

Workshopprogramma

BordjeVol en andere tools voor mantelzorgondersteuning, eigen regie en informele hulp

NB: begin-/eindtijden variëren per workshop, steltijd programmaformat 9:00 – 12:15

9:00	15 min	INTRODUCTIE
	sheet ... - ...	<ul style="list-style-type: none"> • Casusintroductie: Karin (mantelzorger) & Bas (NAH) • Welkom, doel en programma v.d. workshop
9:15	20 min	INFORMELE HULP (interactief)
		<ul style="list-style-type: none"> • Introductie kringen informele hulp • Drempels bij geven, vragen en delen van hulp • Gesprekshandreiking
9:35	15 min	HULP UIT EIGEN NETWERK (nav casus)
		<ul style="list-style-type: none"> • Samen zorgen ondersteunen met tools zoals Fello, Carenzorgt, Hulpnetwerken, MyInLife • Hulp van vrienden en bekenden activeren met Huppla
9:50	110 min	BORDJEVOL – methode die mantelzorgers inzicht, inspiratie, activatie biedt (interactief)
		<ul style="list-style-type: none"> • Introductie methode (ahv toneelstukje bordje) • Adhv casus in groepjes doorlopen: <ul style="list-style-type: none"> ○ Inventarisatie leefgebieden (wat op bordje, wat lukt niet meer) ○ Weging en Volhoudtijd ○ Energiegevers en energievreters ○ Wat wil ik weer gaan doen
	<i>15 min</i>	<i>Pauze</i>
		<ul style="list-style-type: none"> • Vervolg in groepjes: <ul style="list-style-type: none"> ○ Inventarisatie sociaal netwerk ○ Activatie
		<ul style="list-style-type: none"> • Inzet & ervaringen uit werkveld
11:40	10 min	HULP VAN BUURTGENOTEN
		<ul style="list-style-type: none"> • Introductie sociale marktplaatsen wehelpen.nl, NLvoorelkaar.nl, croqer.nl, NextDoor, whapp • Ervaringen met burenhulp en marktplaatsen
11:50	10 min	INFORMELE HULP BIJ NAH
		<ul style="list-style-type: none"> • Klantreis mantelzorg NAH • Aanhaakmomenten en instrumenten om informele hulp te activeren
12:00	10 min	INFORMELE HULP BIJ DEMENTIE
		<ul style="list-style-type: none"> • Patroon belasting en sociaal netwerk bij dementie • Aanhaakmomenten en instrumenten om informele hulp te activeren
12:10	5 min	AFRONDING