



Hogeschool PXL
Departement PXL - Healthcare
Opleiding Ergotherapie

Handelingsfiches voor docenten ergotherapie PXL

PWO Leefbaar wonen

Door **Nele Verheyden** en **Ilse Verslegers**

Bachelorproef aangeboden tot het bekomen van het diploma van
Bachelor in de Ergotherapie
o.l.v. **Myriam Westhovens**, promotor

Hasselt, 2015

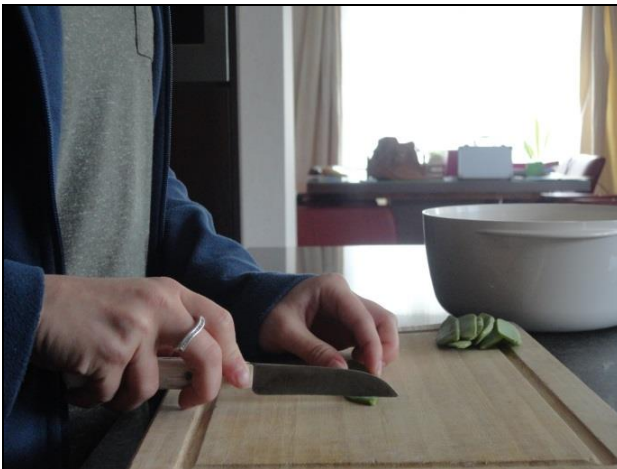
Inhoud

1. Keuken	4
1.1 Groenten snijden.....	5
2. Bureau	6
2.1 typen op computer	7
3. Badkamer	8
3.1 tanden poetsen	9
4. Huishoudkamer	10
4.1 strijken	11
5. slaapkamer.....	11
5.1 In bed gaan liggen.....	13

1. Keuken



1.1 Groenten snijden



Deelhandelingen:

- Voorbereidingen treffen (materiaal klaarleggen, groenten wassen en afdrogen)
- Groenten op plank leggen
- Groenten snijden met voorkeurshand & fixeren met niet-voorkeurshand
- Groenten in de kom werpen

Aandachtspunten:

- Oog- hand coördinatie
- Hand- hand coördinatie
- Veiligheid bij het hanteren van het mes
- Ordelijk werken
- Na gebruik van materiaal terug alles op de juiste plaats terug leggen

Assessment:

- AMPS
- SODA
- PDMS- 2
- ARA
- 9 hole peg test

Hulpmiddelen:

- Eéngreepsmengkraan
- Sensorkraan
- Groot kraanhandvat
- Uittrekkraan
- Kitchenworkstation
- Groentesnijder op batterijen
- Aangepaste grepen bv. dunschiller
- Appelboor
- Snijmachine

2. Bureau



2.1 typen op computer



Deelhandelingen:

- Diepte stoelzitting → 2 à 3 vingers tussen stoel & knieholte
- Hoogte stoelzitting → voeten plat, dijen bijna horizontaal met knieën, iets lager dan heupen
- Rugleuning → uitstulping van stoel = rugholte
- Dynamische zitting → stoel kan kantelen
- Armsteunen → ingesteld op breedte & hoogte → ontspannen schouders, onderarmen ondersteund t.h.v. werkblad
- Toetsenbord → 10 cm van rand + muis ernaast
- Hoogte scherm → bovenrand t.h.v. ogen

Aandachtspunten:

- De juiste zithouding is afhankelijk van de lichaamsbouw.

Assessment:

- SODA
- AMPS
- PDM-2
- ARA
- 9 hole peg test

Hulpmiddelen:

- Kleurentoetsenbord
- Aangepast toetsenbord
- Toetsenbordstandaard

Handige link:

http://www.fadal.be/ergo/nl/SCO_0001/default .htm

3. Badkamer



3.1 tanden poetsen



Deelhandelingen:

- Tandborsten en tandpasta vastnemen (grijpen)
- Duwen op tandpasta en verdelen over tandenborstel
- Met tandenborsten tanden poetsen
- Mond spoelen

Aandachtspunten:

- Opletten met slikproblemen
- Krachtdosering
- Hand-hand coördinatie
- Oog-hand coördinatie
- Opletten dat al het materiaal binnen handbereik staat

Assessment:

- AMPS
- SODA
- PDMS-2
- ARA
- 9 hole peg test

Hulpmiddelen:

- Elektrische tandenborstel
- Tandborstel met aangepaste greep
- Tubeknijper

4. Huishoudkamer



4.1 strijken



Deelhandelingen:

- Strijkgerief klaarzetten
- Kleding op strijkplank leggen
- Strijkijzer hanteren met voorkeurshand
- Kledingstuk fixeren met niet-voorkeurshand
- Kledingstuk draaien en zelfde proces

Aandachtspunten :

- Denk aan de veiligheid omtrent het strijkijzer

Assessment:

- AMPS
- ARA
- SODA
- PDMS- 2

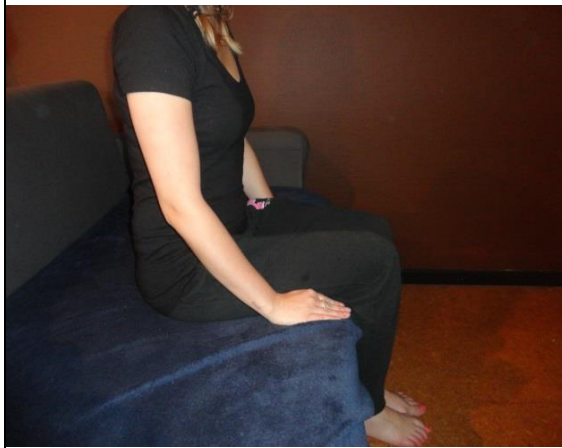
Hulpmiddelen:

- Contrastkleuren gebruiken
- Strijkijzer met stoomgenerator (lichter gewicht)
- Wandstrijkplank
- Strijkkruk

5. Slaapkamer



5.1 In bed gaan liggen



Deelhandelingen:

- Positioneren langs het bed
- Reiken en grijpen naar het deken
- Deken vastnemen en openplooien
- Terug positioneren langs het bed
- Draaien en op de rand van het bed gaan zitten
- In een draaibeweging de benen in het bed plaatsen
- In voorkeurshouding gaan liggen
- Reiken en grijpen naar het deken
- Deken vastnemen en positioneren

Aandachtspunten:

- Zorg voor voldoende evenwicht

Assessment:

- AMPS
- SODA
- PDMS- 2

Hulpmiddelen:

- Zorgbed
- Hoog-laag bed
- Bedverhoger