

# Ergotherapie

Careyn

Postbus 9217  
3506 GE Utrecht

Careyn

030 - 258 87 25

E-mail

Secretariaat.paramedici@careyn.nl

Website

www.careyn.nl

Praktische  
oplossingen  
voor dagelijkse  
problemen



Samen werkt 't beter



Samen werkt 't beter

# Ergotherapie

U heeft hulp nodig bij het aankleden maar wilt dit graag zelfstandig kunnen doen.  
U kunt niet meer fietsen naar de winkels, maar wilt toch graag nog uw boodschappen kunnen doen.  
U kunt uw hand niet meer goed gebruiken bij allerlei dagelijkse handelingen.  
U ondervindt problemen in huis door een lichamelijke beperking en wilt graag advies over geschikte aanpassingen.  
Uw vrouw wordt steeds vergeetachtiger en het kost u moeite om haar te helpen. Hoe kunt u zo lang mogelijk samen thuis blijven wonen?

## Wat is ergotherapie?

Soms kunt u in het dagelijks leven dingen die u gewend was niet meer doen. Dit kan het gevolg zijn van een ziekte, handicap of het ouder worden. Zo kunt u bijvoorbeeld problemen hebben bij het uitvoeren van huishoudelijke taken, het zelfstandig verplaatsen, uw hobby's of uw werk. Gelukkig is de oplossing hiervoor soms dichterbij dan u denkt.  
Ergotherapie richt zich op de praktische gevolgen van een ziekte, een handicap of het ouder worden bij het uitvoeren van dagelijkse activiteiten. Het vergroten of behouden van uw zelfstandigheid staat hierbij voorop.



## Wat doet een ergotherapeut?

De ergotherapeut komt over het algemeen bij u thuis. Nadat in een eerste gesprek duidelijk is geworden wat uw vragen en problemen zijn, zoekt de ergotherapeut met u naar oplossingen voor uw problemen.

Dit kan door het opnieuw of anders leren uitvoeren van activiteiten, zoals het éénhandig wassen en aankleden, het bereiden van de maaltijd of het leren verdelen van uw energie over de dag.

Daarnaast adviseert de ergotherapeut over hulpmiddelen en woning-aanpassingen die de beperkingen kunnen oplossen of onveilige situaties kunnen verhelpen.

Te denken valt aan aangepast bestek, een traplift, een scootmobiel of het verwijderen van de drempels. Zonodig wordt er getraind met het hulpmiddel.

Ook geeft de ergotherapeut adviezen over hoe u problemen kunt voorkomen. Mantelzorgers kunnen ook advies en instructie krijgen van de ergotherapeut.



## Hoe komt u bij een ergotherapeut?

U kunt via uw huisarts of specialist een verwijzing krijgen. Met deze verwijzing kunt u zich aanmelden via het secretariaat van het Advies en Behandelcentrum.

Telefoon 030-25 88 725, of [secretariaat.paramedici@careyn.nl](mailto:secretariaat.paramedici@careyn.nl).

In de basisverzekering voor de ziektekosten heeft u recht op 10 uur ergotherapie per jaar. Sommige aanvullende verzekeringen geven recht op extra uren.

De ergotherapeuten staan geregistreerd in het kwaliteitsregister Paramedici. Zij nemen deel aan het ParkinsonNet en zijn gespecialiseerd in dementie.