

Langer thuis wonen met een beperking

Accepteren van en ouder worden met een lichamelijke aandoening

De gevolgen van ouder worden met een lichamelijke aandoening heeft niet alleen lichamelijke, maar ook psychologische en sociale gevolgen. Dit heeft weerslag op de kwaliteit van leven bij ouderen en op dat van hun partner. In de medische behandeling is vaak onvoldoende tijd en/of aandacht voor de psychologische of sociale gevolgen. Dit programma informeert u over omgaan met de psychosociale problematiek.

Doel programma

Het doel van het programma is het verminderen van psychologische en sociale problemen bij de oudere en zijn/haar partner of mantelzorg. De kwaliteit van leven van beiden te verbeteren, waardoor samen thuis wonen langer mogelijk blijft. Het programma heeft een positieve insteek: het is gericht op wat nog wél kan ondanks de beperkingen. Het leert de deelnemer en zijn/haar partner om beter om te gaan met de gevolgen van ouder worden met een lichamelijke aandoening.

De bijeenkomsten

Er zijn aparte groepen voor deelnemers en partners. De bijeenkomsten zijn tegelijkertijd en op dezelfde plaats. Beide groepen bestaan uit vijf tot zeven personen. Ook als uw partner niet mee wil of kan doen, kunt u deelnemen. De mogelijkheid voor partneropvang is aanwezig.

Waarom aparte groepen?

In de praktijk is gebleken dat het voor beiden moeilijk is om vrijuit te praten, wanneer partners in dezelfde groep zitten. Ook het onderlinge lotgenotencontact met de overige deelnemers en partners is erg waardevol. Het programma is voor beiden vrijwel hetzelfde.

kosten deelname

Er is dit jaar nog geen bijdrage verschuldigd.

Interesse?

De bijeenkomsten worden 4 keer per jaar gegeven.

Indien u vragen heeft of als u zich wilt aanmelden kunt u contact opnemen met:

Avoord Zorg en Wonen

Locatie Het Anbarg

Nassaulaan 1

4872 CW Etten-Leur

Tel: 076-5135489 of 06-83943755

Maandag t/m vrijdag tussen 9.00 en 16.30.uur

Email: dagbehandeling.som@avoord.nl

De onderwerpen

Elke sessie heeft een eigen onderwerp.

De volgende onderwerpen worden besproken:

- Introductie
- Zelfevaluatie
- Gezondheidsbevordering
- Stress Management
- Omgaan met angst & depressie
- Sociale vaardigheden
- Sociale ondersteuning
- Evaluatie

Uw eigen inbreng

Naar aanleiding van deze onderwerpen is er ruimte voor uw eigen inbreng en verhaal. Er wordt van iedere deelnemer een actieve deelname verwacht.

Contact

Denkt u:” dit programma kan iets betekenen voor mij of mijn partner”, neem contact op met Avoord Zorg en Wonen op. We zullen u graag te woord staan om verdere uitleg te geven.

Wmo-loket elz, startpunt voor welzijn, zorg en wonen

Bereikbaarheid loket elz, startpunt voor zorg welzijn en wonen

Telefoon: 076-5024025 (werkdagen 9.00 – 12.00 uur)

Email: elz@etten-leur.nl

Website: www.etten-leur.nl

Locatie Etten-leur

Loket: Op werkdagen tussen 9.00-12.00 uur kunt u zonder afspraak binnen lopen. In de middag werken wij op afspraak.

Bezoekadres: Stadskantoor Etten-Leur
Roosendaalseweg 4
4875 AA Etten-Leur

Locatie Zundert

Loket: Op maandag, woensdag en vrijdag tussen 9.00-12.00 uur kunt u zonder afspraak binnen lopen. In de middag werken wij op afspraak.

Bezoekadres: Gezondheidscentrum De Welborg
Welborg 14
4881 CZ Zundert

Websites:

www.etten-leur.nl

www.ettenleuroethetgewoon.nl/wijkteam voor meer informatie over het wijkteam en het spreekuur in de wijk

www.regelhulp.nl

Leverancier

Avoord Zorg en Wonen

Adres: Locatie Het Anbarg
Nassaulaan 1
4872 CW Etten-Leur

Telefoon 076-5135489 of 06-83943755
Maandag t/m vrijdag tussen 9.00 en 16.30.uur

Email: dagbehandeling.som@avoord.nl