

Wat kunnen naasten doen?



Praktische ondersteuning

- ☐ Zorgen dat wasmiddel, shampoo, toiletpullen e.d. op voorraad zijn/blijven
- ☐ Persoonlijke boodschappen doen/bijhouden
- ☐ Kamer opruimen en eigen planten verzorgen
- ☐ Administratie/post verwerken, financiën verzorgen en agenda bijwerken
- ☐ Bezoek opticien, audicien en (externe) kapper
- ☐ Medische specialisten bellen en bezoeken
- ☐ Zorgen voor apparatuur
- ☐ Technische klusjes zoals lampjes verwisselen
- ☐ Digitale ondersteuning (mobiele telefoon)
- ☐ Bloemen of planten voor de kamer meenemen
- ☐ Bijhouden van de tuin
- ☐ Bloemen en planten verzorgen



Persoonlijke verzorging

- ☐ Kledingkasten opruimen en kleding wisselen
- ☐ Voor voldoende (nacht) kleding zorgen
- ☐ Nieuwe schoenen aanschaffen en indien nodig poetsen
- ☐ Reparatie of herstelwerk aan kleding of andere persoonlijke eigendommen
- ☐ Aan- en uitkleden
- ☐ Wassen en douchen
- ☐ Helpen met uitvoeren beweegoefeningen
- ☐ Haarverzorging, krulspelden inzetten
- ☐ Scheren van gezicht
- ☐ 's Avonds naar bed brengen
- ☐ Nagelverzorging
- ☐ Helpen met toiletgang
- ☐ Make-up aanbrengen
- ☐ Gezicht verzorgen
- ☐ Handmassage



Eten & drinken

- ☐ Tafel dekken en afruimen
- ☐ Koffiezetten en helpen ronddelen
- ☐ Uw naaste activeren om zelf/samen brood te halen
- ☐ Ondersteunen bij eten en drinken tijdens maaltijden
- ☐ Bakken van een cake, taart of koekjes
- ☐ Boodschappen doen
- ☐ Afwassen of vaatwasser in- en uitruimen
- ☐ Fruit klaarmaken
- ☐ (Streek)gerechten maken



(Medische) zorg

- ☐ Medicatie verstrekken aan uw naaste
- ☐ Naar ziekenhuis, audicien, opticien gaan



Buitenshuis

- ☐ Samen wandelen of fietsen op een duofiets
- ☐ Andere bewoner meenemen met wandelen
- ☐ Samen een boodschap doen
- ☐ Op verjaardagsvisite
- ☐ Vereniging bezoeken (zoals biljartclub)
- ☐ Naar de bibliotheek gaan
- ☐ Naar de kerk gaan
- ☐ Ritje maken met de auto
- ☐ Naar de markt, terrasje pakken, ijsje eten
- ☐ Ophalen voor familiegelegenheden/bezoek
- ☐ Samen boodschappen doen
- ☐ Meegaan met een uitje
- ☐ Theatervoorstelling of bioscoop bezoeken
- ☐ Cadeautjes verzorgen bij speciale dagen
- ☐ Uiteten gaan
- ☐ Samen een kaartje posten
- ☐ Een levensboek of een fotoalbum maken
- ☐ Op (mini) vakantie gaan



Schoon en fris

- ☐ Privékasten van binnen schoonmaken en ordenen
- ☐ Uw eigen afwas doen na bezoek (of kopjes naar de keuken brengen)
- ☐ Gordijnen wassen van het eigen appartement
- ☐ Schoonmaken scheer- en gehoorapparaat
- ☐ Rolstoel en rollator schoonmaken
- ☐ Koelkast schoonmaken en producten nakijken op houdbaarheid
- ☐ Diepvries af en toe ontdooien en schoonmaken
- ☐ Samen de kamer stoffen of opruimen
- ☐ Grote schoonmaak (voor- en najaar)
- ☐ Wc extra schoonmaken
- ☐ Bed opmaken of verschonen (extra)
- ☐ Ramen zemen
- ☐ Schoonmaken balkon



Samen doen

- ☐ Samen eten
- ☐ Spelletje doen, muziek luisteren of film kijken
- ☐ Samen knutselen of handwerken
- ☐ Voorlezen uit een boek, tijdschrift of krant
- ☐ Andere bewoners meenemen naar activiteiten of beweegactiviteit aan tafel begeleiden
- ☐ (Achter)kleinkinderen meenemen
- ☐ Samen zingen
- ☐ Samen naar de kerkdienst luisteren
- ☐ Samen foto's bekijken
- ☐ (Beeld)bellen
- ☐ (Avond)activiteit organiseren
- ☐ Kerstboom optuigen/aftuigen