



De kracht van liggen

Introductie over de gevolgen van lighouding

Stijfheid of pijn 's ochtends bij de verzorging, het steeds scheef zakken in de (rol)stoel, een verhoogd valrisico. Een aantal problemen die je waarschijnlijk herkent wanneer je met de oudere cliënt werkt.

Maar wat lang niet iedereen zich realiseert is dat deze problemen met de lighouding te maken kunnen hebben. We staan niet stil bij hoe we liggen. Want liggen kan iedereen, denken we. Op zich klopt dit ook, de meeste mensen kunnen liggen en slapen ook liggend in een bed.

Datum:	1 april
Tijd:	10:00 - 13:00
Plaats:	ABC Houding Snelliusweg 1 6827 DG Arnhem
Prijs:	€ 85,— inclusief materiaal

Maar wat gezonde mensen doen is niet alleen liggen; ze draaien en veranderen van houding gedurende de nacht. Draaien in de slaap is erg belangrijk om 's ochtends fit en soepel op te staan en ook om rechtop te kunnen zitten of lopen.

Wanneer mensen ouder worden vermindert de mobiliteit en dus ook de mobiliteit gedurende de nacht. Mensen veranderen minder van houding in hun slaap en dat heeft meer gevolgen dan men zich vaak realiseert. Lighouding kan de oorzaak zijn van veel problemen én liggen kan veel problemen oplossen of zelfs voorkomen. De kracht van liggen.

Aanbod komen de volgende onderwerpen

- Lighoudingen en de gevolgen van in één houding liggen
- De relatie tussen zitten en liggen
- Houdingsvariatie
- De invloed van zwaartekracht op het liggen
- In te zetten interventies

Doel van de cursus

In de deze 3 uursscholing krijg je inzicht in welke lighoudingen welke gevolgen hebben en hoe je als medewerker in de zorg of als mantelzorger invloed op kunt hebben. Door de juiste interventies kun je het verschil maken voor de cliënt. Het voorkomen en verbeteren van deze problematiek levert veel op in de kwaliteit van leven van de cliënt, maar ook een vermindering van de zorgzwaarte voor de zorggever.

Doelgroep

Deze cursus is voor iedereen die werkt met ouderen en te maken krijgt met houdingsproblematiek (pijn, contracturen, decubitus, slechte zithouding, stijging van zorgzwaarte, etc.)

Docenten

Noortje van Hasselt-Daems, ergotherapeut
Jeroen van Hasselt, drs Geneeskunde, docent HBO-V

Cursustijden en -data

De cursus wordt meerdere malen per jaar gegeven op onze locatie in Arnhem. De cursustijden zijn van 10.00-13.00 of van 13.00-16.00u.

Mocht je met een groep collega's willen komen, vraag dan een offerte aan voor groepskorting (vanaf 10 personen) via offerte@abchouding

Kosten deelname

Cursusprijs € 85,00 inclusief materiaal en koffie/thee

Studiebelasting

De cursus bestaat uit 3 contacturen.

Accreditatie

Accreditatie is aangevraagd bij het Kwaliteitsregister V&V

Bewijs van deelname

Deelnemers ontvangen na afloop een bewijs van deelname.

Voor aanmelding of meer informatie kunt u contact opnemen met ABC Houding via info@abchouding.nl of 085-8771317

De cursus gaat door bij voldoende aanmeldingen.

Data en prijzen onder voorbehoud