

Oefenmaatje bij steunkousen

U maakt het verschil bij het oefenen met steunkousen.

Een familielid, buur of vriend(in) krijgt binnenkort steunkousen. Met een hulpmiddel kan hij of zij deze kousen zelfstandig leren aan- en uittrekken. Maar oefenen is daarbij cruciaal en dat gaat veel beter samen.



Als oefenmaatje speelt u tijdelijk een belangrijke rol. U helpt niet bij de zorg, maar bij meer zelfstandig worden.

Wat houdt jouw rol in?



U bent (indien mogelijk) aanwezig bij de uitleg van de ergotherapeut of professional.



U kijkt mee of maakt een filmpje van hoe het hulpmiddel gebruikt wordt.



U helpt bij het oefenen, vooral in de eerste dagen.



U moedigt aan, helpt herinneren en denkt praktisch mee.

Het oefenen is tijdelijk. Meestal kan iemand het binnen een paar dagen tot twee weken zelf doen.

Waarom is uw hulp belangrijk?



Door uw hulp leert iemand sneller omgaan met het hulpmiddel.



U helpt voorkomen dat er extra hulp van de thuiszorg nodig is.



U helpt mee aan meer zelfstandigheid, en dat is fijn voor iedereen.

Denkt u het niet alleen te kunnen?



U hoeft het niet alleen te doen. Misschien kunt u het oefenen afwisselen met een ander familielid of een buur.



Tip: Vraag bijvoorbeeld: "Zou jij één of twee ochtenden kunnen helpen met oefenen? Dan kunnen we het een beetje afwisselen."