



# Vorming, Training en Opleiding in organisaties

rond gezondheid, welzijn en zorg

**Zorg·Saam**<sup>vzw</sup>

[www.zorgsaam.be](http://www.zorgsaam.be)

g - ondersteuning - vorming - opleiding - ondersteuning



## WIE ZIJN WIJ?

Zorg-Saam vzw is een landelijke vormingsinstelling gespecialiseerd inzake 'zorg' en erkend door het ministerie van cultuur. Centraal in onze vorming en opleiding staat het zorgvaardiger worden binnen de eigen context, het kwalitatief groeien in het omgaan met jezelf en anderen. Tijdens onze vorming benadrukken we de kwaliteit van het leven, samenwerken, ruimte om individueel te ontplooiën, respect, verbondenheid en openheid.

## ONZE VORMING

Zorg-Saam biedt vorming aan in verschillende organisaties rond gezondheid, welzijn en zorg.

We hebben een uitgebreid aanbod uitgewerkt voor zowel basispersoneel, middenkader als leidinggevend in de zorg. Daarnaast bieden we vorming aan voor mantelzorgers en vrijwilligers.

Naast de vorming en opleiding die we aanbieden, verzorgen wij ook vorming op maat.

Al onze vormen zijn altijd praktijkgericht en interactief.

## BEGELEIDING EN ONDERSTEUNING

Zorg-Saam biedt aan teams en organisaties ondersteuning en begeleiding. In afspraak met de opdrachtgever wordt nagegaan wat juist de behoefte van de organisatie is en wat de mogelijkheden van Zorg-Saam zijn om hierop in te spelen.

Teambegeleiding en intervisie zijn de twee meest gevraagde vormen.

## PRAKTISCHE INFO

**Locatie:** U zorgt voor een aangepast lokaal, d.w.z.: voldoende ruimte, liefst met daglicht en voldoende verluchting met het nodige didactisch materiaal.  
Zowel deelnemers als begeleiders vinden het prettig als er koffie, thee en water klaar staat.

**Aantal deelnemers:** Maximum 20 deelnemers, tenzij anders vermeld in de brochure.

**Kostprijs:**

**Vorming:**

- vorming: 10 - 20 deelnemers: € 375/dagdeel van maximum 3 uur.  
+ 20 deelnemers: € 30/persoon/dagdeel extra
- verplaatsing: € 0,30/kilometer
- documentatie: € ,10/kopie

**Vorming voor leidinggevend:**

- vorming: maximum 16 deelnemers: € 425/dagdeel van maximum 3 uur.
- verplaatsing: € 0,30/kilometer
- documentatie: € 0,10/kopie

**Intervisie/Teambegeleiding:**

- begeleiding: maximum 10 deelnemers: € 25/dagdeel van maximum 3 uur.
- verplaatsing: € 0,30/kilometer
- documentatie: € 0,10/kopie

**Aanvragen:** Voor meer inlichtingen kan u ons steeds contacteren:  
telefonisch: 016/24 39 75 of  
per mail zenden aan [zorgsaam@zorgsaam.be](mailto:zorgsaam@zorgsaam.be)  
of een kijkje nemen op de website  
[www.zorgsaam.be](http://www.zorgsaam.be)

Neem tijdig contact!



## ■ Communicatie in-zicht

2 dagdelen

Ik zie dit, jij ziet dat.

Ik hoor dit, jij hoort dat.

Jij zegt iets, ik hoor wat anders.

Wat je ziet en hoort en de betekenis die je hieraan geeft, heeft invloed op jouw communicatie. Het gebeurt maar al te vaak dat we elkaar misbegrepen hebben. In de zorg kunnen kleine misverstanden echter grote gevolgen hebben.

In deze module kan je ontdekken hoe dit bij jou werkt.

## ■ Communicatie-vaardig

2 dagdelen

Communicatie wordt vaak gezien als babbelen, kletsen, van je laten horen,... Hier is op zich niets mis mee. En het is meer dan dat.

Wat je voelt en denkt helder te formuleren is ook een belangrijk aspect binnen zorgzame communicatie.

Een spreker kan echter niet zonder een luisteraar. In de zorg voor anderen neemt luisteren een belangrijke plaats in binnen de zorgtaak.

Daarom zetten we de ontvangende rol in deze module eveneens in de verf.

## ■ Observeren en rapporteren in de zorg

2 dagdelen

Professionele zorg voor mensen gaat hand in hand met goed observeren en duidelijk rapporteren.

Voor iemand zorgen betekent in de gaten houden hoe het met die persoon gaat en je daar medeverantwoordelijk voor voelen.

Het is nodig oog te hebben voor bepaalde gedragingen; ze te observeren en af te wegen en in te schatten of het nodig is om ze door te geven aan collega's. En ze tenslotte op een heldere manier mondeling of schriftelijk te rapporteren.

Dit alles heeft te maken met zorg op maat. Je observeert, rapporteert, signaleert om de cliënt of de bewoner op het juiste moment de juiste zorg te bieden.

Tijdens deze samenkomsten staan we stil bij de moeilijkheden die we kunnen tegen komen bij deze ogenschijnlijke vanzelfsprekende vaardigheden.

## ■ Kritiek geven en ontvangen

2 dagdelen

Kritiek krijgen is lastig. Kritiek geven is soms nog moeilijker. Duidelijk is dat beiden vaak spanning oproepen.

Verkeerd begrepen kritiek, slecht verwoorde kritiek kan irritatie geven en tot ruzie leiden. En dat willen we meestal niet.

We staan stil bij hoe je kritiek best verwoordt. Eenmaal je duidelijk hebt wat je precies wil zeggen en wat je wil bereiken, kan je trachten je kritiek in heldere bewoording, neutraal geformuleerd en zonder beschuldigingen te brengen.

We gaan ook dieper in op hoe je kritiek kan zien als een kans om je prestaties te verbeteren. Door goed te luisteren, toelichting te vragen en vervolgens te wikken en te wegen of je er iets mee kan en wil doen.

We werken aan de hand van eigen ervaringen en persoonlijke inbreng.

## ■ Beeldvorming in de zorg

2 dagdelen

Ieder van ons heeft een bepaald beeld over de ons omringende werkelijkheid. We vormen ons een bepaald beeld over onszelf, onze partner, onze buur, onze cliënt,...

Beelden en opvattingen over anderen hoeven echter niet altijd overeen te stemmen met de werkelijkheid. Onze opvattingen kunnen dus wel eens onjuist blijken te zijn.

Beelden beïnvloeden de wijze waarop we met elkaar en met die ander(en) omgaan. Het zijn dus niet zomaar opvattingen, ze hebben wel degelijk invloed op ons gedrag, op onze verwachtingen ten aanzien van anderen.

Een onjuist beeld kan daardoor leiden tot een onjuiste benadering van die ander(en). Het is daarom van belang even stil te staan bij dit proces van beeldvorming en bij het beeld dat eenieder van ons heeft over ouderen, zorg, zieken,...

Tijdens deze vorming staan we op een creatieve manier stil bij beeldvorming.

## ■ Omgaan met discriminerende cliënten

2 dagdelen

Zichtbare en onzichtbare verschillen tussen mensen zoals leeftijd, geslacht, etniciteit, geloof, werkervaring en dergelijke zorgen voor een rijkdom aan diversiteit.

Maar soms geven deze verschillen aanleiding tot vooroordelen en/of discriminerend gedrag. Tijdens deze vorming staan we zowel stil bij diversiteit als bij vooroordelen en discriminatie.

We onderzoeken "hoe je daarmee om gaat", "hoe je effectief kan communiceren met respect voor de ander én voor je eigen grenzen"? Naast inhoudelijke inbreng is er ruimte voor eigen ervaringen en ruimte om te oefenen op basis van concrete situaties.

## ■ Eigen waarden en normen in de zorg

2 dagdelen

Waarden zijn dieperliggende opvattingen van de mens. Waarden geven aan hoe jij alles om je heen waardeert.

Normen zijn opvattingen over hoe men zich moet of juist niet mag gedragen. Het zijn concrete gedragsregels die aangeven wat er verwacht wordt in een bepaalde situatie.

In het leven, in de samenleving en dus ook in de zorgverlening spelen waarden en normen een belangrijke rol.

In de zorgverlening neem je steeds jezelf mee, met jouw eigen waarden en normen.

En niet alle mensen hebben dezelfde normen en waarden als jij. Die confrontatie is niet altijd even makkelijk.

Het is belangrijk om als zorgverlener stil te staan bij volgende vragen:

- Welke waarden en normen zijn belangrijk voor mij?
- Hoe ga ik ermee om als een cliënt of collega er andere normen en waarden op na houdt?
- Leg ik mijn waarden en normen op? Of pas ik me onmiddellijk aan aan die van anderen?

## ■ Grenzen in de zorg

2 dagdelen

*Ik geef veel te makkelijk toe...*

*Die cliënt gaat steeds over de schreef en ik weet niet hoe ik erop kan reageren...*

*Ik ben er toch om haar te helpen, dan kan ik toch niet...*

...

Nogal wat mensen hebben het moeilijk om grenzen te accepteren en te respecteren. Ze vinden het lastig om hun eigen grenzen aan te geven en/of ze vinden het moeilijk om de grenzen van anderen te respecteren.

Zeker in de zorgverlening speelt dit thema.

Sommige cliënten hebben veel problemen om zich te houden aan de grenzen van de geboden hulpverlening en hebben er moeite mee als ze tegen een grens aanlopen.

Maar evenveel zorgverleners hebben moeite met dit thema. Zij zitten soms gewrongen tussen de verwachtingen van de cliënt en hun eigen grenzen ( en/of de grenzen van de dienst).

In deze vorming gaan we vooral op zoek naar hoe grenzen voor ons spelen, wat ze betekenen, wat ze oproepen, ...

## ■ Aanraken en aangeraakt worden

4 dagdelen

In de zorgsector heb je dagelijks te maken met dit thema. Je werkt met mensen die hulpbehoevend zijn en afhankelijk zijn van de verzorging van anderen. De mate van fysieke beperking bepaalt welke de hulpvraag is en hoe dicht je bij de cliënt mag/moet komen. Wanneer je reeds jaren dit werk doet, sta je er nog nauwelijks bij stil.

Wellicht sta je er ook niet (meer) bij stil dat je zelf ook voortdurend wordt aangeraakt.

Aanraken is ook aangeraakt worden. Naast de verzorging kan er ook fysiek contact tussen verzorger en cliënt zijn in het dagdagelijkse samenzijn, de activiteiten, ...

In deze vorming staan we stil bij het thema 'aanraken en aangeraakt worden' vanuit de positie van de verzorger en belichten we 2 zaken:

- hoe kunnen we in het contact met de cliënt goed voor onszelf zorgen?
- hoe kunnen we de kwaliteit van het aanraken vergroten?

## ■ Help laat me los: Stopzetten van agressie

2 dagdelen

Meer en meer worden we ongewild geconfronteerd met agressie in de zorg. Wat kan je doen als agressie zich toch voordoet? Agressie onder bewoners en/of naar jezelf.

In deze training kijken we vanuit het agressieschema wat we kunnen doen als het toch fout loopt.

Via eenvoudige inzichten en vaardigheden leren we hoe we agressie kunnen voorkomen en kunnen stopzetten. We hebben eveneens oog voor de nazorg ervan.

## ■ Op zoek naar je eigen kwaliteiten

2 dagdelen

Als iemand jou vraagt wat jouw belangrijkste kwaliteiten zijn, sta je dan met je mond vol tanden of heb je direct een antwoord klaar? En als je al een antwoord hebt, kom je dan verder dan dat ene verhaaltje dat al jaren ongeveer hetzelfde is? Iets in de trant van: "ik kan goed luisteren en ik ben vriendelijk tegen de mensen"???

Meestal zien we snel waar andere mensen goed in zijn maar houden we ons niet bezig met onze eigen kwaliteiten. Nochtans heeft iedereen eigen vaardigheden, talenten en kwaliteiten.

Tijdens deze cursus gaan we op een speelse en creatieve manier op ontdekkingsstocht naar de rijkdom van jouw kwaliteiten. Immers hoe beter je weet welke kwaliteiten jij bezit, hoe beter je ze kan inzetten om de kwaliteit van je leven te verhogen.

## ■ Fluitend naar je werk

4 dagdelen

Misschien is "het fluiten" vandaag voor jou ver weg...

In je loopbaan kunnen zich verschillende omstandigheden voordoen waardoor je arbeidsmotivatie en vitaliteit afneemt: te lang hetzelfde werk met weinig afwisseling, te weinig verbinding met je persoonlijke wensen en inspiratie, een verstoord evenwicht tussen werk en privé, een stresserende herstructurering, enz...

Je verlangt om (terug) al fluitend naar je werk te gaan.

Juist in dit verlangen ligt jouw weg tot het hervinden van je energie en vitaliteit. Een weg die je zelf moet/wil gaan, met vallen en opstaan. Deze opleiding biedt handvatten om inzicht te krijgen op de volgende vragen:

- wie ben ik en waar sta ik?
- wat ken en kan ik?
- waar wil ik naartoe?

Via verschillende opdrachten en oefeningen breng je jouw troeven in kaart:

- analyse van je werkervaring en je kwaliteiten
- oefeningen rond waarden, zingeving en vaardigheden
- opmaak van jouw individueel actieplan.

Dit actieplan is jouw kompas op je weg naar verandering.

Je wil toch terug fluiten, niet?

## ■ Zorgzaam samenleven met verschillen

4 dagdelen

Elke dag opnieuw komen we in contact met steeds groter wordende verschillen tussen mensen en groepen: ouderen en jongeren, allochtonen en autochtonen, zieken en gezonden, mannen en vrouwen, heteroseksuelen en holebi's, veelverdieners en minderbegoeden,... Al deze verschillen kunnen zorgen voor een grote afstand tussen mensen onderling. Sommigen onder ons ervaren oppervlakkigheid in contacten, voelen een gebrek aan solidariteit, ... Anderen worden onzeker of zelfs bang bij al die verscheidenheid.

Maar hoe groot zijn die verschillen nu werkelijk? Wanneer vormen ze een probleem? Hoe ontstaat die afstand tussen mensen? Is discriminatie een onoverkomelijk gegeven? Hoe kunnen we het onszelf en anderen makkelijker maken? Wat kunnen we eraan doen?

Doordat je stilstaat bij bovenstaande vragen krijg je de gelegenheid om meer bewust te worden van wie je bent, op welke manier je naar de wereld kijkt en hoe je in het leven staat.

## ■ Samenwerken in een team

2 of 3 dagdelen

Binnen een team krijg je op een intensieve wijze met collega's te maken. Dat kan enerzijds verrijkend zijn en de zorgverlening ten goede komen; anderzijds kan het ook wrevels naar boven brengen.

Samenwerking is mooi, maar niet vanzelfsprekend.

Het vraagt dat we onze positie duidelijk durven innemen, voor onze mening durven uitkomen, observaties kunnen verwoorden, leren signaleren en dat we oog en oor hebben voor de positie en de mening van collega's en van verantwoordelijken.

Tijdens deze navorming zullen we op de verschillende aspecten ingaan op een heel interactieve wijze.

## ■ De zorgbalans in evenwicht

2 dagdelen

- Altijd klaar staan voor...
- Zien wat de ander nodig heeft...
- Tijd maken voor...
- Aandachtig luisteren naar het verhaal van...
- ...

Zorg dragen voor anderen vraagt veel van zorgverleners. De hulpvrager/cliënt staat centraal. De zorgverlener zet zichzelf op de tweede plaats en vergeet vaak te zorgen voor zichzelf.

Toch is het zo dat wie zorg verleent, ook zorg nodig heeft. Soms, of vaak, verwachten we die zorg en aandacht van anderen. Dat is oké, en toch we zijn ook zelf verantwoordelijk voor ons welzijn.

Samen verkennen we hoe we zorg geven, zorg ontvangen, zorg vragen en zorg weigeren. We ontdekken hoe we met meer zelf-zorg in ons leven en ons werk kunnen staan.

## ■ Omgaan met stress

3 of 4 dagdelen

“Uitgeput thuiskomen, snel geïrriteerd raken, slecht slapen, steeds meer tegen dingen opzien, je slecht kunnen concentreren,…” Misschien herken je hier iets van en heb je al wel eens gedacht dat stress de mogelijke oorzaak van deze klachten kan zijn. Stressklachten kunnen naar en vervelend zijn. Toch hebben ze een belangrijke functie. Ze waarschuwen je dat er iets aan de hand is en dat er iets moet gebeuren om erger te voorkomen.

Maar wat? En hoe?

Tijdens deze cursus krijg je informatie over de lichamelijke en emotionele reacties waaraan je stress kan herkennen. Ook staan we stil bij de mogelijke oorzaken van stressklachten.

Je krijgt methoden aangereikt om stress te voorkomen of te verminderen. Zo werken we met ontspanningsoefeningen, trachten we een andere kijk te ontwikkelen op stress-situaties, ontwikkelen we vaardigheden die je kunnen helpen anders om te gaan met belastende situaties.

Via opdrachten en oefeningen ervaar je wat voor jou het beste werkt.

## ■ Eenvoudige massages voor dagelijks gebruik

1 dagdeel

Ligt er druk op je schouder? Voel je spanning in je nek?  
Loop je op zware benen? Zijn je handen gespannen?  
Veel van de dagelijkse stress zet zich vast in je spieren.

Deze eenvoudige massagetechnieken brengen verlichting bij stress, hoofdpijn en stramme spieren en heft vermoeidheid op. De massage gebeurt op de kleren en bestaat uit strijk- en kneedbewegingen.

Je kan ze dagelijks toepassen, bij jezelf, je collega's en hulpbehoevenden

## ■ Handen-, voeten- en gezichtsmassage

2 dagdelen

Ongeacht leeftijd en lichamelijke conditie, iedereen heeft baat bij massage. Aanraken en aangeraakt worden is één van onze basisbehoeften. Respectvolle aanraking geeft erkenning en bevestiging. Zonder aanraking gaan we ons geïsoleerd voelen. Daarom kan massage heel goed zijn voor mensen die alleen zijn of mensen die een rouwproces doormaken. Veel mensen merken na afloop van een massage meer gevoel in het lichaam, een betere doorstroming, een meer aanwezig zijn en ontspanning.

Massage is ook een manier om contact te leggen. Een andere manier van ontmoeting en aanwezig zijn bij de ander.

Masseren kan iedereen en brengt ook ontspanning voor de gever.

Een rustpunt zowel voor de gever als de ontvanger.

En in die rust is er ruimte voor een verhaal, het delen van een ervaring.

## ■ Lachen is gezond

2 dagdelen

Humor in de zorg: medicijn voor lichaam en geest.

Humor is één van de weinige 'medicijnen' die gelijktijdig op lichaam, emoties en geest een helende werking uitoefent.

Humor kan zowel naar patiënten en bewoners als binnen een team van verzorgend en verplegend personeel belangrijke functies vervullen.

Met humor kan je jezelf, een situatie of gebeurtenis relativeren, conflicten voorkomen, lichtheid brengen. Mensen met gevoel voor humor weten 'speels' om te gaan met (moeilijke) situaties, beschikken over flexibiliteit en creativiteit om problemen op te lossen.

Naar de bewoner/patiënt toe is humor zinvol om bvb. angst te reduceren of om met gekwetste gevoelens om te gaan.

Humor komt nooit in de plaats van verdriet of pijn maar kan het verdriet of de pijn helpen dragen.

Tijdens deze vorming bekijken we wat humor kan betekenen in de zorg voor onszelf en naar de zorgvrager toe.

Wanneer kan humor? Welke rol speelt de zorgvrager hierin? Hoe werkt humor? Waarop moeten we letten als we humor willen gebruiken? Waar ligt de grens?

## ■ Aromatherapie

2 dagdelen

Deze vorming geeft een initiatie aromatherapie in de zorg. Dit wil zeggen dat deze initiatie aromatherapie is afgestemd op deelnemers die dit wensen toe te passen in concrete zorgsituaties.

De 32 meest gebruikte etherische oliën en hun toepassingen op psychisch en fysiek vlak komen aan bod. We leren ook de verschillende oliën te combineren in synergiën.

Daarnaast worden enkele draagoliën besproken, zodat we kunnen leren hoe we bijvoorbeeld bad- of massageolie kunnen maken.

## ■ Helpen in kansarme gezinnen

2 dagdelen

Kansarme gezinnen, wie zijn ze? Hoe leven ze? Op deze vragen krijgen we niet altijd een antwoord. Soms staan we er ook niet bij stil. Tot een kansarm gezin aan de deur klopt met de vraag geholpen te worden. Dan ontmoeten twee werelden elkaar, twee werelden die zeer weinig van elkaar weten. En dan ontstaan er vaak botsingen, omdat de communicatie tussen deze werelden soms stroef en moeizaam verloopt.

Verzorgenden die werken in kansarme gezinnen worden geconfronteerd met die problemen waar het gezin dagelijks mee kampt: slechte huisvesting, plaatsing van kinderen, weinig geld,...

In deze samenkomsten staan we stil bij de verschillende visies op armoede, het levensverhaal van kansarmen, de vele moeilijkheden waar deze mensen mee leven. We bekijken hoe je als verzorgende bepaalde vaardigheden kan ontwikkelen en hoe je een steun kan worden voor het gezin.

## ■ Inleiding in de leefwereld van de psychiatrische patiënt voor de nevendiensten

2 dagdelen

Veel medewerkers die niet in de directe patiëntenzorg tewerkgesteld zijn zoals receptionisten, medewerkers patiëntengelden, medewerkers onderhoud, technische dienst, cafetariamedewerkers,... worden vaak geconfronteerd met dikwijls onbegrijpbaar gedrag van patiënten en bewoners. In deze vorming krijgen we zicht op de leefwereld van de patiënt en bewoner, waardoor het gedrag ook meer begrijpbaar wordt. We focussen op de leefwereld en het gedrag van patiënten en bewoners met een psychotische stoornis, een stemmingsstoornis, een persoonlijkheidsstoornis en een verslaving. Daarnaast worden basale communicatieve vaardigheden aangeleerd waardoor medewerkers meer zelfzeker het contact met de patiënt en bewoner kunnen aangaan.



## ■ Opvoeden is liefdevol kordaat zijn

1 dagdeel

Goed opvoeden, hoe doe je dat? Opvoeden leek vroeger een heel "natuurlijke" zaak, nu blijkt het een weg vol vragen en twijfels te zijn. Kinderen dragen in zich een diepe behoefte aan koestering en liefde. Evenzeer hebben zij nood aan structuur en duidelijke grenzen. Hoe gaan we om met dit spanningsveld? Hoe gaan we op zoek naar een evenwicht in de opvoeding?

## ■ Aanmoedigen en begrenzen

1 dagdeel

Bij het omgaan met kinderen vertrekken we vanuit een positieve benadering van elk kind. Maar hoe liefdevol en positief kinderen ook benaderd worden, toch zullen alle kinderen wel eens grenzen overschrijden.

Af en toe moet er toch gestraft worden. Wat is een zinvolle straf? Welk effect wil ik als opvoeder bereiken? Hoe ga ik om met straffen en belonen? Hoe hou ik rekening met het individuele kind?

## ■ Kinderen zelfvertrouwen geven

1 dagdeel

Als volwassene ervaren we dagelijks hoe belangrijk zelfvertrouwen is om goed te kunnen functioneren. Zelfvertrouwen is niet iets waar kinderen mee geboren worden of dat ze zomaar cadeau kunnen krijgen. Het is iets dat groeit van in de wieg en dat via de opvoeding gestimuleerd moet worden.

Hoe kunnen we als opvoeder en ouder door onze houding/aanpak het zelfvertrouwen van kinderen stimuleren?

Over deze vraag buigen we ons.

## ■ Kleine mensjes, grote gevoelens

3 dagdelen

Kleine kinderen kunnen het nog niet altijd vertellen, maar ook zij hebben emoties. Meestal merken we die gevoelens op via hun gedrag: ze huilen veel, worden “stout”, vallen stil in hun spel.

Hoe kunnen we gevoelens herkennen en ermee omgaan?

We gaan dieper in op angst, woede en verdriet bij baby's, peuters en kleuters.

- een dagdeel rond angst en verdriet
- een dagdeel rond woede
- een dagdeel over de functie van sprookjes, verhalen, video en tv in de werking van gevoelens

## ■ Depressie bij kinderen en jongeren

2 dagdelen

Een depressie lijkt enkel voor te komen bij volwassenen of ouderen, maar steeds meer herkent men ook bij kinderen en jongeren de aanwezigheid van een depressie. Vaak blijkt er ook een samenhang aanwezig tussen de depressie en andere vormen van “probleemgedrag” zoals ADHD, anorexia nervosa, ...

We gaan samen op zoek:

Wat is een depressie? Hoe te herkennen? Wat er tegen doen? Maar vooral ook: hoe omgaan als ouder, opvoeder met jongeren of kinderen die een depressie doormaken?

## ■ Taalactivering 0 – 3-jarigen

1 dagdeel

Hoe leren kinderen taal? In welke stappen? Kun je ze daarin stimuleren en hoe doe je dat dan? Koop je dure boeken aan of is de cd van K3 van buiten leren voldoende?

In deze vorming wordt je geheugen over taalontwikkeling even opgefrist en kijken we hoe je taalontwikkeling kunt stimuleren. We gaan ook na hoe je meertalige kinderen op het rechte taalpad houdt. We bekijken materiaal en je krijgt tips voor taalactiveringsactiviteiten. Die cd van K3 van buiten leren, kán zinvol zijn!

## ■ Moeilijke etertjes

1 dagdeel

Eten heeft uiteraard veel en vooral met voeden te maken. Maar ook met op-voeden.

Via tips en voorbeelden bekijken we hoe je van de maaltijden een prettig, leerrijk en verassend moment kan maken. Iets om telkens weer naar uit te kijken! Hmmm...lekker!

We proberen antwoorden te zoeken op “Moeilijke eters - hoe los je dat op?”

## ■ Heksen en magie

1 of 2 dagdelen

Ontdekken dat de magische wereld ook leuk en creatief kan zijn!

Volledige uitwerking van het thema via knutselwerkjes, verhalen, recepten, verkleedpartijtjes en magische spreuken.

Bang om terug te keren als kikker, pompoen of prinses?

## ■ Bewegingspelletjes voor peuters en kleuters

1 dagdeel

Op speelse wijze kinderen voldoende beweging bezorgen. We oefenen allerhande spelletjes, gebruik makend van ons lichaam, en eenvoudige attributen. Je krijgt een goede set bruikbare tips voor binnen en buiten.

## ■ Een droomjob in de kinderopvang

1 of 2 dagdelen

Praten en ervaringen delen met collega's over “de job van je leven”!

Via een begeleid en openhartig gesprek tussen de deelnemers krijg je inzicht in jouw en anderen hun motivatie om te kiezen voor een job in de kinderopvang.

Gaandeweg kom je meer te weten... Waarom is het jouw job van je leven?

## ■ Inrichting van de kinderopvang – binnen en buiten

2 dagdelen

Je opvang nog uitnodigender en aantrekkelijker maken voor kinderen, ouders en jezelf!

Samen met je eigen fotomateriaal grasduinen we in 2 volle koffers video's, boeken, folders en komen we tot nieuwe inspirerende, haalbare en betaalbare ideeën om de opvang te renoveren of in te richten.

## ■ “Allemaal bestjes” in de opvang

1 dagdeel

Leren omgaan met dieren die al aanwezig zijn in de opvang (spin, vogel, ...). En leren omgaan met dieren die even op bezoek gaan. De aanwezigheid van dieren is heel belangrijk. Onderzoek heeft aangetoond dat kinderen en dieren een bijzondere band met elkaar hebben: ze zorgen voor elkaar.  
In deze vorming bespreken we de voordelen en nadelen, en geven we praktische voorbeelden.

## ■ Verantwoord speelgoed

1 dagdeel

Wat is “verantwoord speelgoed”?  
Hoe maak je de juiste keuze aangepast aan de leeftijd?

We hebben aandacht voor soorten speelgoed, wetgeving, veiligheidsrisico's, aansprakelijkheid, ...  
En we staan stil bij “aanbod, aankoop, opbergen, onderhoud” – al wat erbij komt kijken om de kinderen afwisselend en verantwoord speelgoed te bieden.

## ■ Zintuiglijk stimuleren van baby en peuter

1 dagdeel

Spelletjes zoeken die de zintuigen prikkelen.  
Kijken, horen, voelen, zien en ruiken!  
We gaan experimenteren met de zintuigen en ontwikkelen zo allerlei spelletjes voor baby's en peuters.

## ■ Minutenknutsels voor peuters en kleuters

1 dagdeel

Het aanleren van eenvoudige knutseltechnieken op niveau van peuters en kleuters.  
Via eenvoudige technieken kunnen we tot prachtige knutselwerkjes komen.  
Tijdens deze vorming praten we over “enkele minuten” werkjes...  
Materiaalkost per persoon: € 2

## ■ Creaties met afval

1 of 2 dagdelen

Leren knutselen met afval. Alles wordt voortaan bijgehouden want ( bijna ) alles kan je hergebruiken om mee te knutselen. Laat je inspiratie de vrije loop en knutselen maar!  
Je krijgt ook massa's nieuwe ideetjes om met de kinderen uit te proberen.

## ■ Verf in geuren en kleuren

1 dagdeel

Eenvoudige verftechnieken inoefenen, natuurlijke verf zelf maken.  
Schildersambities? Hier moet je zijn! Je krijgt een voorstelling van goedkope huis-tuin-keukenverfjes die je samen met de kinderen kan maken. We testen eenvoudige schilderstechnieken uit met verrassende borstels, stempels en toevoegsels.  
Materiaalkost per persoon: € 2

## ■ Diversiteit binnen de opvang

1 of 2 dagdelen

Onze samenleving is een smeltkroes, dat is een feit. Je ontsnapt er niet aan, niet op je werk, niet op school en ook niet in de opvang! Die diversiteit is boeiend en soms ook vermoeiend. Wat betekent dat, de hele wereld binnenkrijgen in je opvang? Hoe ga je om met al die verschillende achtergronden en gewoonten? Wat maakt het boeiend en wat maakt het vermoeiend?  
We bekijken de impact van diversiteit op jou en op je werk. We zoeken hoe je ermee kunt omgaan, waar je best rekening mee houdt en waar je je niet druk over hoeft te maken.

## ■ Discretie in de zorg voor kinderen

1 dagdeel

Goede kwaliteitsvolle zorg vraagt discretie. Het is voor diegene die beroep doet op jou, niet prettig om te ervaren dat hij of zij het onderwerp is van gesprekken of dat zaken uit het privé-leven niet meer privé blijken te zijn.  
Toch zijn er soms zaken waarvan je als zorgverlener vindt dat je die wilt of moet delen met anderen. Kan dat? Mag dat? Aan wie zeg je het? Wat zeg je?  
Tijdens deze vorming gaan we dieper in op deze vragen. Zo krijgen we inzicht in wat discretie echt is en wanneer het noodzakelijk is informatie te delen met de partners in de zorg.

## ■ Respectvol omgaan in de zorg voor kinderen

1 dagdeel

Zorg verlenen is een boeiend vak.

De kwaliteit van de zorg wordt waargemaakt door de persoon van de zorgverlener.

Respectvol omgaan met kinderen, ouders, familieleden, collega's is een vereiste. Mensen wensen waardig behandeld te worden en willen in hun waarde gelaten worden. Als zorgverlener is een aangepaste beroepshouding noodzakelijk.

Hoe moet dat nu in de dagelijkse praktijk?

Als zorgverlener stel je jezelf wel eens de volgende vragen:

- Is het goed wat ik nu doe?
- Is het kind en de ouder tevreden met de zorg die ik geef?
- En ik, ben ik tevreden?
- Hoe kan ik met eerbied voor mijn waarden en normen respectvol hulp bieden?
- Zijn er grenzen aan "zorg"?

Meestal is er door routine van alledag onvoldoende tijd om bij dit soort vragen stil te staan. Tijdens deze vorming werken we aan de hand van eigen ervaringen en persoonlijke inbreng.

## ■ Samenwerken in zorg voor kinderen

1 dagdeel

Binnen de zorg voor kinderen krijg je op een meer intensieve wijze met anderen te maken. Dat kan enerzijds verrijkend zijn en de zorgverlening ten goede komen; anderzijds kan het ook wrevels boven brengen. Samenwerken is mooi, maar niet vanzelfsprekend.

Het vraagt dat we onze positie duidelijk durven innemen, voor onze mening durven uitkomen, observaties kunnen verwoorden, leren signaleren en dat we oog en oor hebben voor de positie en de mening van anderen en van onszelf.

Tijdens deze vorming zullen we op de verschillende aspecten van samenwerking ingaan op een heel interactieve wijze.



## ■ De leefwereld van ouderen

2 dagdelen

Wat is er aan de hand met die oudere? Waarom reageert hij zo? Waarom is hij zo humeurig en kribbig? Waarom laten zoveel dingen hem ogenschijnlijk koud?

Reacties van een oudere op bepaalde gebeurtenissen zijn vaak moeilijk te begrijpen. Zij verbazen vele zorgverleners, ergeren soms, zorgen voor onbegrip.

De wereld van jongere mensen, die volop in het leven staan, verschilt echter grondig van de "leefwereld" van de oudere.

## ■ Reminiscentie bij ouderen

2 dagdelen

"Weet je nog, die keer...?" "En toen...". Een herinnering, ieder van ons heeft er duizenden te vertellen. En we doen dat ook met elkaar. Ook ouderen leven met hun herinneringen. Immers het verleden maakt deel uit van de mens. Het is onlosmakelijk verbonden met de persoon die de oudere is geworden. Reminiscentie is een weldoordachte manier om in contact te treden met de oudere.

In deze vorming gaan we op zoek hoe we reminiscentie kunnen toepassen in onze zorg voor de oudere.

## ■ Hoe integreer ik het levensverhaal in de dagelijkse zorg

4 dagdelen

'Je kunt er een boek over schrijven' horen we mensen wel eens zeggen wanneer ze over hun leven vertellen. Ons levensverhaal maken we zelf en we kunnen het herschrijven door niet alleen de dramatische en verdrietige verhalen op te diepen, maar ook de positieve ervaringen en het succes. In het werken met levensverhalen is de waarheid niet belangrijk maar het vormgeven aan de herinneringen zoals die zich tijdens het vertellen aandienen.

Er zijn verschillende manieren en technieken om het levensverhaal vorm te geven. Tijdens deze training verkennen we de verschillende manieren en mogelijkheden. We leren inzicht te krijgen in de wijze waarop we in onze dagelijkse zorg het levensverhaal meer aan bod kunnen laten komen en hoe we echte gesprekken kunnen voeren die tot meer diepgang leiden.

Deze vorming is interactief en vraagt een actieve bijdrage van de deelnemers bij de oefeningen.

## ■ Thuis in het rusthuis

2 dagdelen

Je thuis voelen...

Het is van de meest diepgaande en belangrijkste ervaringen in een mensenleven.

Als je je niet thuis voelt heeft dat invloed op lichaam en geest.

Als zorgverlener kan je een belangrijke bijdrage leveren aan het zich thuis voelen van bewoners.

We staan stil bij verschillende aspecten die essentieel zijn in het zorg dragen voor mensen. Aspecten die we vaak vanzelfsprekend vinden en die we net daardoor wel eens over het hoofd zien.

## ■ Omgaan met probleemgedrag bij ouderen

2 dagdelen

Veel klagen, vaak mopperen, agressief uit de hoek komen, onterecht beschuldigen,...

Probleemgedrag blijkt een verzamelnaam te zijn voor vele verschillende vormen van gedrag waarmee verzorgenden te maken kunnen krijgen.

Tijdens deze samenkomsten staan we stil bij de volgende vragen:

- Wat is de bedoeling van dit gedrag?
- Hoe ontstaat het probleemgedrag?
- Welke factoren kunnen probleemgedrag extra belastend maken?
- Hoe kunnen we ermee omgaan?

## ■ Preventie van depressie bij ouderen

2 dagdelen

Depressie is een aandoening waarvan de exacte oorzaak veelal niet meteen kan worden vastgesteld. Een depressie op oudere leeftijd manifesteert zich anders waardoor ze niet of laat herkend wordt. Ook wordt een depressie vaak overschaduwd door lichamelijke klachten of wordt ze verward met dementie.

Het is belangrijk de depressie voor te zijn en de oudere adequaat te begeleiden in zijn zoektocht naar een kwaliteitsvol leven. In deze vorming bespreken we manieren om de oudere te ondersteunen en gaan we samen op zoek naar wat we als hulpverlener kunnen doen om de depressieve symptomen bespreekbaar te maken met de oudere.

## ■ Geheugenproblemen bij ouderen

2 dagdelen

Het komt bij iedereen wel al eens voor: je geheugen laat je in de steek. Het kan gaan om een woord of een naam waar je niet meer op kunt komen. Dan ineens, vijf minuten later, schiet het je weer te binnen. Dit soort 'geheugenverlies', een soort verstrooidheid, is heel normaal. Het is hinderlijk, maar onschuldig.

Bij oudere mensen wordt geheugenverlies nogal vlug aan de leeftijd geweten. Het geheugen vermindert nu eenmaal met het ouder worden, zegt men dan. Als de omgeving zo reageert, wordt de ouder wordende mens niet meer aangemoedigd om zijn geheugen te trainen. Wel kunnen onzekerheid en angst toenemen, met als gevolg dat het geheugen inderdaad achteruitgaat. Een positieve benadering wijst de ouder wordende mens eerder op hulpmiddelen, geheugensteuntjes en oefeningen om de geheugenproblemen zoveel mogelijk op te lossen.

Wanneer de geheugenproblemen desondanks steeds blijven toenemen, mag dit niet zomaar toegeschreven worden aan de ouderdom. De geheugenproblemen kunnen soms signalen zijn van psychische of lichamelijke ziekten. In dit geval is het belangrijk een arts te raadplegen.

## ■ Reminiscentie bij ouderen met geheugenverlies

2 dagdelen

Onlangs nog op zolder geweest bij je ouders? Het zolderluik dat nog altijd piept. De vertrouwde "zoldergeur" van toen.

Lang heeft men gedacht dat veel terugblikken op het verleden een "slecht teken" was. Maar dat terugblikken kan juist heel verrijkend zijn. Niet enkel omdat we kunnen nagenieten van de mooie momenten van vroeger, maar ook om te trachten de minder aangename momenten een plaats te geven. Anders gezegd, door regelmatig om te kijken, kunnen we weer vooruit.

Bij oudere mensen is de behoefte om terug te kijken groter, om de eenvoudige reden dat hun verleden groter is dan hun toekomst. Bij dementerende, die vooral problemen hebben met het recente verleden, is die behoefte nog groter. De gebeurtenissen van vroeger zijn meestal nog duidelijk gestructureerd, hetgeen hen een gevoel van veiligheid biedt.

Uit deze vaststellingen is het begrip "reminiscentie" gegroeid. Reminiscentie is de activiteit of de gewoonte om na te denken of te willen vertellen over ervaringen in het verleden, vooral over die ervaringen die in persoonlijk opzicht zeer belangrijk worden gevonden.

Reminiscentie is een methodiek (geen therapie) waarbij hulpverleners en mantelzorgers trachten de puzzelstukjes van iemands verleden te herontdekken en zodoende bruggen te slaan tussen het verleden – iemands belevingswereld – en het heden. Als we meer zicht krijgen op iemands belevingswereld, kunnen we hem/haar beter begrijpen én zodoende meer veiligheid creëren.

Deze vorming biedt een soort gereedschapskist voor hulpverleners en mantelzorgers die reminiscentie willen gebruiken als "communicatie-methode" in de zorg voor dementerende ouderen. Naast de verduidelijking van enkele belangrijke begrippen is deze vorming sterk praktijkgericht.

**Dementie: wat is het?**

Als de persoon waar je zorg voor draagt begint te vergeten, dan gaan we ons vragen stellen. Is het de oude dag, een voorbijgaande verwardheid of zijn het de eerste tekenen van dementie? Rond dementering leven vele vragen, zowel bij professionele als niet-professionele zorgverleners.

- Wat is dementie nu precies? Welke soorten dementie bestaan er?
- Wat kan ik verwachten? Wat zijn de symptomen?
- Is het erfelijk?
- Bestaat er medicatie?

Deze en andere vragen trachten we een antwoord te geven.

+

**Omgaan met dementerende ouderen**

Omgaan met dementerende ouderen is meestal geen makkelijke opgave.

Als zorgverlener hebben we het soms moeilijk om het in onze ogen 'vreemde gedrag' van de oudere te zien en te accepteren als gevolg van de ziekte. Van daaruit neigen we er wel eens naar de oudere te corrigeren, te oriënteren, op fouten te wijzen... En dat valt niet altijd in goede aarde.

Omgaan met dementerende ouderen vraagt dat we ons trachten in te leven in hun leefwereld, om van daaruit met begrip te reageren op hun gevoelens en gedrag.

We werken met concrete casussen en eigen ervaringen.

**■ Contact maken met een dementerende persoon****4 dagdelen**

In het begin van het dementieproces ervaart de persoon met dementie steeds meer een veranderende beleving. Zijn realiteit en onze realiteit groeien verder uit elkaar. En de mogelijkheid om verbaal te communiceren wordt door de ziekte ook aangetast. Daarom moeten we zoeken naar manieren om op een goede afdoende wijze in contact te treden met de dementerende persoon. Naarmate het dementieproces vordert ervaren we dat in functie van zijn beleving ook onze manieren van benadering zullen moeten wijzigen. In deze vorming gaan we op zoek naar benaderingswijzen om, afhankelijk van de beleving van de dementerende persoon, op een adequate manier in contact te treden en in contact te blijven met elkaar. Deze vorming vertrekt vanuit de ervaring van de zorgverleners en is interactief.

Kennis van het dementieproces is noodzakelijk.

**■ Dementie en rouw****4 dagdelen**

"Dementie!" zegt de dokter. Dit verdicht slaat in als een bom. Het leven van de oudere en zijn familie versplintert: relaties, gesprekken, de manier van leven... Alles verandert. De familie neemt beetje bij beetje afscheid van de oudere. De gezamenlijke emotionele beleving, het sociaal contact en het familiaal leven verbreekt. Zij gaan bij wijze van spreken in rouw voor het "verlies" van hun dierbare.

Maar wat betekent dat rouwproces? Wat ervaart de familie? Hoe gaan zij daarmee om? Rouwen zij al vóór het overlijden? En welke gevolgen heeft deze verliesverwerking op het échte rouwproces na het overlijden van de dementerende oudere?

In deze vorming doorzoeken we het gedrag van familieleden in het omgaan met een dementerende oudere. We gaan op zoek naar de verschillen tussen de ervaring van het verlies van hun dierbare vanwege het dementieproces en het rouwen na het overlijden. We zoeken een leidraad om familieleden te helpen "rouwen" en te ondersteunen.

Deze vorming vertrekt vanuit de ervaring van zorgverleners en is interactief.

**■ Familiebegeleiding in geval van dementie****4 dagdelen**

Men hoort wel eens zeggen: "dementie heb je niet alleen". En deze uitspraak klopt wel gedeeltelijk want voor de familie breekt er een tijd aan van afscheid nemen. Afscheid nemen van de mogelijkheden die de persoon met dementie allemaal kon, afscheid nemen van de persoon wie hij was. Het is een continu proces van leven met beperkingen. De familie gaat meer en meer beslissingen moeten nemen. Het is belangrijk dat de familie goed ondersteund wordt gedurende het dementieproces. In deze vorming gaan we in op de vraag "Wat kunnen wij als hulpverleners doen om de pijn van de familie draaglijk te maken?".

## Het opmaken van de levensbalans in de laatste levensfase

4 dagdelen

In de laatste fasen van het leven is bijna iedereen wel op de één of andere manier bezig met het ophalen van herinneringen. Vaak gebeurt dit nog te weinig bewust en ongeordend. Hoe dichterbij het einde nabij komt, hoe korter men nog te leven heeft. En des te meer wordt de vraag naar de eigen identiteit beantwoord door herinneringen aan het leven.

Lang niet iedereen kijkt met een tevreden gevoel terug op zijn of haar leven. Erover praten is belangrijk, maar ook heel moeilijk. Zorgverleners die regelmatig in contact komen met ouderen kunnen hun ondersteunen bij het vasthouden van hun eigenheid, hen helpen hun leven te ordenen en een eventuele rode draad in hun leven te ontdekken. Zij kunnen de ouderen ook helpen kracht te vinden om hun eigen leven zoveel mogelijk zelf te blijven bepalen en hun tevens te helpen na te denken over hun toekomst en het naderende einde.

## Ethiek in de ouderenzorg

2 dagdelen

Zorg voor zorgbehoevende ouderen, er komt heel wat bij kijken.

Het is niet eenvoudig de oudere de zorg te geven die nodig is. Soms moet je de zelfredzaamheid van de oudere bevorderen. Teveel zorg maakt de oudere afhankelijk van hulp voordat het nodig is. Een andere keer moet je passiviteit in het leven van een zorgbehoevende oudere aanvaarden. Dan weer dien je als zorgverlener te aanvaarden dat de afhankelijkheid van de oudere alleen maar zal toenemen, dat terug autonoom en onafhankelijk worden niet meer kan. Comfortzorg is dan een mogelijkheid.

Kortom, ethische vraagstukken behoren tot de realiteit van elke dag in de ouderenzorg: sondevoeding, fixatie, stoppen van een behandeling, discretie, deuren op slot ...

In hoeverre en op welke manier gaan we in overleg over al deze zaken? Welke waarden en normen hanteren we en welke rol spelen ze in onze besluitvorming?

We gaan hieraan werken vanuit eigen problematiek en casussen. Tijdens de vorming wordt structuur voor een ethisch overleg aange-reikt.

## Aromatherapie bij dementerende ouderen

3 dagdelen

Dementie benaderen met aromatherapie, dat opent nieuwe mogelijkheden.

Bij vele etherische oliën hoort een zogenaamd archetype. Dit archetype is een oervorm, een karakterschets van een bepaald type persoonlijkheid. Kennis van de archetypes kan ons in de aromatherapie helpen de juiste olie voor de juiste persoon te vinden. Het is immers zo dat vele oliën elkaar qua werking overlappen, maar anderzijds één olie niet op iedereen hetzelfde effect heeft.

Deze cursus is verrijkend voor iedereen die zich verder wil verdiepen in aromatherapie en interesse heeft in de menselijke geest. In het bijzonder wordt ingegaan op de mogelijkheden van aromatherapie bij dementerenden.



## Introductie in de palliatieve zorg

1 dagdeel

Palliatieve zorg is eind vorige eeuw ontwikkeld als een nieuw model in de zorg voor mensen die geconfronteerd worden met een levensbedreigende ziekte waaraan ze binnen afzienbare tijd zullen sterven. Palliatieve zorg beoogt niet jaren toe te voegen aan het leven, maar leven aan de jaren of periode die mensen nog rest. Dit zorgmodel gaat uit van het concept 'totale pijn', vertrekt vanuit het levens- en ziekteverhaal van de patiënt en zijn familie en beoogt zoveel mogelijk levenskwaliteit te realiseren aan en rond het levenseinde.

Rond dit zorgmodel zijn een aantal vormingen uitgewerkt die afzonderlijk kunnen aangevraagd worden of als een geheel leertraject.

In elke vorming wordt gewerkt met concrete ervaringen uit de dagelijkse zorgpraktijk. Naast een aantal kaders en inzichten, wordt ook geoefend met basisvaardigheden en basishouding die vereist zijn in het zorgen voor en begeleiden van stervende mensen, want omgaan met sterven en dood hoort ongetwijfeld tot één van de meest ingrijpende levenservaringen.

## Communicatie in palliatieve zorg: Omgaan in waarheid

2 dagdelen

Basishouding en vaardigheden in het omgaan en communiceren in waarheid met een palliatieve patiënt.

## ■ Omgaan met patiënt en familie in palliatieve zorg

2 dagdelen

Basishouding en vaardigheden in het omgaan met en begeleiden van de palliatieve patiënt. Omgaan met vragen en gevoelens rond het levenseinde. Communicatie kunnen stimuleren tussen patiënt en familie.

## ■ Omgaan met emotionele pijn in palliatieve zorg

2 dagdelen

In palliatieve situaties kan je worden geconfronteerd met heftige en intense uitingen van emotionele pijn. Hoe kan je met de patiënt mee de paden bewandelen van angst, onmacht, wanhoop, spijt, uitzichtloosheid, woede..zonder er zelf in te verdwalen? Leren beluisteren en opvangen van signalen en oefenen van basisvaardigheden.

## ■ Omgaan met spirituele pijn in palliatieve zorg

2 dagdelen

Het meest worden we met existentiële pijn of spiritueel lijden geconfronteerd bij ernstige levenscrisissen. Het leven dat we tot dan toe "leiden" wordt door het "lijden" plots in vraag gesteld... Doodgaan is de meest ingrijpende van zulke gebeurtenissen.

Existentiële en spirituele pijn is pijn aan het bestaan zelf. Wie het einde van zijn/haar leven ziet naderen, maakt de balans op: wat is geweest, wat is niet geweest? En meer nog: ben ik geweest wie ik had kunnen zijn? Wat heb ik betekend voor mensen rondom mij? En wat kan ik nu nog betekenen? Heb ik nog onrecht te herstellen, schuld te vereffenen, verzoening te vragen en/of te geven? ...

Pijn aan het bestaan zelf. En misschien zuchten: "dit is geen leven meer..." Wat is leven dan wel? Welke bronnen van levensenergie geven zin aan het bestaan?

Samen verkennen we het existentiële en spirituele aspect van het leven en geven dit een plaats in een palliatieve benadering van leven en dood.

## ■ Moeilijke situaties in palliatieve zorg

1 of 2 dagdelen (evt interview)

Moeilijke en complexe situaties en problemen zijn eigen aan palliatieve zorg op het vlak van pijnbestrijding, ethiek, communicatie. Een vormingsgebeuren die vertrekt vanuit concrete praktijkvoorbeelden en situaties die de deelnemers inbrengen.

## ■ Ethische vraagstukken rond sterven

2 dagdelen

Ethische vraagstukken behoren bij de actualiteit: euthanasie, sondevoeding, stoppen van een behandeling, beroepsgeheim, fixatie, deuren op slot...

In hoeverre en op welke manier gaan we met elkaar in overleg? Welke waarden en normen hanteren we en welke rol spelen ze in onze besluitvorming?

We gaan hieraan werken vanuit eigen problematiek en casussen. Tijdens de vorming wordt structuur voor een ethisch overleg aange-reikt.

## ■ Aromatherapie in palliatieve zorg

4 dagdelen

Deze cursus is verrijkend voor iedereen die zich verder wil verdiepen in aromatherapie en interesse heeft in de menselijke geest. In het bijzonder wordt ingegaan op de mogelijkheden van aromatherapie.

We bespreken 32 etherische oliën en hun toepassingen.

Deze cursus is gericht op comfortzorg en het verhogen van het welbevinden van de palliatieve patiënt.



## ■ Omgaan met afscheid

2 dagdelen

Ons hele leven lijden wij, mensen, verliezen: kleine of grotere. Een groot verlies wordt ervaren bij het overlijden van iemand die je dierbaar is. Elk verlies brengt heel wat emoties te weeg. Elk verlies vraagt om verwerking. Verwerken van verlies, aanvaarden van en “vrede vinden” in een gewijzigde situatie is vaak moeilijk en vraagt tijd. Verwerken van verlies betekent: rouwen. Wat komt er allemaal boven als mensen “rouwen”? Hoe verlopen rouwprocessen? Wat is “normaal”? En waaraan merk je dat (een deel van) het verlies verwerkt is?

De beste rouwbegeleiding begint met een goede rouwvoorbereiding... Wat kunnen we doen om mensen te ondersteunen in zinvol en waardig afscheid nemen?

Wat kan je doen na het overlijden om mensen nabij te zijn in hun rouwproces? Wat is “troost bieden”? En hoe kan je ook nog met je eigen gevoelens proberen om te gaan?

## ■ Rouw en verdriet bij ouderen

4 dagdelen

Een oudere wordt geconfronteerd met veelvuldige verlieservaringen.

Zo ontstaat er op fysiek vlak ‘slijtage’ van het lichaam, op psychisch en sociaal vlak ondervindt hij heel wat veranderingen en op spiritueel vlak leeft hij met een beperkt toekomstperspectief. Als de oudere daarbovenop het verlies van een dierbare moet verwerken, loopt hij het gevaar de opeenstapeling van de verliessituaties niet meer aan te kunnen.

De oudere heeft dan professionele hulp nodig.

We gaan in deze vorming op zoek hoe we een oudere in rouw kunnen begeleiden want individuele rouwbegeleiding vraagt een nauwgezette aanpak. We vertrekken van een verliesanamnese en we leren hoe we de rouwproblemen bespreekbaar kunnen maken aan de hand van principes van rouwbegeleiding (methode van verliesrad en verlieskegel).

Deze vorming vertrekt vanuit de ervaring van de zorgverleners en is interactief.

## ■ Leven met gemis, een nieuwe visie op rouw

2 dagdelen

Een aantal rouwmythes worden ontsluitend die in onze cultuur gangbaar zijn. Deze mythes belemmeren eerder het rouwproces dan dat ze rouwenden ondersteunen in één van de vaak meest ontwrichtende periodes van het leven. Aan de hand van recente wetenschappelijke bevindingen en ervaringen uit de rouwtherapeutische praktijk wordt een nieuwe visie of rouwmodel geschetst: het duale procesmodel.

Meer specifiek wordt ingegaan op de emotionele dimensie, de relatiedimensie en de betekenisdimensie van rouw aan de hand van concreet onderzoeksmateriaal en casussen. Er wordt extra aandacht gegeven aan het verschil tussen gewone, ongecompliceerde rouw en gecompliceerde rouw en aan de criteria die kunnen helpen om de diagnose van gecompliceerde rouw te stellen. Andere topics: een mannelijke en vrouwelijke rouwstijl, traumatische rouw, de rouwstappen of taken, het rouwtraject, de rouwzorg.

## ■ Troost

2 dagdelen

Als we geconfronteerd worden met ondraaglijke pijn is de behoefte aan het geven of ontvangen van troost groot. Heel wat gebaren van troost focussen zich op het doen oplossen van de pijn, we willen iets doen waardoor de pijn verdwijnt. Andere uitingen van troost proberen mee de pijn te dragen, mee te lijden en daardoor de pijn lichter te maken. Gedeelde smart is halve smart, zegt de volkswijsheid. Troosten kan je niet los zien van je eigen troostgeschiedenis en van de cultuur waarin we leven. Troost refereert naar trouw en vertrouwen in anderen, troost is als de eik die stevig geworteld in de grond alle stromen trotseert. Troost kent veel vormen en uitingen, woorden en gebaren.

Een dag vol troost voor elke zorgverlener die wil leren troost geven zonder zichzelf daarin te verliezen en voor elk mens die wil leren troost vragen en ontvangen.



## ■ Het Cerebro-Vasculair Accident – CVA

2 dagdelen

In de volksmond wordt het Cerebro-Vasculair Accident vaak een beroerte of een attack genoemd. Het doet zich meestal bij oudere mensen voor. Daar het aantal ouderen in onze samenleving voortdurend stijgt, valt te verwachten dat ook het aantal CVA-patiënten zal toenemen.

Tijdens deze samenkomsten gaan we na wat een CVA eigenlijk is, wat er gebeurt tijdens een CVA. Wat kunnen mogelijke oorzaken en gevolgen zijn?

De graad van herstel na een CVA is voor iedereen anders. Meestal blijft er wel enige handicap bestaan, volledig herstel is zeldzaam. Revalidatie vraagt veel aandacht. Van belang is vooral ouderen te motiveren én rekening te houden met zijn of haar beleving.

## ■ Chronisch Vermoeidheidssyndroom – CVS – ME en fibromyalgie

1 dagdeel

Twintig jaar geleden was er nauwelijks sprake van het Chronisch Vermoeidheidssyndroom. Nu hebben in België méér dan 15.000 mensen last van dit syndroom. Is dit een nieuwe ziekte? Is het een stress-syndroom? Is het een modeverschijnsel?

Men spreekt pas van CVS als het gaat over een klinisch vastgestelde onverklaarbare voortdurende of steeds weerkerende vermoeidheid of uitputting die 6 maanden of langer duurt. Bovendien moeten andere ziektebeelden die chronische vermoeidheid kunnen veroorzaken, worden uitgesloten.

We weten dat het bij CVS gaat om een samenspel van velerlei factoren, fibromyalgie maakt soms deel uit van dit pakket.

## ■ CARA

2 dagdelen

België telt één miljoen mensen die aan CARA lijden, d.w.z. één op acht personen. CARA is een verzamelnaam voor verschillende aandoeningen van de luchtwegen, zoals astma, chronische bronchitis en emfyseem.

Tijdens deze vorming staan we stil bij de diagnose, de verschillende aandoeningen en hun symptomen, preventie via medicijnen en leefwijze. Naast de inzichten vanuit de medische benadering geven we ook aandacht aan de psychologische en sociale gevolgen van de ziekte.

## ■ Menopauze

1 dagdeel

(kan gecombineerd worden met osteoporose)

De menopauze is een natuurlijk gebeuren waarmee elke vrouw te maken krijgt. Bij de meeste vrouwen gebeurt dit in de periode tussen 45 en 55 jaar.

Vaak kijkt men er wat angstig tegenaan. Men weet niet juist wat te verwachten.

Wat houdt menopauze in? Wat voor veranderingen ondergaat ons lichaam? Hoe kunnen we hierop zelf inspelen en hoe kunnen ongemakken worden beperkt?

De menopauze valt voor veel vrouwen samen met veranderingen in hun dagelijks leven: de kinderen gaan uit huis, er komen kleinkinderen, de ouders worden oud en soms ook hulpbehoevend. Ook dit zijn veranderingen waarop men best voorbereid is.

## ■ Osteoporose

1 dagdeel

(kan gecombineerd worden met menopauze)

We hebben er allemaal wel eens van gehoord: botontkalking. Ongelukkig gevallen in huis en heup gebroken! Is dit onvermijdelijk als we oud worden of kunnen we er iets aan doen? We gaan samen kijken naar de oorzaken en de behandeling, maar vooral naar wat we er preventief kunnen aan doen.

## ■ Omgaan met psychiatrische patiënten in de thuiszorg

2 dagdelen

Meer en meer worden we geconfronteerd met psychiatrische patiënten die thuis verblijven. Hoe krijgen we meer inzicht in hun leefwereld? En hoe kunnen we de psychiatrische patiënt en zijn omgeving ondersteunen?

Tijdens deze vorming staan we stil bij de manier waarop we kijken naar die andere mens, de mens met psychische problemen. We kijken of, hoe en wat we kunnen bijdragen in steun en zorg zowel aan de psychisch zieke zelf, als aan hun familie en omgeving. We zoeken samen naar een goed evenwicht in het omgaan met het gedrag en de problematiek van psychiatrische patiënten.

Aan de hand van casussen onderzoeken we waar onze mogelijkheden en grenzen liggen.

## ■ Depressie

2 dagdelen

Depressieve, sombere gevoelens heeft iedereen wel eens. Soms zijn ze snel weer verdwenen en vergeten, soms duurt hun aanwezigheid wat langer. Dat hoort bij het leven. Meestal weten we dat het sombere gevoel van voorbijgaande aard is. Deze neerslachtigheid is geen depressie.

We spreken pas van depressie als er onder andere sprake is van aantasting van de kwaliteit van het leven. Dit wil zeggen dat een depressie een storende invloed heeft op iemands werk, hobby's, op iemands functioneren als partner, als ouder, als vriend. De relaties met andere mensen lijden eronder.

Tijdens deze vorming leren we de symptomen van een depressie herkennen en staan we stil bij risicofactoren en mogelijke oorzaken. We besteden aandacht aan de manier waarop we best omgaan met depressieve personen.

## ■ Diabetes

2 dagdelen

Diabetes is een chronische ziekte, een stoornis in de stofwisseling. Over de oorzaak van diabetes is weinig bekend. Wel is geweten dat een aantal omstandigheden een belangrijke rol spelen: erfelijkheid, zwaarlijvigheid, zwangerschap, infectie.

Een diabeet moet leren leven met de ziekte: een echt leerproces. Dat wil zeggen dat hij zich op vele gebieden van het dagelijkse leven zal moeten aanpassen: een echt leerproces. Slaagt hij er niet in de stofwisseling op peil te houden, dan is er kans op een te hoog of te laag bloedsuikergehalte. Bepaalde stoornissen treden dan op. Belangrijk is het deze stoornissen te herkennen en te weten wat men in die gevallen kan en mag doen.

## ■ De ziekte van Parkinson

2 dagdelen

"Parkinson? Dat is toch een ziekte van oude mensen, ik ben pas veertig en ik beef niet. Mijn reactie bij het horen van de diagnose was vol verbazing. Ik wist wel dat er iets niet helemaal lekker zat: slecht schrijven, snel moe, stijf, traag en af en toe een raar gevoel. Ik heb alles wat er maar op het gebied van Parkinson te lezen was, gelezen. In boeken kon ik niet veel over jongeren vinden. Ik zag alleen maar afbeeldingen van oude mensen, maar dat ben ik niet!"

Wat is Parkinson? Wat kunnen wij eraan doen? Is het te genezen? Hoe kunnen wij ermee omgaan? We proberen op deze vragen een antwoord te geven.

## ■ Kanker en thuiszorg

2 dagdelen

Wat is kanker eigenlijk, hoe ontstaat het en wat zijn de gekende oorzaken en risicofactoren?

Een overzicht wordt gegeven van de bestaande behandelingstechnieken en de aan de gang zijnde ontwikkelingen. Hierover bestaan immers nog heel wat misverstanden en onduidelijkheden. Vaak circuleert informatie die helemaal niet op wetenschappelijke gronden gebaseerd is en die voor veel mensen ofwel nodeloze angst ofwel onterechte verwachtingen meebrengt.

De aandacht gaat ook naar de mogelijke bijwerkingen van behandelingen en naar de invloed van kanker op het lichamelijk en geestelijk welzijn. Vooral de emotionele gevolgen voor de persoon zelf én voor de omgeving zijn vaak niet te onderschatten.

Hoe kan je hen bijstaan? Welke mogelijkheden zijn er om door te verwijzen? En hoe kunnen we bijdragen aan vroegtijdige opsporing en preventie?

## ■ Geneesmiddelen: gebruik en misbruik

1 dagdeel

Geneesmiddelen: waartoe dienen ze? En waartoe niet?

Wanneer is het gebruik ervan een weldaad en wanneer brengen ze eerder schade aan?

Wat zijn mogelijkheden en risico's bij automedicatie (het op eigen houtje gebruiken van geneesmiddelen)?

Hoe ligt het medicijngebruik bij ouderen?

Wat zit er in een huisapotheek? Wat is daarin noodzakelijk en wat is overbodig?

In deze samenkomst staan we stil bij de voor- en nadelen van medicatie.

## ■ Reuma

2 dagdelen

Reuma is een verzamelnaam voor een groot aantal aandoeningen. Er bestaan meer dan 200 soorten.

Elk jaar treft een of andere vorm van de ziekte 3 miljoen Belgen.

Het gaat niet enkel om een verouderingsproces; reuma treft mensen van alle leeftijden, ook kinderen. Er wordt nog steeds veel onderzoek gedaan naar oorzaken van reuma. Sommige zijn bekend, voor andere vormen ligt het vaak heel complex.

Alleszins is er sprake van een vatbaarheids- en een erfelijke factor.

Een juiste diagnose, soms preventieve maatregelen, pijn- en ontstekingsremmende middelen kunne veel leed besparen.

## ■ Hebt u pijn?

2 dagdelen

Pijn kennen we allemaal in min of meerdere mate. Een dag rond pijn en communicatie. Welke soorten pijn zijn er? Hoe zijn ze te verhelpen? Hoe kunnen wij zien waar de pijn zit? Waarop moeten we letten bij pijnsignalen? Hoe interpreteren? Welke hulpmiddelen bestaan er om ons te helpen, om goed te luisteren en te kijken naar mensen die pijn hebben?

## ■ Alcoholisme

2 dagdelen

Als we het woord 'alcoholisme' horen dan roept dit al weerzin op. We denken aan zwervers en thuislozen, mensen die zich slecht verzorgen!

Enigszins is dit juist, maar er bestaan ook andere vormen van alcoholisme, verborgen achter een mooi pak. De lichamelijke gevolgen zijn vaak onherroepelijk.

In ons werk worden we soms met de gevolgen op sociaal en familiaal vlak geconfronteerd.

Wat is alcoholisme precies?

We proberen hier een beeld van te krijgen en hoe we ermee kunnen omgaan.



## ■ Functioneringsgesprekken

2 dagdelen

Het functioneringsgesprek vormt een onderdeel van het leiding geven aan medewerk(st)ers.

We bekijken het functioneringsgesprek als een werkinstrument voor de leidinggevende. Het stelt de leidinggevende in staat om medewerk(st)ers systematisch, regelmatig en intens te begeleiden en een constructieve samenwerking met hen op te bouwen. Het houden van functioneringsgesprekken komt ten goede aan de kwaliteit van de dienstverlening en geeft een grotere voldoening en meer groeikansen aan je medewerk(st)ers.

We staan stil bij de voorbereiding, bij het verloop van zo'n gesprek en bij mogelijke valkuilen die je kan tegenkomen. Ook aan de opvolging wordt aandacht besteed.

## ■ Hoe breng je slecht nieuws met zorg?

4 dagdelen

Ieder van ons ontvangt in zijn/haar leven slecht nieuws: een onvoldoende voor een belangrijk examen, een afwijzing bij een sollicitatie, een overlijdensbericht van iemand die ons genegen is. De herinneringen aan dit gesprek zijn meestal onprettig. Niet alleen omwille van het krijgen van slecht nieuws zelf, ook omwille van de manier waarop het gebracht is.

Als je zelf slecht nieuws moet brengen, aarzel je. Je wikt, weegt, stelt uit, tracht de boodschap te verzachten,... Je vreest de reactie op je boodschap: een reactie die meestal gekleurd is door emoties van verdriet, boosheid, hulpeloosheid.

En niet alleen de emoties van degene die de boodschap krijgt, maar ook die van jezelf spelen een rol.

In deze vorming zoeken we een voor jou zinvol antwoord op vragen zoals:

- Wat betekent het voor mij om slecht nieuws te brengen?
- Hoe breng ik zo een boodschap?
- Hoe vind ik het juiste evenwicht tussen afstand en nabijheid?
- Wat doe ik met de emoties waar ik mee wordt geconfronteerd?
- Welke invloed heeft het slecht nieuws op de verdere relatie?

## ■ Veranderen: balanceren tussen onmacht en kracht

4 dagdelen

“Veranderen heeft 2 gezichten.”

Het stralende gezicht van de opwinding van het nieuwe. Nieuwe mogelijkheden, onbekende paden en uitzichten... de aantrekking van het onbekende, dat je in beweging zet tot creatieve antwoorden. De aantrekkelijkheid ook van dingen naar je hand te zetten.

Het andere gezicht is de donkere kant: de angst voor het onbekende, dat misschien wel dingen teweegbrengt die onomkeerbaar zijn, die misschien wel pijn en verdriet brengen en onhanteerbaar zijn.

Sommige mensen zien alleen het stralende gezicht, anderen leven alleen met de zwarte kant van veranderen.

Hoe komt dit? Hoe is het voor mij?

Hoe ga ik als leidinggevende hiermee om?

Kan ik weerstand ombuigen tot veranderingsbereidheid?

Aan de hand van opdrachten en oefeningen breng je jouw antwoorden in kaart.

Tijdens de vorming is er ruimte voor persoonlijke inbreng en het delen van eigen ervaringen.

## ■ Leren: ieder met eigen stijl en kwaliteiten

4 dagdelen

‘Leren’ is buiten je comfortzone treden en met vallen en opstaan nieuwe dingen ontdekken en zich toe-eigenen.

Mensen verschillen nogal in de wijze waarop ze leren.

De één wikt en weegt voor tot handelen over te gaan, de ander pakt de koe bij de hoorns en leert uit de concrete ervaring.

Tijdens deze tweedaagse staan we stil bij onze eigen leerstijl.

We bekijken of er een verbinding is tussen leerstijl en kwaliteiten.

Heb ik als leidinggevende een allergie aan bepaalde leerstijlen? Wat zegt dit over mezelf?

Hoe kan ik als leidinggevende garanderen dat ieder kan leren en ontwikkelen?

Aan de hand van opdrachten en oefeningen breng je jouw antwoorden in kaart.

Tijdens de vorming is er ruimte voor persoonlijke inbreng en het delen van eigen ervaringen.

## ■ Omgaan met feedback

4 dagdelen

Omgaan met feedback is niet een van de sterkste eigenschappen van de meeste mensen. Als we negatieve feedback krijgen, schieten we vaak in de verdediging en putten we ons uit in excuses om uit te leggen waarom iets zo is gegaan. We voelen ons gekwetst of worden boos en opstandig.

Terwijl we eigenlijk door feedback te geven en te ontvangen een signaal geven dat we aan de relatie willen bouwen.

Tijdens deze tweedaagse oefenen we in het geven en ontvangen van feedback.

We staan stil bij een heel aantal aspecten:

- Wat is het verschil tussen een opmerking over iemands gedrag of een opmerking over iemands persoon?
- Welke acties en feiten merk jij op? Wat maakt dat je net dat opmerkt?
- Welke interpretaties, oordelen, waarden en normen beïnvloeden jouw waarneming?
- Hoe kan je opbouwende feedback geven?
- Hoe ga je zelf om met feedback die je krijgt?
- ...

We werken aan de hand van eigen ervaringen en persoonlijke inbreng.

## ■ Begeleiden en coachen door vragen stellen

6 dagdelen

Hoe kan je iemand begeleiden in een leer-/groeiproces door het stellen van vragen? Welke houding van de begeleider is vereist? Hoe verloopt het proces van vragen stellen? Hoe komen we van oplossingsgericht naar probleemverkenkend denken? Welke klemmen en valkuilen liggen er op de weg van de begeleider?

Thema's die aan bod komen:

- de vragende houding van de begeleider
- welke vragen werken en welke niet?
- wat is het doel van het vragen stellen?
- probleemoplossend versus probleemverkenkend
- het vermogen en de wijsheid van de “cliënt” aanspreken
- valkuilen bij het vragen stellen

### Werkvorm

De deelnemers krijgen inzichten en vaardigheden aangereikt die worden ingeoeft. De deelnemers kunnen tevens eigen situaties en ervaringen aanbrengen waarop de nieuwe inzichten worden toegepast.

## ■ Tussen afstand en nabijheid

4 dagdelen

Het goede midden bewaren tussen afstand en nabijheid is voor elke zorgverlener een steeds terugkerende opdracht. Hoe kan je nabij blijven zonder jezelf te verliezen of te versmelten met de cliënt? Hoe kan je een gezonde afstand houden zonder een muur om je heen op te bouwen? Hoe ga je om met je grenzen, je behoefte aan steun, je rouw en machteloosheid als hulpverlener? Wat doe je als je 'besmet' raakt door de pijn van anderen, of getraumatiseerd raakt door voortdurende inleving in hun verhalen van verlies en trauma? In deze tweedaagse vorming vertrekken we van kaders als het basisbehoeftenmodel, de tegen overdracht, plaatsvervangende traumatisering, mindfulness en het ABC van zelfzorg. We toetsen dit aan eigen ervaringen, werken met lichaamsgerichte oefeningen en leren beter voor onszelf zorgen in het vinden van het goede evenwicht tussen afstand en nabijheid.

## ■ Heb ik een conflict of heeft het conflict mij?

6 dagdelen

Veel te vaak komen we terecht in een conflict en weten we niet meer wat te doen. Het conflict heeft "ons" dan. Als leidinggevende staan we in deze training stil bij wat er zich in een conflict afspeelt, we kijken naar de faseringen, maar vooral kijken we wanneer we wat moeten/kunnen doen. We verdiepen ons in onze eigen stijl in het omgaan met conflicten en gebruiken de machtsdriehoek en spinnenwebanalyse als werkinstrument. De terugkomdag gebruiken we om al de verworven vaardigheden in casuïstiek om te zetten.

## ■ Zorg dragen voor mijn team: kijken met een groepsdynamische bril naar je team

4 dagdelen

Een team is een levend geheel met processen en ontwikkelingen. Wat maakt mijn team tot "een team"? Welke processen zijn er en hoe kan ik er optimaal mee omgaan? Wie bezet wanneer welke rollen? Wat zijn de sterktes en zwaktes in deze rollen en hoe verhouden ze zich tot elkaar? Op een actieve wijze nemen we de tijd om te kijken naar ieders team en maken ruimte voor casuïstiek.

## ■ Peterschap/meterschap: het begeleiden van nieuwe medewerkers op de werkvloer

2 dagdelen

In het kader van leeftijdsbewust personeelsbeleid worden nieuwe medewerkers vaker toegewezen aan ervaren collega's die de knepen van het vak onder de knie hebben. De peter of meter begeleidt de nieuweling doorheen zijn eerste werkervaringen met kennis van zaken maar wordt dikwijls geconfronteerd met problemen in het leerproces van de nieuweling. In deze vorming focussen we op de rol van de peter/meter en leren we vaardigheden aan om situationeel de begeleiding aan te passen aan de maturiteit van de nieuwe medewerker. Daarnaast richten we ons op de verschillende leerstijlen, het geven van feedback en het scheppen van randvoorwaarden zodat nieuwe medewerkers kunnen leren.

## ■ Ondersteunen van verzorgenden in kansarme gezinnen

4 dagdelen

Hulp verlenen in kansarme gezinnen. Het is geen simpele opgave. Niet voor de verzorgenden, niet voor hun leidinggevenden.

Als een kansarm gezin aan de deur klopt met de vraag om geholpen te worden, ontmoeten twee werelden elkaar. Twee werelden die zeer weinig van mekaar weten en die elkaar met heel wat (voor)oordelen benaderen. Zo zien we dat de communicatie tussen deze werelden nog al eens stroef en moeizaam kan verlopen.

Verzorgenden die werken in kansarme gezinnen worden geconfronteerd met problemen waar het gezin dagelijks mee kamt: slechte huisvesting, plaatsing van de kinderen, weinig geld, ... Problemen waar ze soms geen weg mee weten, reacties en gedragingen die ze niet begrijpen, ...

Als leidinggevenden is het niet altijd makkelijk om verzorgenden te ondersteunen en te begeleiden.

Tijdens deze dagen staan we stil bij de verschillende visies op armoede, het levensverhaal van kansarmen, de vele moeilijkheden waar deze mensen mee te maken krijgen. Tevens verkennen we de mogelijkheden om verzorgenden te ondersteunen in hun werk.

## ■ Seksueel grensoverschrijdend gedrag in de zorg: Opvang en ondersteuning van medewerkers

4 dagdelen

Ongewenste intimiteiten bestaan, ook in zorgsituaties.

Uit een recent onderzoek blijkt dat maar liefst 36% van de verzorgenden, poetsvrouwen, verpleegkundigen al ooit slachtoffer is geweest van seksueel grensoverschrijdend gedrag vanwege een cliënt/ bewoner.

Als het een zo vaak voorkomend probleem is, dan is het duidelijk dat je als leidinggevende in de zorg veel kans hebt hier ooit mee geconfronteerd te worden.

En hoe reageer je dan? Hoe ga je ermee om? Wat doe je wel? Wat doe je niet?

Tijdens deze dagen verkennen we onze eigen visie en houding ten aanzien van ongewenste intimiteiten en staan we stil bij hoe verzorgende ongewenste intimiteiten ervaren als ze er mee te maken krijgen.

Tevens oefenen we in het opvangen en ondersteunen van de verzorgende en het effectief benaderen van de cliënt.

## ■ Reflectie in de zorg: begeleide intervisie

op maat

Op je werk komt er heel wat op je af. Door de drukte van je agenda is er soms geen tijd om stil te staan, ruimte te nemen voor de vragen en situaties waar je mee zit. En je collega's en je diensthoofd zitten samen met jou in hetzelfde ritme.

Je komt dan thuis en het lukt niet om alles van je werk los te laten. Je vertelt daar je verhaal en je krijgt aandacht, maar je mist iets: iemand die hetzelfde meemaakt, die de sector kent waarin je werkt, ...

Je ervaart de nood aan een plek om je vragen kwijt te kunnen, een luisterend oor te vinden en gericht te werken aan mogelijke oplossingen.

In intervisie krijg je die kans.

De leden van de intervisiegroep brengen actuele ervaringen in. Je leert van de kennis en ervaring van anderen. Je ontmoet een klankbord en er wordt je een gezonde spiegel voorgehouden. Je ontmoet betekeniskaders die mogelijk sterk verschillen van je eigen betekenisgeving waardoor je blik verruimt. In vertrouwen kan je, dat waar je mee zit, voorleggen aan gelijke deskundigen.

De begeleider geeft de bijeenkomsten op een ondersteunende manier vorm. Zij bewaakt de doelen van intervisie, zorgt dat afspraken worden nagekomen, let er op dat iedereen aan bod komt.

## ■ Teambegeleiding

op maat

Samenwerken in een team verloopt niet altijd vlekkeloos.

De oorzaken van deze problemen vinden vaak hun oorsprong in het onvoldoende uitklaren en zinvol krijgen van de doelstellingen (wat moeten wij bereiken als team?), de rolverwachtingen (wie doet wat om dat te bereiken?) en de werk-procedures (welke samenwerkingsafspraken leggen we vast om dit te bekomen?).

In onze aanpak besteden we dan ook expliciet aandacht aan de verschillende teambouwstenen. We klaren de kernopdrachten en doelstellingen uit, maken rollen, functies en verwachtingen naar elkaar toe duidelijk en bouwen een afsprakensysteem uit waar het team zich kan in vinden. Doorheen dit alles hebben we continu aandacht voor vertrouwen, de onderlinge relaties, hoe deze bevorderd worden door deze afspraken en welke andere acties eventueel moeten genomen worden om deze te verbeteren.



## ANDERE VORMINGEN

	Aantal dagdelen
• Assertiviteit in zorg	2
• Discretie in de zorg	1
• Respectvol omgaan in de zorg	1
• Helpen en geholpen worden	1
• Niet kwaad bedoeld ... en toch! Seksueel grensoverschrijdend gedrag in de zorg	2
• Omgaan met intimiteit	2
• Emoties in de zorg	2
• Ontspannen in de zorg	2
• Professionele zorg en mantelzorgers	2
• Stilstaan bij de taal van je lichaam	2
• Durf ik of durf ik niet? Over faalangst	2
• Zorg voor gezonde en aangepaste voeding	2
• Kraamzorg	1
• Comfortzorg	2 + 1 uitbreiding
• Efficiënt poetsen	1
• Organisatie van de huishouding	1
• Creatief verhaaltjes vertellen	1
• Een avontuurlijke groene opvang	1 of 2
• Bodypaint en grime voor kinderen van 1 tot 3 jaar	1
• De leefwereld van kansarme gezinnen	2
• Ouderenmis(be)handeling	1
• Verwardheid bij ouderen	1
• Waardig sterven	2
• Besmettelijke ziekten	1
• Multiple Sclerose	1
• Leven met incontinentie	1
• Medische hulpmiddelen thuis	1
• Ongevallen in en om het huis	2
• Huid en huidaandoeningen	
• Ontspoorde zorg	2
• Jezelf en de ander beter leren kennen : kernkwaliteiten	2
• Collegiale opvang na een schokkende gebeurtenis	4



## INHOUD

Communicatie in-zicht	3	Dementie tweeluik	12
Communicatie-vaardig	3	Contact maken met een dementerende persoon	12
Observeren en rapporteren in de zorg	3	Dementie en rouw	12
Kritiek geven en ontvangen	3	Familiebegeleiding in geval van dementie	12
Beeldvorming in de zorg	3	Het opmaken van de levensbalans in de laatste levensfase	13
Omgaan met discriminerende cliënten	4	Ethiek in de ouderenzorg	13
Eigen waarden en normen in de zorg	4	Aromatherapie bij dementerende ouderen	13
Grenzen in de zorg	4	Introductie in de palliatieve zorg	13
Aanraken en aangeraakt worden	4	Communicatie in palliatieve zorg: Omgaan in waarheid	13
Help laat me los: Stopzetten van agressie	4	Omgaan met patiënt en familie in palliatieve zorg	14
Op zoek naar je eigen kwaliteiten	5	Omgaan met emotionele pijn in palliatieve zorg	14
Fluitend naar je werk	5	Omgaan met spirituele pijn in palliatieve zorg	14
Zorgzaam samenleven met verschillen	5	Moeilijke situaties in palliatieve zorg	14
Samenwerken in een team	5	Ethische vraagstukken rond sterven	14
De zorgbalans in evenwicht	5	Aromatherapie in palliatieve zorg	14
Omgaan met stress	6	Omgaan met afscheid	15
Eenvoudige massages voor dagelijks gebruik	6	Rouw en verdriet bij ouderen	15
Handen-, voeten- en gezichtsmassage	6	Leven met gemis, een nieuwe visie op rouw	15
Lachen is gezond	6	Troost	15
Aromatherapie	7	Het Cerebro-Vasculair Accident – CVA	16
Helpen in kansarme gezinnen	7	Chronisch Vermoeidheidssyndroom – CVS – ME en fibromyalgie	16
Inleiding in de leefwereld	7	CARA	16
van de psychiatrische patiënt voor de nevendiensten	7	Menopauze	16
Opvoeden is liefdevol kordaat zijn	7	Osteoporose	16
Aanmoedigen en begrenzen	7	Omgaan met psychiatrische patiënten in de thuiszorg	16
Kinderen zelfvertrouwen geven	7	Depressie	17
Kleine mensjes, grote gevoelens	8	Diabetes	17
Depressie bij kinderen en jongeren	8	De ziekte van Parkinson	17
Taalactivering 0 – 3-jarigen	8	Kanker en thuiszorg	17
Moeilijke etertjes	8	Geneesmiddelen: gebruik en misbruik	17
Heksen en magie	8	Reuma	18
Bewegingsspelletjes voor peuters en kleuters	8	Hebt u pijn?	18
Een droomjob in de kinderopvang	8	Alcoholisme	18
Inrichting van de kinderopvang – binnen en buiten	8	Functioneringsgesprekken	18
“Allemaal beestjes” in de opvang	9	Hoe breng je slecht nieuws met zorg?	18
Verantwoord speelgoed	9	Veranderen: balanceren tussen onmacht en kracht	19
Zintuiglijk stimuleren van baby en peuter	9	Leren: ieder met eigen stijl en kwaliteiten	19
Minutenknutsels voor peuters en kleuters	9	Omgaan met feedback	19
Creaties met afval	9	Begeleiden en coachen door vragen stellen	19
Verf in geuren en kleuren	9	Tussen afstand en nabijheid	20
Diversiteit binnen de opvang	9	Heb ik een conflict of heeft het conflict mij?	20
Discretie in de zorg voor kinderen	9	Zorg dragen voor mijn team:	
Respectvol omgaan in de zorg voor kinderen	10	kijken met een groepsdynamische bril naar je team	20
Samenwerken in zorg voor kinderen	10	Peterschap/meterschap: het begeleiden	
De leefwereld van ouderen	10	van nieuwe medewerkers op de werkvloer	20
Reminiscentie bij ouderen	10	Ondersteunen van verzorgenden in kansarme gezinnen	20
Hoe integreer ik het levensverhaal in de dagelijkse zorg	10	Seksueel grensoverschrijdend gedrag in de zorg:	
Thuis in het rusthuis	11	Opvang en ondersteuning van medewerkers	21
Omgaan met probleemgedrag bij ouderen	11	Reflectie in de zorg: begeleide interview	21
Preventie van depressie bij ouderen	11	Teambegeleiding	21
Geheugenproblemen bij ouderen	11		
Reminiscentie bij ouderen met geheugenverlies	11		



**Zorg·Saam**<sup>VZW</sup>

Remylaan 4b - 3018 Wijkmaal-Leuven  
tel 016/24 39 75 - fax 016/24 39 71  
[www.zorgsaam.be](http://www.zorgsaam.be)  
[zorgsaam@zorgsaam.be](mailto:zorgsaam@zorgsaam.be)

vorming - opleiding - ondersteuning - vorming - opleiding