

TERUG NAAR HUIS NA EEN CVA:

HET ORGANISEREN EN SUCCESVOL MAKEN VAN DE TERUGKEER NAAR HUIS

Training voor families die zich voorbereiden op de terugkeer naar huis van een naaste na een beroerte

De terugkeer naar huis van uw naaste na een CVA veranderen in een veilig en geslaagd moment

Duur : 2 uur	Modules : 4 modules
Lessen : 16 lessen	Doelgroep : Families en mantelzorgers van CVA-patiënten
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

De terugkeer naar huis na een beroerte is een cruciaal moment, vaak ervaren als zowel een opluchting als een bron van grote bezorgdheid. Zonder adequate voorbereiding kunnen de eerste weken thuis uitputtend, chaotisch en zelfs gevaarlijk zijn voor uw naaste en voor uzelf. Deze training van 2 uur biedt u alle praktische sleutels om deze overgang met zekerheid voor te bereiden: planning van het ontslag, aanpassing van de woning, organisatie van menselijke en technische hulp, beheer van de eerste dagen en preventie van uitputting. U leert anticiperen, structureren en de hulpbronnen mobiliseren die nodig zijn om deze terugkeer naar huis een succes te maken. Ontworpen door experts in post-CVA begeleiding, geeft deze opleiding u het vertrouwen en de hulpmiddelen om uw naaste onder optimale omstandigheden te verwelkomen.

Module-overzicht

MODULE 1	Vorbereiden van de terugkeer vóór het verlaten van het ziekenhuis	4 lessen
MODULE 2	Het inrichten van de woning	4 lessen
MODULE 3	De eerste weken thuis	4 lessen
MODULE 4	Duurzaam vasthouden	4 lessen

Leerdoelen

Leerdoelen

- De terugkeer naar huis voorbereiden door alle essentiële stappen vóór het ontslag uit het ziekenhuis te identificeren
- De woning aanpassen om veiligheid en autonomie van uw naaste te garanderen
- Menselijke en technische hulp organiseren die is aangepast aan de werkelijke behoeften
- De eerste weken thuis beheren met serene en aangepaste routines
- Uw eigen uitputting als mantelzorger voorkomen en duurzame hulpbronnen mobiliseren

Algemene informatie

Duur	2 uur
Doelgroep	Familieleden en mantelzorgers van personen die terugkeren naar huis na een CVA
Vereisten	Geen
Tarief	Op offerte - BTW niet van toepassing (artikel 261-4-4° van de CGI)
Certificering	Qualiopi - Certificaat van voltooiing van de training
Organisatie	DYNSEO - Registratienummer activiteit: 11757351875

Les 1 - Les 1 - Wat te doen voor de ontslag — de onmisbare planning

- Vraag een ontslagbijeenkomst aan met het zorgteam en begrijp wat u kunt verwachten
- Verkrijg en begrijp het ziekenhuisverslag met alle medische aanbevelingen
- Controleer de recepten en voorschriften voor fysiotherapie en logopedie
- Organiseer aangepast transport voor de terugkeer naar huis

Les 2 - Les 2 - Evalueren van de werkelijke behoeften thuis

- Vraag een ergotherapeutische evaluatie van de woning aan
- Beoordeel eerlijk wat uw naaste alleen kan en wat hij of zij nog niet kan
- Evalueer uw eigen vermogen om de begeleiding alleen te verzorgen
- Identificeer risicovolle situaties: nacht, weekend, uw afwezigheid

Les 3 - Les 3 - De menselijke ondersteuning die moet worden opgezet vóór de terugkeer

- Selecteer en organiseer thuiszorgdiensten aangepast aan de behoeften
- Begrijp de rol, tarieven en financiering van zorgverleners (APA of PCH)
- Organiseer thuisverpleging voor technische zorg met voorschrift
- Mobiliseer hulp van CARSAT, MDPH en pensioenfondsen

Les 4 - Les 4 - De administratieve stappen om te anticiperen

- Begrijp en vraag de APA (Persoonlijke Autonomie Toelage) aan indien in aanmerking
- Vraag de PCH aan via de MDPH voor personen in de actieve leeftijd
- Informeer naar arbeidsongeschiktheid van de mantelzorger en verlof voor mantelzorgers
- Identificeer lokale verenigingen die u kunnen helpen bij administratieve procedures

Les 1 - Les 1 - De prioritaire aanpassingen voor de veiligheid

- Rust de badkamer uit met steunbeugels, douchezitje en antislipmatten
- Beveilig de trappen met leuningen, verlichting en alternatieven indien nodig
- Pas de slaapkamer aan: toegankelijk bed, vrij pad, bel binnen handbereik
- Verwijder tapijten, drempels en obstakels voor veilige verplaatsing

Les 2 - Les 2 - Aanpassen van de omgeving aan de specifieke gevolgen

- Pas de indeling aan volgens de aangedane kant (links of rechts hemiplegie)
- Compenseer visuele stoornissen en heminegligentie met signalering en contrasten
- Vereenvoudig de omgeving voor cognitieve stoornissen met labels en visuele routines
- Creëer toegankelijke rustruimtes in elke gebruikte kamer

Les 3 - Les 3 - De nuttige technische hulpmiddelen voor dagelijks gebruik

- Verkrijg hulpmiddelen voor aankleden: kousen aanbrengen, knoophaak, aangepaste kleding
- Gebruik aangepast bestek, borden met rand en verzwaarde glazen voor maaltijden
- Kies de juiste hulpmiddelen voor verplaatsing: looprek, rolstoel, wandelstok
- Identificeer leveranciers: apotheken, medische hulpmiddelenbedrijven, uitleenverenigingen

Les 4 - Les 4 - De financiering van woningaanpassingen

- Vraag hulp aan bij de ANAH voor aanpassingswerken aan de woning
- Onderzoek mogelijke hulp van pensioenfondsen en mutualiteiten
- Profiteer van belastingvermindering voor toegankelijkheidsuitrusting
- Laat de noodzakelijke werken evalueren door een ergotherapeut voordat u investeert

Les 1 - Les 1 - De eerste 48 uur — omgaan met de schok van de terugkeer

- Begrijp dat desoriëntatie, emotie en vermoeidheid normaal zijn bij de terugkeer
- Herken wat normaal is: intense vermoeidheid, angst, tijdelijke terugtrekking
- Identificeer alarmsignalen: koorts, verwarring, tekenen van beroerte (FAST-protocol)

- Organiseer uzelf om niet alles alleen te doen in deze eerste dagen

Les 2 - Les 2 - Zorg en medische afspraken organiseren

- Creëer en onderhoud een medisch opvolgingsboekje voor alle zorgverleners
- Plan essentiële afspraken: neuroloog, huisarts, revalidatieprofessionals
- Coördineer thuiszorgverleners: fysiotherapeut, logopedist, verpleegkundige
- Vermijd overbelasting door interventies geleidelijk te spreiden

Les 3 - Les 3 - Nieuwe routines opzetten

- Begrijp waarom routines therapeutisch zijn: houvast, veiligheid, cognitieve economie
- Stel samen een dagplanning op aangepast aan de huidige mogelijkheden
- Integreer zorg, stimulatie en rust in een samenhangend ritme
- Pas routines geleidelijk aan zonder ze te verstrakken

Les 4 - Les 4 - Beheren van de eerste uitjes en de sociale herintegratie

- Bereid het eerste uitje zorgvuldig voor: beveiliging, geen haast
- Organiseer bezoeken van naasten zodat ze niet uitputtend zijn
- Herstart sociale activiteiten geleidelijk met aangepast tempo en voorzorgsmaatregelen
- Leer uw naaste te remmen als hij of zij te snel wil gaan zonder te frustreren

MODULE 4

Duurzaam vasthouden

4 lessen

Les 1 - Les 1 - Wat verandert in de weken en maanden die volgen

- Begrijp het tempo en de duur van herstel na een CVA en wat realistisch is
- Herken de fasen en schijnbare terugvallen zonder in paniek te raken
- Herbeoordeel regelmatig de hulpbehoeften naarmate de situatie evolueert
- Pas menselijke en technische hulp aan naarmate het herstel vordert

Les 2 - Les 2 - Voorkom uw eigen uitputting

- Herken vroeg de signalen dat u uw grenzen nadert
- Organiseer uw eigen herstelperiode vanaf het begin, niet wanneer u uitgeput bent
- Plan respijt: dagopvang, aangepaste vakanties, familieondersteuning
- Begrijp dat hulp vragen een zorgdaad is voor uw naaste, geen opgave

Les 3 - Les 3 - De middelen om het vol te houden

- Maak gebruik van Frankrijk CVA en lokale verenigingen voor diensten en praatgroepen
- Gebruik platforms voor mantelzorgers: luisternummers, forums, online bronnen
- Betrek de huisarts als coördinator en aarzel niet hem te bellen
- Volg opleidingen voor mantelzorgers om beter te ondersteunen en vol te houden

Les 4 - Les 4 - De toekomst met helderheid en hoop tegemoet zien

- Ontdek wat de wetenschap zegt over langdurig herstel na een beroerte
- Evalueer wanneer een geschikte huisvestingsoplossing overwegen zinvol is
- Identificeer mogelijke projecten: aangepaste reizen, nieuwe activiteiten, verenigingen
- Laat u inspireren door getuigenissen van families die een rijk leven hebben opgebouwd na een beroerte

Lesmethoden

- Training volledig online toegankelijk op elk moment
- Videollessen, downloadbare praktische gidsen en checklists
- Interactieve oefeningen en concrete casestudies
- Certificaat van voltooiing na afronding van de training