

# Revalideren

*Samen met zorggroep Maas & Waal*



# Uw doel? Ons doel!

Zo snel mogelijk terug naar huis, in het volste vertrouwen dat u zich daar alleen of met hulp van een partner of mantelzorger kunt redden. De meeste mensen die bij zorggroep Maas & Waal komen revalideren, hebben dat doel voor ogen. Met de juiste vakmensen, brede expertise en succesvolle methoden streven wij diezelfde doelstelling na. Samen met u leggen we de weg af naar herstel, een versterkte conditie of het omgaan met uw beperking.

## **zMW-werkstijl**

Onder revalideren verstaan wij het traject dat erop gericht is weer thuis te kunnen functioneren. Dat hoeft niet te betekenen dat u alles zelfstandig kunt. Met hulp van uw partner, mantelzorger of hulpverleners thuis, kunt u ook samenredzaam zijn. Om optimaal te kunnen revalideren, gaan wij in ons zMW Revalidatie- en Behandelcentrum uit van de zMW-werkstijl. Dat zorgt voor een continu revalidatieklimaat.

De zMW-werkstijl houdt het volgende in:

- **U bent aan zet**

U bepaalt wat u weer zelfstandig wilt kunnen doen om met een vertrouwd gevoel naar huis te gaan. Het revalidatieprogramma stemmen we daarop af. Daarbij moedigen wij u aan zoveel mogelijk zelf te (leren) doen. Van u verwachten we optimale inzet en vooral oprechte motivatie.

- **Zo snel mogelijk**

Vaak luidt het revalidatiedoel: zo snel mogelijk terug naar huis. We kijken daarom ook goed naar de thuissituatie in relatie tot eventuele mantelzorgers en anderen om u heen.

- **Alles is revalideren**

We vragen u om intensief te oefenen. Ook bij alledaagse bezigheden, zoals wassen en aankleden, eten en koffie inschenken. Alles draagt bij aan uw revalidatie.

- **Samen als één team**

We werken intensief samen. Met u, uw naasten en de verschillende disciplines die betrokken zijn bij uw revalidatie. Door gebruik te maken van elkaars expertise, bereiken we uw doel.



## **Deskundig en doeltreffend**

Ons revalidatiebeleid is gebaseerd op methoden die doelmatig en doeltreffend zijn. Een revalidatietraject bestaat uit zowel individuele therapie als groepstherapieën. Daarnaast spreken de therapeuten in overleg met u ook een oefenprogramma af. Simpele oefeningen die u op ieder moment van de dag zelfstandig kunt uitvoeren. Alles is immers revalideren!

## **In balans**

Onze therapeuten en zorgmedewerkers stimuleren u om de grenzen van uw kunnen op te zoeken tijdens uw revalidatietraject. We willen echter voorkomen dat u uitgeput raakt. Revalidatie vraagt namelijk veel van u. Samen zoeken we naar de goede balans tussen inspanning en ontspanning. Hiervoor hanteren we de zogenoemde PRET-regels.

## **De mensen om u heen**

Succesvol revalideren doet u niet alleen. Naast het deskundig team therapeuten en zorgmedewerkers van zorggroep Maas & Waal, zijn mensen die dicht bij u staan ook van groot belang. Daarom betrekken wij hen bij de therapie, zodat zij weten wat er van hen wordt verwacht en wat zij kunnen verwachten.

## **De PRET-regels**

### *P van Pauzeren*

*Tijdens de therapie houden we regelmatig pauzes zodat u weer op adem kunt komen.*

### *R van Rust*

*Op de revalidatie-unit en uw kamer zorgen we voor een rustige sfeer. U raakt minder snel vermoeid als het rustig, opgeruimd en stil is.*

### *E van Eén ding tegelijk*

*Om u goed te kunnen concentreren op de therapie, is het belangrijk om één ding tegelijk te doen.*

### *T van Tempo*

*U bepaalt het tempo van de revalidatie. We zullen u aanmoedigen om steeds iets verder te gaan, maar doen dat niet sneller dan u aankunt.*

## **Bij u thuis**

Aan het verblijf in het zMW Revalidatie- en Behandelcentrum komt een eind. Begeleiding en zorg vanuit zorggroep Maas & Waal gaan desgewenst 'met u mee naar huis'. We beschikken over een breed en deskundig zMW Thuiszorg- en Behandelteam. Ook zijn er mogelijkheden om op de Dagbehandeling verder te werken aan uw revalidatie. Na ontslag kunt u dus met een gerust hart naar huis. U staat er niet alleen voor.



*zMW staat u ook graag terzijde met de volgende diensten en services:*

- *Ondersteund wonen*
- *Logeer- en vakantieverblijf*
- *Pensionarrangement*
- *Dagbehandeling en -begeleiding*
- *Behandeling aan huis en poliklinisch (logopedist, ergo- en fysiotherapeut)*
- *Wijkverpleging*
- *Thuiszorg*
- *24-uursalarmering*
- *Maaltijdvoorziening en boodschappendienst*

## Contactgegevens

Voor meer informatie neemt u contact op met:

**Klantenservice zMW**

Telefoon: (0487) 59 96 66

E-mail: [klantenservice@zmw.nl](mailto:klantenservice@zmw.nl)

Het zMW Revalidatie- en  
Behandelcentrum

is gevestigd in Waelwick  
Schoolpad 1

6644 CP Ewijk

Telefoon: (0487) 50 96 66

**zMW**   
zorggroep Maas & Waal