

ERGO Dichtbij

In dit nummer

- 1 Valpreventie
- 2 GAOW
- 3 Handtherapie
- 4 Spreekuur zorgkringloop
- 5 Rollator wandelgroep

Alweer een paar jaar geleden zijn Floor Jansen en Martine Peek gestart met de praktijk Ergo Dichtbij. Nilke Duinkerken heeft zich per oktober aangesloten. De ergotherapeuten behandelen cliënten in verschillende gebieden; Castricum en omstreken, Amsterdam Centrum-Oost en Noord. We besteden extra aandacht aan valpreventie, handtherapie en het community werken. Ergo Dichtbij ontwikkelt ook digitale scholingen (Ergo Scholing Dichtbij). Op dit moment is de eerste scholing beschikbaar, namelijk Korsakov en ergotherapie: introductie en interventie. Binnenkort komen er meer digitale scholingen online.



*Ergotherapie maakt
meedoen mogelijk*

*Ergotherapie om veilig
zelfstandig te kunnen
wonen*

*Ergotherapie zorgt voor
eigen regie*

Valpreventie

De ergotherapeut geeft adviezen over valpreventie in en om het huis. Samen met de cliënt maakt zij een valrisicoanalyse en geeft ze adviezen over hoe de risico's in de omgeving zoveel mogelijk kunnen worden beperkt. Ook komt aan de orde hoe de cliënt op een veilige manier activiteiten zoals bijvoorbeeld douchen kan uitvoeren. De ergotherapeut stelt concrete doelen op samen met de cliënt. Daarnaast biedt Ergo Dichtbij in samenwerking met fysiotherapie en oefentherapie valpreventietraining in groepsverband aan.



Ouderen in beweging

In februari start Ouderen in beweging in Castricum, "activeren en verbinden". Ergo Dichtbij verzorgt het GAOW programma. Dit programma is reeds gestart in Amsterdam West. Het programma West Ouder Wijzer, voor en door senioren. In een kleine groep onderzoeken we wat van belang is bij het ouder worden. We verkennen onszelf, onze situatie en onze toekomst. Samen weten we meer en helpen we elkaar.



Handtherapie

Floor en Martine hebben beide in oktober de opleiding voor handtherapie afgerond.



De handtherapeuten van Ergo Dichtbij zijn gespecialiseerd in het behandelen van klachten aan de hand en pols. Dit kunnen bijvoorbeeld pijnklachten zijn vanwege slijtage (artrose) of overbelasting, maar ook tintelingen. Tevens verrichten we nazorg bij een breuk.

Daarnaast kijken we als ergotherapeut naar de invloed van de klachten op dagelijkse handelingen. Samen met de cliënt bepalen we wat er nodig is om noodzakelijke of gewenste activiteiten zo snel mogelijk weer uit te kunnen voeren.

Rollatorwandelgroep

In Castricum is Martine samen met Fysiopool gestart met een rollator wandelgroep. De wandelgroep richt zich op ouderen met als doel hen te stimuleren tot een actieve levensstijl. Het creëert ook een sociaal netwerk en bevordert de participatie.



Spreekuur
Ergo Dichtbij
Elke donderdag van 10:00 - 12:00
Niike Duinkerken

- Tweehandige hulpmiddel aanschaffen en op maat laten instellen
- Zelfstandig thuis blijven wonen
- Meer eigen regie
- Zelf weer van A naar B
- Kleine reparaties
- Advies over wet- en regelgeving

Ergotherapeutisch advies en advies op maat. Het is mogelijk om te spreken over de aanpak van problemen. Voor vragen kunt u terecht op het spreekuur, aan het telefoonnummer of via de website www.ergodichtbij.nl

ergodichtbij | LOCATIE | ZWABO

Spreekuur zorgkringloop

In Amsterdam Noord is Niike gestart met een spreekuur bij de plaatselijke kringloop, de Locatie. Tijdens het spreekuur geeft ze advies over de aanschaf van een hulpmiddel, zelfstandig thuis blijven wonen, meer eigen regie en andere onderwerpen. Als er meer tijd nodig is, plant zij een huisbezoek in.

Nilke Duinkerken: 0626975610 (Locatie Amsterdam Noord)

Floor Jansen: 0615080136 (Locatie Amsterdam Centrum-Oost)

Martine Peek: 0614473565 (Locatie Castricum e.o.)

www.ergodichtbij.nl

info@ergodichtbij.nl