

## **Algemene Ledenvergadering gevolgd door een Trefpunt op 25-05-19 in 't Gasthuis te Middelburg.**

Na de ledenvergadering die (jammer genoeg) maar door weinig leden werd bezocht volgde deel twee van deze middag en toen stonden er gelukkig toch nog 14 personen op de teller. Gastvrouw Janine Smith, werkzaam bij 't Gasthuis, introduceerde mevr. **Ruth le Nobel, ergotherapeute**, al 25 jaar werkzaam nu bij SVRZ, (maar voorheen ook in verpleeghuizen en via de eerste lijn) die allerlei handige hulpmiddelen zal laten zien (zij heeft een winkelwagen vol spullen meegenomen) en daarnaast ook gaat vertellen hoe je thuis hulp kunt krijgen om zo zelfstandig mogelijk te kunnen functioneren. Er is altijd weer wat nieuws te leren of ontwikkeld. En de ergotherapeut is de aangewezen persoon die de NAH getroffen kan adviseren en begeleiden. Dat kan ook aan huis en wordt vergoed uit de basisverzekering.

Voor zij begint laat ze weten dat er tussendoor altijd vragen gesteld mogen worden.

De meeste NAH getroffen hebben wel met een ergotherapeut te maken gehad. Deze houdt zich bezig met de patiënt om die zo zelfstandig mogelijk te laten handelen. De problemen worden geanalyseerd; waarom lukt iets niet meer? Dan wordt eerst geprobeerd om die op te lossen zonder aanpassingen.

Na de analyse waarin de fysieke en cognitieve problemen in kaart zijn gebracht bij de dagelijkse dingen, wordt ook gekeken naar de fijne motoriek en gevoel, naar de grens van de mogelijkheden. Hoe maak je het makkelijker om iets te laten lukken, welke tactiek is nodig om je bijv. aan te kleden.

Pas in de laatste plaats wordt gekeken welke hulpmiddelen moeten worden ingeschakeld. Er is een verschil tussen de thuissituatie en het verpleeghuis / instelling. In de laatste twee zijn veel meer mogelijkheden die er in de thuissituatie niet zijn, daar is het vaak moeilijker.

Veel mensen weten niet dat de eerste lijnhulp nu wel vergoed wordt vanuit de basisverzekering, maar het is niet helemaal gratis. Je betaalt wel eerst de verplichte eigen bijdrage. Voor de hulp in je eigen omgeving heb je een verwijzing nodig bijv. via de huisarts. Je behandelaar mag je zelf kiezen.

In de regelgeving bij woningaanpassingen is veel veranderd, m.n. in de vergoedings sfeer. Er wordt steeds minder vergoed. Bij Porthos op Walcheren (die advies geeft aan de gemeente / WMO) zijn bijv. de drempelhulp, beugels en steunen, en de verhoogde toiletpot al weg bezuinigd.

Maar aanvragen waarbij de ergotherapeut betrokken is, kan soms wel helpen. De aanvraag moet dan sober en doelmatig zijn, dus zo goedkoop mogelijk / goedkoopste oplossing. Het ergotherapeutisch rapport is vaak een vereiste. Soms is het zoeken naar de juiste hulpmiddelen. Daarbij heeft de gemeenteambtenaar geen besef of inzicht van de problemen die ingewikkeld blijken te zijn. Dan kan de ergotherapeut met zijn / haar expertise een handje bijsteken en extra bijdragen.

Na de pauze wordt de winkelwagen met attributen voorgereden. De kar zit vol met hulpmiddelen die één voor één worden getoond en behandeld.

Iedere aanwezige krijgt een boekje met hulpmiddelen mee. Waarin de artikelen voor ADL (algemene dagelijks levensverrichtingen) voor bijv. eten, huishouden of hobby beschreven staan. Er zijn vrij veel leveranciers.

Let wel: niet alle hulpmiddelen zijn voor iedereen geschikt! Zelf uitproberen is wel gewenst.

### **Wat krijgen we te zien?**

Om te drinken, drie soorten bekers, o.a. met deksel en tuutje of rietje om liggend te kunnen drinken.

Hulp bij het eten: diverse soorten bestek lepels met dik (meer grip) handvat die je kunt verbuigen, messen met een kartelrand om te snijden of die opvouwbaar zijn, smeerplank, met antislipmat o.a. voor éénhandigen, borden met terugwijkende rand of te vullen met warm water, eierdopjes met zuignapje, een ergonomische kasschaaf, een aardappelschilmesje dat vast op de tafel staat, een vlijmscherp keukenmes dat iedereen kan gebruiken.

Hulp bij het koken: Een dunschiller met dik antislip handvat, een afgietdeksel dat op de pan klemt, een mandje om in te koken zodat je niet hoeft af te gieten, borstels, enkel of dubbel, voor afwassen in de spoelbak.

Verder kregen we te zien: kaarthouders voor het kaartspel, een soort haaknaald om knopen dicht te maken, pen verdickers om te schrijven, boeken steunen, flexibele kousenaantrekkers, helping hands om iets op te rapen, hoelakens met een glad deel en stroeve rand zodat je makkelijk kunt omdraaien in bed, lange schoenlepels, rugborstel, beugels met zuignappen die je vacuüm op je tegels klemt, (pas op kunnen losraken!), en als laatste een bak met drie gaten om potten te openen.

Dan is de winkelwagen leeg.

Vaak zijn deze zaken ook te koop bij gewone winkels als Blokker of Lidl. Ook via Internet of Medipoint en Jeremiassé kun je ze kopen of adviezen krijgen.

Er komt nog een vraag over de vergoeding voor een scootmobiel. Er is een mogelijkheid om die éénmaal bij de GGD aan te vragen. Je krijgt minder vergoeding en moet er wel 7 jaar mee doen.

Er werden ons veel interessante zaken getoond. De spreekster en de vrijwilligster werden hartelijk bedankt voor hun bijdrage aan deze middag.

Gewapend met de gekregen catalogus kon uw verslaggeefster met een tevreden gevoel weer huiswaarts gaan.

Willy Otte