

EEN NAASTE BEGELEIDEN IN DE PALLIATIEVE ZORG: ONDERSTEUNEN ZONDER IN TE STORTEN

Een opleiding voor families en naasten van een persoon met kanker in de palliatieve fase

Leren om aanwezig te zijn, te begeleiden en voor jezelf te zorgen tijdens deze intense beproeving

Duur : 2 uur	Modules : 4 modules
Lessen : 16 lessen	Doelgroep : Families en naasten van personen in palliatieve zorg
Formaat : 100 % online, asynchroon	Aanbieder : N° 11757351875
Certificering : Qualiopi	Tarief : Op aanvraag

www.dynseo.com/nos-formations | contact@dynseo.com | 09 66 93 84 22

Opleidingsbeschrijving

Deze opleiding van 2 uur is speciaal ontworpen voor families en naasten die een geliefde met kanker begeleiden wiens ziekte naar een palliatieve fase evolueert. Palliatieve zorg betekent niet opgeven, maar comfort, waardigheid en kwaliteit van leven voorop stellen. U leert wat palliatieve zorg werkelijk inhoudt, hoe u uw naaste met aanwezigheid en sereniteit kunt begeleiden, en hoe u voor uzelf kunt zorgen. De opleiding behandelt praktische aspecten van dagelijkse begeleiding, communicatie, pijnbeheersing, en biedt u tools om deze beproeving te doorstaan zonder in te storten. U krijgt ook ondersteuning voor het rouwproces, zowel tijdens als na het overlijden.

Module-overzicht

MODULE 1	Begrijpen van palliatieve zorg	4 lessen
MODULE 2	Dagelijkse begeleiding in de palliatieve fase	4 lessen
MODULE 3	Zorg goed voor uzelf in deze periode	4 lessen
MODULE 4	Rouw na het overlijden	4 lessen

Leerdoelen

Leerdoelen

- Begrijpen wat palliatieve zorg werkelijk inhoudt en de beslissingen die ermee gepaard gaan
- Leren hoe u uw naaste dagelijks kunt begeleiden met comfort en waardigheid
- Herkennen en beheren van uw eigen emoties en uitputting als mantelzorger
- U voorbereiden op het rouwproces vóór en na het overlijden
- Weten waar u ondersteuning en hulp kunt vinden voor uzelf en uw familie

Algemene informatie

Duur	2 uur
Doelgroep	Families en naasten van personen met kanker in de palliatieve fase, mantelzorgers, alle volwassenen die iemand begeleiden aan het einde van het leven
Vereisten	Geen, opleiding toegankelijk voor alle volwassenen
Tarief	Sur devis – TVA non applicable (article 261-4-4° du CGI)
Certificering	Qualiopi – Attestation de fin de formation
Organisatie	DYNSEO – N° de déclaration d'activité : 11757351875

Les 1 - Wat palliatieve zorg echt is

- Definitie: prioriteit voor comfort, waardigheid en kwaliteit van leven
- Palliatieve zorg begint niet bij de agonie, kan veel eerder starten
- Wat verandert en wat niet wanneer men in palliatieve zorg komt
- De verschillende plaatsen: thuis, palliatieve zorgunit, EHPAD

Les 2 - Moeilijke beslissingen in de palliatieve zorg

- Het stoppen van curatieve behandelingen begrijpen zonder het als verlatenheid te ervaren
- Anticiperende richtlijnen: de wensen van uw naaste kennen
- De vertrouwenspersoon: zijn rol in de besluitvorming
- Palliatieve sedatie: wat het is en wanneer het overwogen wordt

Les 3 - Wat uw naaste voelt in de palliatieve fase

- De meest voorkomende angsten: lijden, alleen zijn, een last zijn, waardigheid verliezen
- Geruststellen zonder te liegen: concrete woorden die helpen
- De behoefte om over de dood te praten: deze gesprekken verwelkomen
- Wat uw naaste van u moet horen voordat hij of zij vertrekt

Les 4 - De rol van de familie in palliatieve zorg

- Uw aanwezigheid is de belangrijkste zorg die u kunt geven
- Wat u concreet kunt doen: comfortzorg, aanwezigheid, affectieve aanrakingen
- Wat u niet kunt doen: genezen, voorkomen, controleren — dat is normaal
- Samenwerken met het zorgteam als partner in comfort

Les 1 - Pijn en lichamelijk comfort

- Pijn is behandelbaar: laat nooit iemand lijden zonder te waarschuwen
- Palliatieve medicijnen: morfine en opioïden begrijpen zonder angst
- Comfortzorg die u kunt bieden: positionering, mondverzorging, handmassage
- Wanneer en hoe het zorgteam te waarschuwen bij pijn

Les 2 - Voeding en hydratatie aan het einde van het leven

- Waarom uw naaste steeds minder eet: een normale fase
- Kunstmatige voeding aan het einde van het leven: wat professionals zeggen
- Voorstellen zonder te dringen: kleine smaakplezierige dingen
- Hydratatie: wat aanbevolen wordt en wat verlichting biedt

Les 3 - De communicatie wanneer woorden moeilijk worden

- Aanwezig blijven zonder het gesprek te forceren wanneer uw dierbare weinig spreekt
- Wat u kunt zeggen, zelfs zonder antwoord: uw dierbare hoort vaak tot het eind
- Aanraking, muziek, hardop voorlezen: waardevolle relationele bruggen
- De belangrijke woorden: pardon, liefde, dankbaarheid

Les 4 - De laatste dagen en de laatste uren

- De tekenen die aangeven dat het einde nabij is: fysieke veranderingen
- Aanwezig blijven zonder te wachten: u kunt niet altijd op het exacte moment aanwezig zijn
- Wat uw dierbare voelt in de laatste uren: vaak sereniteit
- Na het overlijden: de eerste uren, de tijd nemen

Les 1 - Wat u doormaakt, u ook

- De anticipatoire rouw: iemand rouwen die er nog is
- De uitputting van de zorg: moeilijke nachten, constante spanning
- De schuldgevoelens: wensen dat het eindigt, niet genoeg aanwezig zijn

- Al deze emoties zijn normaal: u bent geen slechte naaste

Les 2 - Beheer uw eigen uitputting

- Slapen, eten, uitgaan: de basis die u niet volledig mag opofferen
- Organiseer aanwezigheidsrotaties met andere naasten of vrijwilligers
- Palliatieve zorgteams ondersteunen ook families: vraag hun hulp
- Frisse lucht nemen zonder schuldgevoel: u zult daarna meer aanwezig zijn

Les 3 - Ondersteuning vinden

- De palliatieve zorgteams: arts, verpleegkundige, psycholoog — allemaal daar voor u
- Palliatieve zorgverenigingen: vrijwilligers voor begeleiding en ondersteuning
- Psychologische ondersteuning: niet wachten tot na het overlijden
- Rouw- en begeleidingsgroepen: praten met anderen die hetzelfde meemaakten

Les 4 - Voorbereiden op de rouw vóór het overlijden

- Wat u nu kunt doen dat u later zal helpen: herinneringen en woorden verzamelen
- Praktische beslissingen anticiperen: uitvaart, administratieve stappen
- De kinderen en omgeving voorbereiden op het aanstaande overlijden
- U heeft het recht om u voor te bereiden op het leven daarna

MODULE 4

Rouw na het overlijden

4 lessen

Les 1 - Begrijpen van het rouwproces

- Rouw is niet lineair: golven van verdriet, momenten van rust, terugvallen
- Verschillende vormen: verdriet, opluchting, schuldgevoel, woede — alles is normaal
- De rouw van de mantelzorger: een specifieke, vaak complexere vorm
- Wat de rouw kan compliceren: traumatische rouw, isolement

Les 2 - De eerste maanden na het overlijden

- De onmiddellijke periode: de stappen, de leegte, de onwerkelijkheid
- De verjaardagen en eerste keren zonder uw dierbare: ze anticiperen
- De terugkeer naar werk en sociaal leven: op uw eigen tempo
- De kinderen in rouw: hoe hen te begeleiden

Les 3 - Steun vinden in de rouw

- Rouwgroepen: wat je daar doet en waarom het nuttig is
- Psychologische ondersteuning bij rouw: wanneer raadplegen, hoe de juiste professional vinden
- Rouwverenigingen: JALMALV, palliatieve zorgverenigingen, religieuze groepen
- De omgeving die niet weet wat te zeggen: aangeven wat u nodig hebt

Les 4 - Zich opnieuw opbouwen na

- Rouw betekent niet vergeten: een nieuwe relatie met de herinnering opbouwen
- De smaak van het leven terugvinden: een normale en gezonde stap
- Projecten, relaties, een leven opnieuw invullen — op uw eigen tempo
- Wat deze beproeving u heeft geleerd over uzelf en wat echt belangrijk is

Lesmethoden

- Opleiding volledig online en op afstand toegankelijk
- Zelfstandig leren in uw eigen tempo
- Ondersteuning via e-mail beschikbaar
- Toegang tot de cursus gedurende 1 jaar na inschrijving
- Inclusief downloadbare documenten en praktische hulpmiddelen
- Attestatie van voltooiing aan het einde van de opleiding