



**IEDEREENZORGT**

# GRATIS CURSUS ADL

Voor **mantelzorgers, vrijwilligers en iedereen** die helpt bij de zorg voor anderen. Leer meer over (persoonlijke) verzorging aan anderen.



Nederland vergrijst en we hebben elkaar hard nodig. Misschien helpt u al iemand uit uw familie of omgeving die ondersteuning nodig heeft in de persoonlijke verzorging. Of wilt u dat gaan doen. Dan is deze cursus iets voor u!

**ZORG OOK VOOR JEZELF**

**ADL staat voor Algemeen Dagelijkse Levensverrichtingen. We bedoelen hiermee activiteiten zoals aankleden, verplaatsen en ondersteunen bij (gebits)verzorging. Wanneer iemand beperkingen heeft of om andere redenen niet goed kan meewerken, is het niet altijd eenvoudig om hierbij te helpen. Zeker niet als u ook nog op uw eigen (fysieke) belasting wilt of moet letten. Daarom is een goede ADL-training wel zo handig en verstandig.**

### **VOOR WIE IS DE CURSUS BEDOELD?**

Deze cursus is bedoeld voor mantelzorgers, vrijwilligers en iedereen die te maken heeft met naasten, vrienden, bekenden of anderen die ondersteuning nodig hebben bij hun persoonlijke zorg. Er is geen speciale vooropleiding nodig voor deze cursus.

### **WAT LEERT U IN DE CURSUS?**

In deze cursus leert u hoe u anderen kunt helpen bij hun persoonlijke verzorging.

Aan bod komen:

- Wassen/mondzorg;
- Aankleden;
- Bed verschonen met zorgvrager erin;
- Verplaatsen van bed naar stoel, rolstoel en rollator;
- Steunkousen en hulpmiddelen;
- Toiletgang;
- Verplaatsen met rollator en rolstoelen.

### **WERKWIJZE EN BEWIJS VAN DEELNAME**

Onder de deskundige begeleiding van een ervaren zorgprofessional oefent u met verschillende handelingen. Daarnaast maakt u kennis met andere mantelzorgers, vrijwilligers en anderen die helpen bij de persoonlijke verzorging van mensen. Er is voldoende gelegenheid om ervaringen en tips uit te wisselen. Na afloop van de cursus ontvangt u een bewijs van deelname voor eigen gebruik.

### **DE CURSUS IS GRATIS**

Aan deze cursus zijn voor u geen kosten verbonden. Want goede ouderenzorg bestaat niet zonder de onmisbare inzet van familie, naasten, mantelzorgers en vrijwilligers. Van u dus. Daar zijn we u dankbaar voor en daarom organiseren we samen dit cursusaanbod.

De cursus wordt u aangeboden door IedereenZorgt, het netwerk van samenwerkende VVT- (Verpleging, Verzorging & Thuiszorg) organisaties in Noordoost-Brabant. We krijgen daarbij professionele ondersteuning van het Koning Willem I College, het Regionaal OpleidingsCentrum (ROC) in Noordoost-Brabant.

# WAAR EN WANNEER VINDT DE CURSUS PLAATS? HOE MELDT U ZICH AAN?

De cursus wordt in de zomer van 2023 gegeven op meerdere plaatsen, data en tijden in de regio Noordoost-Brabant: Boxmeer, Boxtel, Den Bosch, Grave, Loon op zand, Oss, Veghel en Vught. U kunt zich per e-mail aanmelden voor de cursus. Na ontvangst van uw aanmelding ontvangt u nadere informatie van ons over de cursus. U kunt uw vragen ook per e-mail stellen. Wij zullen u dan zo spoedig mogelijk antwoorden.

## Boxtel

De cursus wordt gegeven in Zorgexpertisehuis Liduina, Liduinahof 35 in Boxtel. U kunt zich via [samenzorgen@zgem.nl](mailto:samenzorgen@zgem.nl) voor één van onderstaande cursussen aanmelden. Graag in deze mail uw naam, telefoonnummer en de datum van de cursus van uw voorkeur vermelden.

- Donderdag 20 juli 2023 van 09:00 tot 13:00 uur
- Donderdag 31 augustus 2023 van 09:00 tot 13:00 uur
- Donderdag 21 september 2023 van 12:30 tot 16:30 uur

## Den Bosch

De cursus wordt gegeven in Noorderkroon, Manis Krijgsmanhof 71 in Den Bosch. U kunt zich via het mailadres [academie@brabantzorg.eu](mailto:academie@brabantzorg.eu) voor één van onderstaande cursussen aanmelden. Graag in deze mail uw naam, telefoonnummer en de datum van de cursus van uw voorkeur vermelden.

- Dinsdag 11 juli 2023 van 13:00 tot 17:00 uur
- Dinsdag 15 augustus 2023 van 13:00 tot 17:00 uur
- Woensdag 30 augustus 2023 van 13:00 tot 17:00 uur

## Grave

De cursus wordt gegeven in Catharinahof, Koninginnedijk 252 in Grave. U kunt zich via het mailadres [academie@brabantzorg.eu](mailto:academie@brabantzorg.eu) voor één van onderstaande cursussen aanmelden. Graag in deze mail uw naam, telefoonnummer en de datum van de cursus van uw voorkeur vermelden.

- Woensdag 12 juli 2023 van 13:00 tot 17:00 uur
- Woensdag 9 augustus 2023 van 13:00 tot 17:00 uur
- Donderdag 21 september 2023 van 13:00 tot 17:00 uur

**ZORG OOK VOOR JEZELF**



# IEDEREENZORGT

## Loon op Zand

De cursus wordt gegeven in woonzorgcentrum De Venloene, De Venloene 1 in Loon op Zand. U kunt zich via [samenzorgen@zgem.nl](mailto:samenzorgen@zgem.nl) voor deze cursus aanmelden. Graag in deze mail uw naam, telefoonnummer en de datum van de cursus vermelden.

- Donderdag 7 september 2023 van 09:00 tot 13:00 uur

## Oss

De cursus wordt gegeven in De Wellen, Driek van Erpstraat 2 in Oss. U kunt zich via het mailadres [academie@brabantzorg.eu](mailto:academie@brabantzorg.eu) voor één van onderstaande cursussen aanmelden. Graag in deze mail uw naam, telefoonnummer en de datum van de cursus van uw voorkeur vermelden.

- Maandag 10 juli 2023 van 13:00 tot 17:00 uur
- Dinsdag 24 augustus 2023 van 13:00 tot 17:00 uur
- Vrijdag 15 september 2023 van 09:00 tot 13:00 uur

## Veghel

De cursus wordt gegeven in De Watersteeg, Reigerdonk 37 in Veghel. U kunt zich via het mailadres [academie@brabantzorg.eu](mailto:academie@brabantzorg.eu) voor één van onderstaande cursussen aanmelden. Graag in deze mail uw naam, telefoonnummer en de datum van de cursus van uw voorkeur vermelden.

- Donderdag 13 juli 2023 van 13:00 tot 17:00 uur
- Woensdag 23 augustus 2023 van 13:00 tot 17:00 uur
- Woensdag 27 september 2023 van 13:00 tot 17:00 uur

## Vught

De cursus wordt gegeven in Woonzorgcentrum Theresia, Molenrijnselaan 48 in Vught. U kunt zich via het mailadres [m.vanboxtel@vughterstede.nl](mailto:m.vanboxtel@vughterstede.nl) voor onderstaande cursus aanmelden. Graag in deze mail uw naam en telefoonnummer vermelden.

- Maandag 4 september van 13:00 tot 17:00 uur



# VERVOLG PLAATSEN, DATA EN TIJDEN

## Boxmeer

In Boxmeer is de inhoud van de cursus verdeeld over twee bijeenkomsten van drie uur. De cursus wordt gegeven bij Pantein, Velgertstraat 1 in Boxmeer. U kunt zich via [info@zwderegenboog.nl](mailto:info@zwderegenboog.nl) voor één van onderstaande cursusgroepen aanmelden. Graag in deze mail uw naam, telefoonnummer en de groep van uw voorkeur vermelden.

### Groep 1

- Dinsdag 4 juli 2023 van 09.30 tot 13.00 uur
- Dinsdag 18 juli 2023 van 09.30 tot 13.00 uur

### Groep 2

- Donderdag 6 juli 2023 van 09.30 tot 13.00 uur
- Donderdag 20 juli 2023 van 09.30 tot 13.00 uur

### Groep 3

- Donderdag 25 juli 2023 van 13.00 tot 16.30 uur
- Dinsdag 8 augustus 2023 van 13.00 tot 16.30 uur

### Groep 4

- Donderdag 27 juli 2023 van 09.30 tot 13.00 uur
- Donderdag 10 augustus 2023 van 09.30 tot 13.00 uur

### Groep 5

- Maandag 31 juli 2023 van 09.30 tot 13.00 uur
- Maandag 14 augustus 2023 van 09.30 tot 13.00 uur

### Groep 6

- Woensdag 2 augustus 2023 van 09.30 tot 13.00 uur
- Woensdag 16 augustus 2023 van 09.30 tot 13.00 uur

### Groep 7

- Dinsdag 19 september 2023 van 9.30 tot 13.00 uur
- Dinsdag 3 oktober 2023 van 9.30 tot 13.00 uur

### Groep 8

- Woensdag 27 september 2023 van 09.30 tot 13.00 uur
- Woensdag 11 oktober 2023 van 09.30 tot 13.00 uur

## WIJ VERHEUGEN ONS OP UW DEELNAME!

**ZORG OOK VOOR JEZELF**



**IEDEREENZORGT**

**AANGEBODEN DOOR:**



Sint Anna  Boxmeer



Van Neynsel



Santé Partners



zorggroep  
elde  
maasduinen



Laverhof



VIVENT  
zorgt!

Pantéin

