

# Praatplaat en online cursus over contact houden met dierbaren

Voor iedereen die niet meer op bezoek kan bij een dierbare in het verpleeghuis, ontwikkelde de Dementie academie een praatplaat en een online cursus over de mogelijkheden die er nog wél zijn. Deze middelen zijn gemaakt om mantelzorgers en zorgprofessionals te helpen om te gaan met deze complexe situatie. Lees 3 vragen aan de maker Saskia Danen.

## Praatplaat met tips voor mantelzorgers

De praatplaat biedt tips en adviezen voor mantelzorgers en naasten om contact te houden met een dierbare in het verpleeghuis. Het advies? Zoek creatieve oplossingen die passend zijn in de situatie. Een tip: doe een kleine verrassing bij de schone was of zet die bij de sluis, bijvoorbeeld een kaart, een foto of iets lekkers. Andere tips op de praatplaat gaan over: wel of niet vertellen wanneer je weer komt en wat er aan de hand is. En over telefonische hulplijnen en ondersteuning bij beeldbellen. Voor dat laatste kunnen ouderen terecht bij de helpdesk 'Welkom Online' van het Nationaal Ouderenfonds. Ga naar [de website](#) of bel 088 - 344 2000 (werkdagen 9-17u). [Download de praatplaat Contact houden met een dierbare in het verpleeghuis ten tijde van Corona](#) (pdf)

### Contact houden met een dierbare in het verpleeghuis ten tijde van Corona

**Ieder mens is anders.**  
Uw partner, vader of moeder verblijft in een verzorgings- of verpleeghuis. Het is verdrietig dat u niet op bezoek kunt. Misschien is dit nog wel moeilijker voor u dan voor hem / haar. Omdat elk mens en elke situatie anders is, is het zoeken, wat bij jullie past. Bespreek met de vaste verzorgende wat de mogelijkheden zijn en op welke manier u contact wilt en kunt onderhouden. Samen creatieve oplossingen bedenken is de sleutel!







**Kunt u iets neerzetten in de sluis of bij de schone was?**  
Uw dierbare kunt u wellicht verblijden met een kaart, tekening of foto's van vroeger! Een luisterboek, gesproken bericht of mooie muziek. Is er een bepaalde geur die mooie herinneringen of geborgenheid op roept? Of wellicht iets lekkers, door u gemaakt?





**Vertellen of juist niet?**  
Veel familieleden kiezen er voor niets te vertellen over het Coronavirus om ongerustheid te voorkomen. Op de vraag; "Wanneer kom je weer?" Zou u kunnen antwoorden:

- "Dat weet ik nog niet precies, maar zodra ik het weet, dan hoort u het."
- "Zo snel mogelijk!"
- "Binnenkort, ik ben momenteel erg druk met ... (werk, kinderen enz)."

**Hulp nodig bij beeldbellen?**  
Beeldbellen kan een uitkomst zijn - vraag dit na bij de verzorgende. Met het gratis lesprogramma Welkom Online leert een vrijwilliger u hoe u kunt beeldbellen, welke handige apps er zijn en hoe u filmpjes en foto's van vroeger kunt bekijken.

[www.ouderenfonds.nl/activiteiten/welkom-online](http://www.ouderenfonds.nl/activiteiten/welkom-online)



**Hulplijnen in tijden van corona**

	• Ouderenbond ANBO: <b>0348-466666</b>	Luisterend oor, vragen over het Coronavirus.
	• Het Rode Kruis: <b>070-445888</b>	Luisterend oor, praktische tips en hulp bij het online boodschappen doen.
	• De luisterlijn: <b>0900 - 0767</b>	Luisterend oor, dag en nacht bereikbaar.
	• De Alzheimer telefoon: <b>0800 - 5088</b>	Luisterend oor, advies bij dementie. Dagelijks 9.00-23.00.
	• De Ouderen-Infolijn KBO-PCOB: <b>030-3400600</b>	Voor alle vragen over Corona tijdens kantooruren.
	• Het Humanistisch verbond: <b>020-5219011</b>	Gesprek met een humanistisch geestelijk verzorger over levensvragen. Ma t/m vrij 10:00-12:00.
	• Mantelzorglijn: <b>030-7606055</b>	Luisterend oor, vragen over mantelzorg en het Coronavirus. Ma t/m vrij 9.00 tot 16.00 uur.

Co-productie van [www.dementieacademie.online](http://www.dementieacademie.online) en [www.doormiddelvan.nl](http://www.doormiddelvan.nl)

## Vraag 1: Wat zijn de ervaringen van mantelzorgers met de praatplaat?

Saskia: 'Van verschillende mantelzorgers hebben wij reacties gekregen dat ze blij zijn met de tips. Vooral het zinnetje: 'misschien is het voor u nog wel moeilijker dan voor hem/haar' zet veel mensen aan het denken. Ook de tip om weer 'ouderwets' te gaan corresponderen als beeldbellen niet gaat, blijkt goed te werken. Zo doet mijn eigen moeder nu steeds briefjes bij de schone was en sturen mijn broer en ik kaarten met foto's van vroeger. Mijn vader laat dit met trots zien aan de verzorgenden en schrijft op zijn manier terug. Mijn moeder heeft een kladblok gekocht en om de paar dagen krijgt ze met de vuile was, hele vellen vol geschreven mee terug. Het is niet altijd even goed leesbaar, maar we krijgen zo een indruk wat mijn vader bezig houdt en van de verzorgenden horen we dat het echt een uitlaatklep voor hem is.'

## Vraag 2: Voor wie is de praatplaat bedoeld?

'Hij is in eerste instantie gemaakt voor mantelzorgers en familieleden die geconfronteerd zijn met de bezoeksstop in de verpleeghuizen. Inmiddels wordt hij ook gebruikt door mensen die thuis voor iemand zorgen maar niet op bezoek mogen. Veel zorgverleners gebruiken hem om mensen tips te geven. Ik ken verpleeghuizen waar de praatplaat bij het klantcontactcentrum ligt, waar ze veel telefoontjes krijgen van verontruste mantelzorgers.'

## Online cursus Dementiezorg - Contact in tijden van Corona

De online cursus voor zorgprofessionals is ontwikkeld om zorgprofessionals bewust te maken van de impact die het coronavirus heeft op de zorg aan mensen met dementie en hun mantelzorgers. De cursus of kennisbundel helpt je op weg om creatieve oplossingen te bedenken om de impact op mensen met dementie te beperken. Wat leer je?

- Wat de invloed van de corona-uitbraak is op mensen met dementie.
- Wat de psychologische effecten van de corona-uitbraak zijn en hoe je hiermee om kunt gaan.
- Wat de achtergrond is van het besluit om verpleeghuizen te sluiten.
- Wat jij kunt doen om de zorg en welzijn voor mensen met dementie in tijden van corona te optimaliseren.

Ga naar de online cursus [Dementiezorg - Contact in tijden van Corona](#)

## Vraag 3: Waarom heb je de cursus ontwikkeld?

'De cursus of kennisbundel is ontstaan nadat ik als mantelzorger zelf geconfronteerd werd met de bezoekstop van het verpleeghuis waar mijn vader woont. Mijn moeder en ik stonden letterlijk voor een dichte deur. Uiteraard deel ik de mening dat het in deze ingewikkelde en onzekere tijd rond het coronavirus van groot belang is dat kwetsbare cliënten en zorgprofessionals beschermd worden. Maar ik wil ook graag de andere kant belichten en laten zien wat de impact op mensen met dementie en hun naasten is. Met deze online cursus wil ik mantelzorgers en zorgprofessionals handvatten geven hoe om te gaan met deze complexe situatie. '

- Naar de online cursus [Dementiezorg - Contact in tijden van Corona](#)
- Of ga via de [website Dementie academie](#) (scroll naar het kopje Gebruik je hersens > gratis online cursus Dementie en Corona)

## Over de makers

Saskia Danen van de Dementie academie is niet-praktiserend verpleegkundige en gezondheidswetenschapper. Voor de praatplaat werkte zij samen met Marieke Dooremalen (vormgeving) van Bureau Door Middel Van. Marieke is tevens verpleegkundige/POH en gezondheidswetenschapper en Laura Hulsbosch (tekst) is Sociaal Agoog bij Vivium Zorggroep. Er zijn praatplaten in de maak in het Turks en voor mensen die thuis zorgen voor iemand met dementie. Saskia actualiseert de kennisbundel als daar aanleiding voor is.

Lees ook het interview [Steeds meer verpleeghuizen gaan op slot: wat nu?](#) met Saskia Danen op [alzheimer.nl](#)