

Zorgen doen we samen | overzicht van activiteiten die u kunt doen

Dit overzicht is bedoeld als hulp voor het gesprek tussen medewerkers en mantelzorgers over mogelijkheden en verwachtingen. Er is veel mogelijk. Wees welkom!

Activiteiten die we van u verwachten

- Meedenken in de zorg voor uw naaste
- Kledingkast opruimen en wisselen (zomer/winter)
- Voor voldoende en passende (nacht)kleding zorgen
- Reparatie of herstelwerk aan kleding en andere persoonlijke eigendommen
- Kleding en schoeisel aanschaffen
- Op voorraad houden van shampoo, toiletpullen e.d.
- Kamer opruimen
- Privékasten van binnen schoonmaken en ordenen
- Scheer- en gehoorapparaten schoonmaken
- Hulpmiddelen (zoals rolstoel of rollator) schoonmaken
- Administratie/post verwerken, financiën verzorgen
- Uw eigen afwas doen na bezoek
- Medisch specialisten buiten SZR bellen en meegaan met bezoeken
- Bezoek opticien, audicien en (externe) kapper

Activiteiten die mogelijk zijn (alleen in overleg)

- Meehelpen in de zorg voor uw naaste
- Ondersteunen bij het mobiliseren van uw naaste
- Medicatie geven aan uw naaste

Activiteiten waarin u kunt (en mag) bijdragen

Eten en drinken

- Bakken van een cake, taart of koekjes
- Uw naaste ondersteunen met eten en drinken tijdens maaltijden
- Helpen met koken en bakken zoals pannenkoeken of friet
- Erwtensoep of andere streekgerechten maken
- Zo nu en dan helpen met een warme maaltijd koken

Huishouding

- Extra stofzuigen/dweilen van de slaapkamer van uw naaste
- Ramen zemen op de kamer van uw naaste
- Samen de slaapkamer van uw naaste stoffen
- Slaapkamer een keer extra schoonmaken
- Bed opmaken of verschoonen (extra)
- Bloemetje op balkon verzorgen of herplanten
- Schoonmaken eigen balkon
- Technische klusjes, zoals lampen verwisselen



Persoonlijke verzorging

- Aan- en uitkleden
- Haarverzorging en krulspelden inzetten
- Wassen
- Scheren van het gezicht
- Nagelverzorging
- Helpen met toiletgang
- Make-up aanbrengen
- Gezicht verzorgen
- 's Avonds naar bed brengen
- Handmassage
- Helpen met uitvoeren van beweegoefeningen

Welzijn

- Samen muziek luisteren, televisie of film kijken
- Een spelletje doen
- Samen knutselen of handwerken
- Mee begeleiden met (beweeg)activiteiten
- Voorlezen van een boek of de krant
- Samen naar een activiteit gaan of een activiteit organiseren (met team Welzijn)
- Samen eten met het kerstdiner, of bij de frietmaaltijd, pannenkoekenmaaltijd of op uitnodiging
- (Achter)kleinkinderen meenemen
- Dieren meenemen
- Samen zingen
- Kriebelen/massage
- Samen naar de kerkdienst of kerkradio luisteren
- Samen foto's kijken
- Even naar buiten (lopend, rolstoel of duofiets) of door dorp wandelen
- Op verjaardagsvisite gaan
- Een ritje maken met de auto
- Naar de markt, een terrasje pakken, ijsje eten of samen boodschappen doen
- Ophalen voor familieaangelegenheden/bezoek
- Meegaan met een uitje
- Cadeautjes verzorgen bij speciale dagen
- Uit eten gaan
- Een levensboek of fotoalbum maken
- Op een (mini)vakantie gaan

Algemeen

- Lid worden van de Cliëntenraad
- Algemeen vrijwilliger worden (zo kunt u ook voor medebewoners wat betekenen)

Dit document vindt u ook op onze website: <https://szr.nl/welkombijszr/informatie-voor-naasten/familie-en-mantelzorgers/>