

Oog voor Naasten

Welkom! We beginnen om 15.30 uur

Vul alvast de mentimeter in en scan de QR code





Handig om te weten

Zet je microfoon op mute

Heb je vragen? Stel ze in de chat.

De videosessie wordt niet opgenomen. De presentatie wordt niet gedeeld. Na afloop komt er een impressieverslag.

De infographics zijn tools die door iedereen gebruikt mogen worden. In het impressieverslag komt een verwijzing naar de infographics

Hou je telefoon bij de hand voor de mentimeter.





Programma

- Welkom en introductie: Sandrina Sangers, Agora
- De film 'Leven met Parkinson, het verhaal van Anita en Peter'
- Vijf thema's voor naasten, Coby Pronk, Parkinsonvereniging
- De mantelzorgmakelaar in de praktijk, Co Beukema
- *Breakout rooms: wat is jouw eigen rol in ondersteuning van naasten of wat heb je nodig als mantelzorger?*
- Plenair uitwisselen en delen van tips
- Project Oog voor Naasten en Nabestaanden, Marcella Tam, LUMC, de rol van zorgverlener of zorgorganisatie
- Afronding en evaluatie mentimeter vragen.



Breakout rooms

- Maximaal 5 personen per breakout room
- 1 keer uiteen in breakout rooms
- Je wordt vanzelf ingedeeld en teruggehaald
- 1 minuut van te voren krijg je bericht dat je mag afronden
- Hou het voorstellen kort; er zijn maar 15 minuten om elkaar te spreken



Palliatieve Levensfase

Palliatieve **zorg en ondersteuning** in de laatste – niet persé terminale - levensfase is altijd maatwerk voor **patiënt en naasten**, en omvat **vier dimensies**:

- lichamelijke zorg
- ondersteuning op sociaal gebied
- psychologische steun
- begeleiding op gebied van zingeving/levensvragen.



Vier dimensies in de palliatieve benadering





Leven met Parkinson, Anita en Peter: de film





PARKINSONISME
ACADEMIE

Wat betekent de diagnose parkinson voor naasten?

Omgaan met:

- De lichamelijke gevolgen van de ziekte
- De psychische gevolgen van parkinson
- De veranderende relatie
- Emoties, verdriet, verlies en rouw gedurende het ziekteproces
- Hulp en steun, vragen en aannemen

De lichamelijke veranderingen kunnen zijn:

- Beven (tremor)
- Stijfheid (rigiditeit)
- Bewegingsarmoede (hypokinesie)
- Bewegingstraagheid (bradykinesie)
- Houdings- en balansproblemen

De psychische veranderingen kunnen zijn:

- Traagheid in denken, minder makkelijk schakelen
- Minder initiatief nemen
- Kan niet zo goed meerdere dingen tegelijk doen
- Meer op zichzelf gericht dan op de omgeving, soms claimend gedrag
- Hallucinaties, slechter slapen, etc.

De veranderende relatie

- Door alle psychische en lichamelijke veranderingen, verandert de persoon, is niet meer dezelfde partner als voorheen
- De persoon met parkinson lijdt onder het verlies van gezondheid en cognitieve vaardigheden
- Partner kan zich schuldig voelen omdat die meer kan dan degene met parkinson
- Hoe ga je om met veranderingen in gelijkwaardigheid en wederkerigheid?
- Ben je partner/naaste of verzorger?

Emoties, verdriet, verlies en rouw gedurende het ziekteproces

- Afscheid nemen gaat stukje bij beetje en is onomkeerbaar
- Zelfvertrouwen wordt aangetast door de ziekte, hoe ga je daar als naaste mee om?
- Allerlei emoties komen voor, ontkenning, boosheid, verdriet, wanhoop, terugtrekken....
- Waar kan de naaste zijn/haar emoties kwijt?
- Hoe ga je verder met je leven samen?

Hulp en steun, vragen en aannemen

- Naasten vragen vaak veel van zichzelf, en soms wordt het teveel, waar merk je dat aan?
- Als de druk groter wordt, is het juist belangrijk om grenzen te stellen
- Hulp van buitenaf accepteren is moeilijk als je dat niet gewend bent
- Informatie en contact met anderen is belangrijk, word lid(maatje) bij de Parkinson Vereniging
- Bijeenkomsten met naasten vind je op de website van de Parkinson Vereniging, daar ontmoeten naasten elkaar.

De Mantelzorgmakelaar, Co Beukema





Breakoutroom

- Stel jezelf even kort voor.....
- Wat is jouw rol in de ondersteuning van naasten en wat doe je dan?
Of: als je zelf mantelzorger bent (geweest) wat heb jij nodig?
- Wat zou jij kunnen betekenen in de casus van Anita en Peter of die de mantelzorgmakelaar deelde?



Afsluiting

- Je ontvangt een mail met een impressieverslag en links naar relevante informatie.
- Nog niet uitgepraat? Volg ons Chanel & stel vragen bij vraag & antwoord.
- Blijf op de hoogte en meld je aan voor de Agora nieuwsbrief. Ontvang maandelijks kennis, verhalen en instrumenten.

- Evaluatie: Mentimeter





Bedankt