

Activiteitentherapie

Een ziekenhuisopname is meestal geen prettige tijd. U kunt last hebben van lichamelijke klachten en beperkingen, pijn, problemen met uw geheugen en concentratie en/of verminderde stemming.

Het is belangrijk om wel actief te blijven tijdens uw opname. Wanneer u niet actief bent, kan dit ervoor zorgen dat uw lichamelijke of geestelijke gezondheid vermindert en u uw zelfstandigheid (deels) verliest. Het kan er ook voor zorgen dat u opnieuw in het ziekenhuis moet worden opgenomen. Uw zorgprofessional heeft u daarom aangemeld voor activiteitentherapie. Activiteitentherapie helpt u om fysiek en mentaal (geestelijk) actief te blijven door verschillende activiteiten aan te bieden. Voorbeelden hiervan zijn: bewegen, denkopdrachten, muziek, creativiteit en ontspanningsoefeningen. Hierbij kunnen we digitale hulpmiddelen inzetten. Deze activiteiten doet u alleen met een activiteitentherapeut, of in een groep.

Wat kan ik van activiteitentherapie verwachten?

Na een kennismakingsgesprek bespreken we met u met welk doel u gaat deelnemen aan de therapie. Hierbij houden we rekening met uw lichamelijke gezondheid. We werken samen met medisch specialisten en verpleegkundigen die bij uw behandeling betrokken zijn. De therapie kunt u alleen of in een groep doen, in overleg met u kijken we wat het beste bij u past. Individuele therapie gebeurt op uw kamer of in de therapieruimte. U werkt 1-op-1 met de therapeut aan uw doelen. De groepstherapie gebeurt in een kleine groep in de therapieruimte. Tussendoor bespreekt u met de therapeut of de therapie nog bij u past. Wanneer het nodig is, passen we de therapie aan. Na uw ontslag uit het ziekenhuis stopt de activiteitentherapie, maar we kunnen u wel tips meegeven voor thuis.

Waar kunnen we u bij helpen?

- Revalideren.
- Ondersteunen bij het voorkomen van beperkingen in uw dagelijks leven.
- Verbeteren van uw stemming en het verminderen van spanningsklachten.
- Vergroten van zelfvertrouwen en het vertrouwen in het lichamenlijk functioneren.
- Ontwikkelen van ritme (dagstructuur) met aandacht voor het in balans houden van uw energie.
- Gevoel van verbinding vergroten door contacten met lotgenoten.
- Beeld krijgen van uw functioneren voor de juiste behandeling en passende nazorg.

Contact

Voor meer informatie kunt u of uw eerste contactpersoon contact opnemen met de activiteitentherapeuten. Wij zijn bereikbaar van maandag tot en met vrijdag van 8.30 uur tot 17.00 uur op telefoonnummer: 088 708 40 43.

Check uw dossier op MijnZGT

MijnZGT is het patiëntenportaal van ZGT. U kunt op MijnZGT via uw computer, tablet of mobiel delen van uw medisch dossier inzien, persoonlijke gegevens checken, of bijvoorbeeld vragenlijsten invullen die wij voor u hebben klaargezet. Kijk voor meer informatie op: zgt.nl/mijnzgt

Almelo

Zilvermeeuw 1
Postbus 7600
7600 SZ Almelo

Hengelo

Geerdinksweg 141
Postbus 546
7550 AM Hengelo

 facebook.com/ZGTinfo

 twitter.com/ZGT_info

 linkedin.com/company/zgt

 youtube.com/user/ZGTinfo

 zgt.nl - zgt.nl/mijnzgt