

Gerealiseerde instructie video's tijdens pilot



VERZORGEN

- Wat welke mantelzorg er moet weten: 2.51
- Wassen op bed: 5.30
- Wassen bij de wastafel : 9.26
- Helpen bij douchen: 13.57
- Helpen bij baden 13.01
- Helpen aankleden op bed 11.01
- Helpen uitkleden 3.29
- Toilet gang adviezen hulpmiddelen 10.07
- Toilet gang en incontinentie 6.58
- Katheter zakken en fixatie 6.59
- Po en urinaal op bed 9.41
- Bescherming van het matras bij incontinentie 2.11

VERPLAATSEN

- Helpen opstaan en gaan zitten: 9.26
 - Loophulpmiddelen: soorten, hoogte en hoe te gebruiken
 - Lopen aan de arm: 5.54
 - Wandelstokken: 5.26
 - Elleboog krukken: 16.42
 - Rollator: 15.20
 - Looprek: 8.17
 - Vier poot stok: 3.11
 - Vallen voorkomen: 25.11
 - Instructie rolstoel rijden: 25.21
 - Trippelstoel: 12.39
-
- **Totaal: 218.48 minuten film**

Gerealiseerde instructievideo's na pilot



Elastische kousen:

In Nederland dragen bijna 300.000 mensen steunkousen, ook wel compressiekousen genoemd. Om voor deze mensen het aantrekken van de steunkousen te vergemakkelijken, zijn een aantal hulpmiddelen op de markt. Deze hulpmiddelen verlagen de weerstand, of verlengen de armen.

Wij maakten in eigen beheer de onlinecursussen elastische kousen aan- uittrekken met weerstand verlagende hulpmiddelen.

Leer dankzij deze unieke serie instructievideo's hoe u compressiekousen aantrekt met zo min mogelijk kracht en huidbelasting en hoe u deze hulpmiddelen op een goede manier zelfstandig of als mantelzorger of helpende kunt gebruiken.

Daarnaast hebben we andere relevante videoinstructies verzameld over hulpmiddelen die het mogelijk maken om het aantrekken of uittrekken van elastische kousen met zo min mogelijk huidbelasting uit te voeren. Maar ook met zo min mogelijk lichamelijke (over)belasting van de gebruiker of helper.

Elastische kousen met open teen: aantrekken en uittrekken

- *Instructie door deskundige; aantrekken kous*
- *Zelf leren aantrekken kous*
- *Instructie voor mantelzorg; aantrekken kous*
- *Steunkous leren aantrekken met onderbeenwond*
- *Instructie door deskundige: uittrekken kous*
- *Zelf leren uittrekken kous*
- *Zelf leren uittrekken met antislipmat*
- *Instructie voor mantelzorger; uittrekken kous*
- *Steunkous leren uittrekken met onderbeenwond*

Elastische kousen met gesloten teen aantrekken en uittrekken

- *Instructie door deskundige; aantrekken kous*
- *Zelf leren aantrekken kous*
- *Instructie voor mantelzorg; aantrekken kous*
- *Instructie door deskundige: uittrekken kous*
- *Zelf leren uittrekken kous*
- *Instructie voor mantelzorger; uittrekken kous*

Elastische lieskousen aantrekken en uittrekken

- *Instructie door deskundige; aantrekken kous*
- *Zelf leren aantrekken kous*
- *Instructie voor mantelzorg; aantrekken kous*
- *Instructie door deskundige: uittrekken kous*
- *Zelf leren uittrekken kous*
- *Instructie voor mantelzorger; uittrekken kous*

#tipvandeweek:

- In deze lijst van videobeelden laten we tips of verhalen zien uit het dagelijks leven die gaan over zelfredzaamheid bij het verplaatsen of het verzorgen.
De tips zijn gefilmd door geriatriefysiotherapeut Marian Fonville, tijdens haar dagelijkse werkzaamheden of ontmoetingen. Met deze tips hopen we met elkaar een Samen Beter Thuis te ondersteunen

Instructievideo's gebruik de webapp:

- Hoe maak je een webapp op een ipad IOS
- Hoe maak je een Samen Beter Thuis app op Iphone IOS

Instructievideo's voor het gebruik van de website Samen Beter Thuis:

- Zoeken met Samen Beter Thuis 1; informatie voor mantelzorg en zelfzorg. Hoe blijf je zelfredzaam?
- Zoeken met Samen Beter Thuis 2; informatie voor mantelzorg en zelfzorg. Gebruik van de home-knop
- Zoeken met Samen Beter Thuis 3; informatie voor mantelzorg en zelfzorg. Uitleg zoeken per onderwerp.
- Zoeken met Samen Beter Thuis 4; informatie voor mantelzorg en zelfzorg. Hoe werkt het zoekvenster?
- Zoeken met Samen Beter Thuis 5A; informatie voor mantelzorg en zelfzorg. Uitleg over het uitrol menu
- Zoeken met Samen Beter Thuis 5B; informatie voor mantelzorg en zelfzorg. Uitleg instructievideo's YT
- Zoeken met Samen Beter Thuis 5C; informatie voor mantelzorg en zelfzorg. Uitleg gebruik van YouTube
- Zoeken met Samen Beter Thuis 6; informatie voor mantelzorg en zelfzorg. Uitleg zoeken naar informatie