voorbereidingstijd zijn.

Doelgroep

Zorgmedewerkers, behandelaars, artsen, medewerkers facilitaire dienst en informele zorgverleners.

Groepsgrootte

Maximaal 12 per groep.

Door wie?

Diëtist.

Bijzonderheden
Geen.

Klinische les: voedingsthema

Inleiding

Meer weten over een aan voeding gerelateerd onderwerp? De diëtist is dé specialist op dit gebied en kent daarnaast ook de situatie in de praktijk.

Inhoud

Een klinische les is gericht op deskundigheidsbevordering van professionals. Het onderwerp van de klinische les die de diëtist, eventueel in samenwerking met andere disciplines (bijvoorbeeld logopedist) geeft, kan gaan over het voedingsbeleid van de instelling of de dieetbehandeling van groepen cliënten.

Voorbeelden zijn:

- Decubitus
- Ondervoeding bij ouderen
- Slik- en kauwproblemen (samen met logopedist)
- Diabetes Mellitus
- Hart- en Vaatziekten
- Omgaan met afweergedrag bij eten en drinken door bewoners met dementie
- Voeding en de ziekte van Parkinson
- Overgewicht

De presentatie zal worden verzorgd met behulp van audiovisuele middelen en interactieve werkvormen. De invulling is afhankelijk van de vraag van de doelgroep. Er wordt een vertaalslag gemaakt van dieetbehandelingsrichtlijnen naar de voeding van cliënten die in zorg zijn.

Omvang

De presentatie zal bestaan uit één tot twee bijeenkomsten van 1-2 uur. Daarnaast zal er 1-2 uur voorbereidingstijd zijn.

Doelgroep

Zorgmedewerkers, behandelaars, medewerkers facilitaire dienst en informele zorgverleners

Groeps grootte

In overleg.

Door wie?

Diëtist.

Bijzonderheden Geen.

Supermarktrondleiding

Wat staat er allemaal op het etiket? Hoe gezond zijn light-producten? Welke boter kan ik het beste op brood smeren als mijn cholesterolgehalte is verhoogd? Dit zijn slechts enkele voorbeelden van vragen die geregeld worden gesteld aan de diëtist.

Groot aanbod van producten

Het aanbod aan voedingsmiddelen in de supermarkt is groot. Het valt niet altijd mee om een bewuste keuze te maken en een gezond eetpatroon te ontwikkelen. Om mensen daarbij te helpen, heeft het Voedingscentrum een Supershoppertour ontwikkeld. Dit is een supermarktrondleiding, gegeven door een diëtist. Een diëtist is deskundig op het gebied van voeding en weet u alles te vertellen over de diverse voedingsmiddelen en over gezond eten.

Bewuster leren kiezen

Het doel van de Supershoppertour is om u te leren een gezonde keuze te maken in de supermarkt. De tour staat onder leiding van een diëtist en is vooral gericht op 'doen'. In het eerste deel van de tour gaat u samen met de diëtist met de hele groep langs diverse afdelingen (waaronder groente en fruit, broodsmeeersels en frisdranken). Met leuke opdrachten wordt u aangemoedigd om na te denken over uw koop- en leefgewoonten. Denk hierbij bijvoorbeeld aan het rangschikken van producten op basis van het vetgehalte. In het tweede deel van de tour wordt de groep in tweetallen opgedeeld en gaat u per tweetal een opdracht uitvoeren bij de diverse schappen. De opdrachten die zijn uitgevoerd worden gezamenlijk nabesproken in de kantine van de supermarkt. Er is dan ook nog meer gelegenheid om vragen te stellen aan de diëtist.

Praktische gegevens

De Supershoppertour duurt in totaal 1½ uur. De groep bestaat uit 6 tot maximaal 8 personen. De tour vindt plaats in een supermarkt in Goor, op een nader te bepalen datum/tijdstip.

Kosten

Als u onder behandeling bent van een diëtist, dan worden de kosten vergoed door de zorgverzekeraar. Is dit niet het geval, dan ontvangt u van ons een factuur (€15,-).



Ervaringen van eerdere deelnemers

Je wordt zelf aan het werk gezet en dat is een goede methode.

Erg leuk. Je weet een heleboel wel maar je wordt zo toch met je neus op de feiten gedrukt. De braadproducten vond ik vooral leuk om wat over te leren.

Leerzaam en een eye-opener. De tijd ging snel om.

Aanmelden

Voor vragen en/of aanmelding neemt u contact op met Lydia van den Akker, diëtist Maartje.

Veilig op pad met de rollator

Inleiding

Steeds meer mensen, met name ouderen, bewegen zich voort met behulp van een rollator. Bij ouderen is het vallen een groot probleem. Jaarlijks belanden veel mensen in het ziekenhuis a.g.v. van een val.

Deze cursus is bedoeld om het valrisico te verminderen door mensen beter om te leren gaan met de rollator. Door deze cursus te organiseren voldoet een verzorgingshuis bovendien aan de eisen die de inspectie tegenwoordig stelt t.a.v. tegengaan van valincidenten. Daarnaast wordt, door de bijdrage die de medewerkers van het verzorgingshuis leveren aan deze cursus, de deskundigheid van deze medewerkers bevorderd en zijn zij beter in staat een rol te spelen bij het terugdringen van valincidenten.

Inhoud

- Veilig gebruik van de rollator, binnenshuis en buitenshuis • theorie (uitleg over de rollator) en praktijk (uitleg en zelf oefenen).
- Rollator-check-up en reparatie van de rollatoren.

Omvang

De cursus beslaat ongeveer 2 uur.

Doelgroep

De cursus is bedoeld voor cliënten van verzorgingshuizen, ouderen of chronisch zieken die nog zelfstandig thuis of in een aanleuncomplex wonen, voor bezoekers van de dagbehandeling of dagopvang.

Cursusleiders

De cursus wordt verzorgd door de afdeling fysiotherapie of ergotherapie.

Bijzonderheden

Samenwerking met technische dienst en medewerkers van het verzorgingshuis.

Veilig vervoer in de rolstoelbus

Inhoud

Veel cliënten van de verpleeg- en verzorgingshuizen worden wel eens in hun rolstoel vervoerd met de rolstoelbus van Zorggroep sint Maarten. Voor een veilig vervoer is het noodzakelijk dat de taxichauffeurs goed op de hoogte zijn van de wijze van verplaatsen van de rolstoelen en het vastzetten van zowel rolstoel als cliënt in de bus. Daarnaast is het natuurlijk belangrijk dat de rolstoel voorzien is van die elementen die een veilig vervoer mogelijk maken.

De scholing heeft een vierledig doel:

- Informatie geven over het op een juiste manier vastzetten van de rolstoel en cliënt in de taxibus.
- Het vaardig worden van het plaatsen van (m.n. de elektrische) rolstoel in de taxibus met als gevolg een verminderde fysieke belasting voor de taxichauffeur en een verhoogd comfort van de rolstoelgebruiker tijdens het verplaatsen en het plaatsen in de bus.

- Het doorlopen van een pakket van eisen waar de rolstoel aan dient te voldoen om meegenomen te mogen worden in de bus en duidelijk maken welke weg bewandeld dient te worden als dit niet het geval is.
- Het verkrijgen van uniformiteit in het chauffeursteam.

De scholing bestaat uit een theoretisch en een praktisch deel.

Omvang

De scholing beslaat ongeveer 3 uur.

Doelgroep

De doelgroep voor deze cursus bestaat uit de rolstoelbuschauffeurs.

Groepsgrootte: maximaal 8 deelnemers.

Cursusleiders

De cursus wordt gegeven door een ergotherapeut evt. vergezeld door een rolstoelleverancier.

Bijzonderheden

Geen

Zitten en zitproblemen van cliënten binnen de dagelijkse zorg

Inhoud

Binnen de scholing wordt kort ingegaan op de dynamiek van het zitten. Gekoppeld hieraan worden verschillende zitproblemen die bewoners kunnen ondervinden besproken. Gezamenlijk wordt gekeken naar oplossingsrichtingen voor de voorkomende problemen die de verzorgenden zelf in hun dagelijkse zorg kunnen tegen komen of wanneer ze een ergotherapeut dienen in te schakelen.

Bij het aanbieden van enkele oplossingen (b.v. middagrust op bed, meer kantelen enz.) zal in het kader van de (belevingsgerichte) zorg meer het overleg met de cliënt aangegaan dienen te worden. Kort zal er ingegaan worden op hoe dit binnen de belevingsgerichte visie te doen.

Daarnaast is er ruimte voor eigen inbreng aan de hand van casuïstiekbespreking.

Doelgroep

Verzorgenden die te maken hebben met cliënten die in het dagelijks leven afhankelijk zijn van een rolstoel en problemen ondervinden bij het zitten.

Duur van de bijeenkomst

1,5 uur.

Maximale groepsgrootte

Vanwege interactie en discussie maximaal 15 deelnemers.

Cursusleider

De cursus wordt verzorgd door een ergotherapeut.

Bijzonderheden Geen.

Herkennen van en omgaan met een depressie bij ouderen

Inhoud

Hoewel depressie bij ouderen vaak voorkomt, is het niet altijd zo gemakkelijk om een depressie goed te herkennen. Deze cursus geeft handvatten voor het herkennen van een depressie en het omgaan met depressieve mensen. De scholing bestaat uit een theoretisch deel en een praktisch deel.

Onderwerpen die aan de orde komen zijn:

- Wat is depressie?
- Hoe herken je een depressie bij ouderen?
- Welke soorten depressies zijn er?
- Wat zijn oorzaken?
- Hulpmiddelen bij het vaststellen van een depressie.

Verder richt de cursus zich op de behandeling van depressie en het omgaan met depressieve ouderen. Er worden concrete adviezen gegeven; wat kun je doen en wat kun je beter laten.

Daarnaast wordt een juiste benadering geoefend, aan de hand van casuïstiek.

Omvang

De cursus beslaat 2 keer 2 uur.

Doelgroep

Zorgteams en medewerkers van verpleeg- en verzorgingshuizen en extramurale zorg die direct met cliënten werken. Denk aan verpleegkundigen, verzorgenden, helpenden, activiteitenbegeleiders en vrijwilligers.

Groepsgrootte

De groepsgrootte bedraagt maximaal 20 deelnemers.

Cursusleider

De cursus wordt gegeven door een GZ-psycholoog.

Ondersteuning van de locatie

Informereren en plannen van medewerkers.

Beschikbaar stellen van een geschikte ruimte en benodigde apparatuur.

Bijzonderheden

Geen.

Omgaan met agressie in de ouderenzorg

Inhoud

Medewerkers in de zorg krijgen in hun werk met vele soorten cliënten en met talloze vormen van gedrag te maken. De meeste verzorgenden vinden van al die gedragingen agressief gedrag het moeilijkst om te hanteren en het lastigst om voor jezelf te verwerken. In deze cursus gaan we in op het ontstaan van agressie en de factoren die daarbij een rol spelen, zoals leerervaringen, omgevingsfactoren en ziektebeelden, in het bijzonder dementie. Er wordt aandacht besteed aan aanleidingen en oorzaken van agressief gedrag en de manieren waarop agressie wordt geuit.

Natuurlijk gaan we uitgebreid in op hoe je als zorgmedewerker om kunt gaan met agressieve mensen. Daarbij komen aan de orde: algemene tips, preventie en interventies op maat en het gebruik van gerichte observatieschema's. Speciale aandacht is er voor de gevolgen van de confrontatie met agressief gedrag voor de verzorgende zelf.

In de cursus zal gebruik worden gemaakt van casuïstiek die door de deelnemers zelf wordt ingebracht.

Omvang

De cursus bestaat uit 2 bijeenkomsten van elk 2 uur.

Doelgroep

De cursus is bestemd voor medewerkers in verpleeg- en verzorgingshuizen die directe cliëntencontacten hebben, zoals verzorgenden, verplegenden en activiteitenbegeleiders.

Groepsgrootte

De cursus wordt gegeven aan groepen van minimaal 12 en maximaal 20 deelnemers.

Cursusleider

De cursus wordt gegeven door een psycholoog.

Ondersteuning

Werven en informeren van deelnemers

Beschikbaar stellen van een geschikte ruimte en benodigde apparatuur.

Bijzonderheden

Geen.

Cursus Dementie

Inhoud

Medewerkers in de zorg hebben in hun werk te maken met cliënten die op 1 of andere manier de grip op de werkelijkheid verloren hebben. Er is sprake van een dementie. Maar wat is dementie precies, wat betekent de ziekte voor de dementerende en hoe ga je er in het leven van alle dag in het verzorgings- of verpleeghuis mee om.

In deze cursus gaan we in op de ziekte dementie: veelvoorkomende oorzaken en symptomen. Er wordt veel aandacht besteed aan de belevingswereld van iemand met een dementie en natuurlijk gaan we uitgebreid in op hoe te reageren wanneer iemand voor de zoveelste keer naar de bekende weg vraagt of je maar niet lijkt te begrijpen wanneer je vriendelijk vraagt om mee te gaan naar het toilet.

In de cursus kan gebruik worden gemaakt van eigen voorbeelden, maar er zal ook filmmateriaal voor handen zijn.

Omvang

De cursus bestaat uit 2 bijeenkomsten van elk 2 uur.

Doelgroep

De cursus is bestemd voor medewerkers in verpleeg- en verzorgingshuizen die directe cliëntencontacten hebben, zoals verzorgenden, verplegenden, vrijwilligers en activiteitenbegeleiders.

Groepsgrootte

De cursus wordt gegeven aan groepen van minimaal 12 en maximaal 20 deelnemers.

Cursusleider

De cursus wordt verzorgd door een psycholoog.

Ondersteuning

- Werven en informeren van deelnemers.
- Verspreiden van cursusmateriaal.
- Beschikbaar stellen van een geschikte ruimte en benodigde apparatuur.

Bijzonderheden

Geen.

Arbodienstverlening

Omgaan met fysieke belasting

Inhoud

De hulpbehoevendheid van de cliënten van verpleeg- en verzorgingshuizen en in de thuiszorg neemt alsmaar toe. De fysieke belasting voor het personeel stijgt daardoor evenredig. In deze cursus leert men op een gezonde manier te kunnen blijven werken zonder concessies te doen aan de kwaliteit van zorg voor cliënten.

De cursus heeft een drieledig doel:

- het terugdringen van fysieke belasting voor verzorgenden
- het verbeteren van kwaliteit van zorg (betere techniek)
- ondersteuning bij het verkrijgen van uniformiteit in het zorgteam m.b.t. de omgang met transfers.

Specifiek komen aan bod:

- rug besparend tillen
- gebruik maken van de mogelijkheden van de cliënt
- omgang met tilliften en tilbanden
- omgang met glijzeilen en aantrekhelpmiddelen voor steunkousen

Omvang

In overleg. Maximale groepsgrootte is 15 deelnemers bij 2 docenten (en 8 deelnemers bij 1 docent). Aangepaste programma's zijn mogelijk.

Doelgroep

De doelgroep voor deze cursus bestaat uit zorgteams en medewerkers van interne- en ondersteunende diensten van zowel verpleeghuizen, verzorgingshuizen als thuiszorg.

Cursusleider

De cursus wordt gegeven door een fysiotherapeut.

Bijzonderheden

Een combinatie met de cursus 'verzorging bij de steeds passiever wordende oudere mens' is mogelijk.

Verzorging bij de passiever wordende oudere mens

Inhoud

De cursus geeft de deelnemers inzicht in het leveren van de totale, dagelijkse zorg voor een cliënt. De opbouw zal zijn van de passieve cliënt naar de actieve cliënt waarbij de volgende aspecten aan bod komen: wassen, kleden, verschonen, liggen, zitten en het verplaatsen. De scholing is praktisch van opzet, er worden demonstraties gegeven, praktische vaardigheden worden geoefend en er is veel ruimte voor interactie vanuit het zorgteam.

De doelstellingen van de scholing zijn als volgt:

- verbeteren van kwaliteit van zorg
- aanzet tot het verkrijgen van uniformiteit in het handelen bij het verlenen van de dagelijkse zorg binnen het zorgteam
- bewustwording van de fysieke belasting en het ergonomisch werken

- verkrijgen van efficiency door stil te staan bij de voordelen van het verzorgen van cliënten door één verzorgende vanuit de PDL-methodiek (Passiviteiten Dagelijks Leven).

Doelgroep

Zorgteams van zowel verpleeg- en verzorgingshuizen als thuiszorg.

Omvang

In overleg. Maximale groepsgrootte is 15 deelnemers bij 2 docenten (en 8 deelnemers bij 1 docent). Aangepaste programma's zijn mogelijk.

Cursusleiders

De cursus wordt verzorgd door een ergotherapeut en/of fysiotherapeut.

Bijzonderheden

Een specifieke hulpvraag vanuit de zorgteams is belangrijk, de scholing wordt op maat aangeboden in een interactief programma.

Een combinatie met de training 'Omgaan met Fysieke Belasting' of met (een deel van) de workshop Vocht en Voeding is mogelijk.

Werkplekonderzoek

Inhoud

Werkplekken zijn niet altijd optimaal ingericht. Daardoor kunnen medewerkers klachten ontwikkelen of kunnen bestaande klachten verergeren.

Het werkplekonderzoek bestaat uit een:

- intake
- onderzoek naar de houding en beweging tijdens het uitvoeren van werkzaamheden in relatie tot fysieke belasting. Het gaat om activiteiten als tillen, trekken, duwen, manoeuvreren, zitten en beeldschermwerk verrichten.
- rapportage en advies: Een belangrijk onderdeel van het werkplekonderzoek is de medewerker bewust maken van het feit dat hij een onjuiste werkhouding aanneemt. Een advies tot het doen van aanpassingen of het aanschaffen van hulpmiddelen behoort tot de mogelijkheden.
- evaluatie

Doelgroep

Medewerkers met beginnende of gevorderde klachten.

Te denken valt aan medewerkers uit diverse diensten zoals verzorging, administratie/secretariaat, transport, schoonmaak, voedingsdienst en magazijn.

Cursusleiders

De cursus wordt gegeven door een fysiotherapeut en/of ergotherapeut.

Bijzonderheid

Het is mogelijk een werkplekonderzoek voor een hele afdeling, locatie of specifieke groep medewerkers te laten verrichten.

Opleiding tot Ergocoach

Inhoud

Naast factoren als agressie en werkdruk is fysieke belasting vaak de oorzaak van verzuim en ziekte. Dit vraagt om preventiebeleid en aandacht voor fysieke belasting op de werkvloer. In de praktijk blijkt echter dat de aandacht voor preventie van fysieke belasting na verloop van tijd inzakt of zelfs niet doordringt op de werkvloer.

Medewerkers vervallen in oude gewoonten of zijn niet op de hoogte van het bestaan van nuttige informatie en tips. Voor deze continue aandacht op de werkvloer vervult de ergocoach een belangrijke rol.

De cursus "ergocoach" leidt op tot ergocoach in het verpleeg- en/of verzorgingshuis

(cliëntgebonden functies) of tot ergocoach bij ondersteunende diensten. Voor beide doelgroepen worden aparte op maat gemaakte cursussen aangeboden.

Op het eerste dagdeel staat het "coachen" centraal. Vragen als "wat is een ergocoach?", "wat zijn de taken?" en "wat is de plaats binnen de organisatie?" komen aan bod. Daarnaast wordt er uitgebreid stilgestaan bij wat coachen is en welke vaardigheden dit vraagt. Aan de hand van opdrachten en rollen spelen wordt dit nader uitgewerkt.

Het tweede dagdeel staat voor de cliëntgebonden functies in het teken van praktische vaardigheden aan de hand van richtlijnen op basis van de transfermap voor verpleeg- en verzorgingshuizen. Onder andere komen zaken aan bod als liften en banden, glijzeiltechniek, steunkousen aan- en uittrekken.

Voor de ondersteunende diensten staat het tweede dagdeel in het teken van praktische vaardigheden op basis van de 15 hoofdbronnen van fysieke belasting voor de ondersteunende diensten. Zaken als tillen, trekken, duwen, statische belasting, manoeuvreren, drukken, dragen, armheffing, reiken, beeldschermwerk, zitten, repeterende handelingen, wringen, staan, hurken en knielen zullen aan bod komen.

Omvang

De cursus bestaat uit 2 dagdelen van elk 3 uur. Het is aan te bevelen om na een nader te bepalen periode terugkomdagen te organiseren om ervaringen uit te wisselen en eventuele knelpunten aan bod te laten komen.

Doelgroep

Medewerkers die aangesteld zijn of gaan worden als ergocoach.

Groeps grootte

De maximale groeps grootte bedraagt 12 personen.

Cursusleiders

Twee fysiotherapeuten die uitgebreide ervaring hebben binnen de intramurale setting en zeer goed bekend zijn met PDL-principes en principes van de haptonomie.

MAARTJE IS IN DE BUURT!

Maartje is kleinschalig georganiseerd en heeft een vestiging bij u in de buurt. Dat maakt het maken van afspraken extra makkelijk. Bovendien zorgt Maartje altijd voor een vast aanspreekpunt. En dat is wel zo prettig en vertrouwd als het gaat om zoiets persoonlijks als zorgverlening. Zorg bieden aan iedereen die daar behoefte aan heeft én voor iedereen makkelijk beschikbaar zijn. Dat is wat Maartje wil. Een lidmaatschap is dan ook niet nodig voor de dienstverlening van Maartje. Bij Maartje bent u gewoon altijd van harte welkom!

Een afspraak? Meer informatie?
Maartje bellen kan natuurlijk ook!

Maartje Kraamzorg

088-0005215

Maartje Behandeling

088-0005205

Maartje Thuiszorg

Bel de dichtstbijzijnde Maartje vestiging in de buurt of het algemene nummer 053 53 753 20

Alle Maartje-info staat ook op www.maartje.nl

Enschede

Hogelandsingel 111
7512 GD Enschede
053 537 55 80

Hof van Twente

Medisch Centrum Goor
Irisstraat 2-23
7471 AV Goor
0547 26 14 08

Losser

Maartje
Behandelcentrum
Lutterstraat 4
7581 BV Losser
088 000 52 05

Oldenzaal

Steenstraat 49a
7571 BJ Oldenzaal
0541 66 95 10

Weerselo

De Pastorie
Legtenbergerstraat 2
7595 XB Weerselo
0541 28 08 90

Hengelo

Gezondheidscentrum
Zernickeborgh
Breemarsweg 262
7553 HW Hengelo (Ov.)
074 206 99 90

Losser

Gronausestraat 17
7581 CC Losser
053 536 99 10

Ootmarsum

Gezondheidscentrum
de Molenborgh
Molenstraat 8a
7631 AZ Ootmarsum
0541 28 08 90

Tubbergen

Eeshoflaan 21
7651 LZ Tubbergen
088 000 52 19