



NPV-Thuishulp

Cursussen en workshops

npvzorg



NPV-Thuishulp
Cursussen en workshops

Inhoud

Cursussen en workshops NPV-Thuishulp	2
--------------------------------------	---

Cursussen

1. Basiscursus Vrijwilligers in de thuishulp	3
2. Basiscursus Omgaan met mensen met psychische problemen	5
3. Hybride cursus Terminale hulpverlening	7
4. Verzamelcursus Terminale hulpverlening	9
5. Basiscursus coördinatoren vrijwillige thuishulp	10
6. Verdiepingscursus coördinatoren vrijwillige thuishulp	12

Workshops

1. Workshop Aandacht voor levensverhalen en levensboeken	14
2. Workshop Claimend gedrag	15
3. Workshop Eenzaamheid	16
4. Workshop Grenzen aan vrijwilligerswerk	17
5. Workshop Jonge mantelzorgers	18
6. Workshop Mantelzorgondersteuning	19
7. Workshop Omgaan met dementie	20
8. Workshop Omgaan met ouderen	21
9. Workshop Signalering van ouderenmishandeling	23
10. Workshop Sociale vaardigheden	24

Trainingen

Training Niet-pluisgevoelens	26
Training Levensboeken	27

Kwaliteitsspel

Kwaliteitsspel voor vrijwilligers	28
-----------------------------------	----

Overig

Andere invulling	29
Tarieven cursussen en workshops	29
Meer weten en contactgegevens	30

Cursussen en workshops NPV-Thuishulp

De NPV-Thuishulp richt zich op het ondersteunen van de mantelzorger en aanvullende hulp op de beroepsmatige zorg bij de verzorging van bijvoorbeeld zieken, ouderen, mensen met een handicap of dementie en patiënten in hun laatste levensfase. Deze hulp is in handen van gemotiveerde vrijwilligers. Zij kunnen hun taak beter uitvoeren door het volgen van een cursus of bijscholing. Daarom biedt de NPV cursussen en workshops aan voor vrijwilligers van NPV-Thuishulpafdelingen en kerkelijke thuishulpgroepen.

In deze brochure vindt u over elke cursus en workshop meer informatie.

Het is goed om vooraf bij de vrijwilligers te peilen of ze behoefte hebben aan scholing. Zo ja, in welk onderwerp zijn ze geïnteresseerd? Het is mogelijk om een onderwerp aan te vragen dat niet in deze brochure wordt vermeld. Denk aan een thematische verdieping die volgt op de cursus *Terminale thuishulp*. Bijvoorbeeld over ethische dilemma's in de palliatieve zorg.

1. Basiscursus Vrijwilligers in de thuishulp

Omschrijving

Dit is een introductiecursus over de positie van de vrijwilliger in de thuishulp, situaties waarin de vrijwilliger ondersteuning kan bieden aan de hulpvrager en/of mantelzorger. De cursist leert welke taken binnen de vrijwillige thuishulp horen en waar de grenzen moeten worden bewaakt. Binnen de thuishulp biedt de vrijwilliger hulp op verschillende terreinen. De rechten en plichten van de vrijwilliger komen ook aan de orde.



Doel van de cursus

De vrijwilliger kan op een deskundige wijze hulp bieden aan een hulpvrager.

Leerinhouden

- Doel en visie van de NPV
- Structuur en werkwijze binnen de thuishulp
- Vrijwilligerswerk en motivatie
- Rechten en plichten van de vrijwilliger
- Grenzen voor vrijwilligers binnen de thuishulp
- Sociale vaardigheden

- Verschillen beroepskracht en vrijwilliger
- Mogelijkheden ter ondersteuning van de mantelzorger
(plaatselijk, regionaal, landelijk)

Doelgroep

Deze cursus is met name geschikt voor startende vrijwilligers. Van startende vrijwilligers wordt verwacht dat zij deze cursus volgen. Deze cursus is ook een aanrader voor vrijwilligers die graag willen nadenken over hun positie als vrijwilliger in relatie tot de hulpvrager.

Let op! Vrijwilligers die hulp gaan bieden binnen de terminale hulp kunnen de cursus 'Terminale hulpverlening' volgen. Een deel van de inhoud van deze cursus is daarin opgenomen.

Cursusduur

Eén dagdeel

2. Basiscursus Omgaan met mensen met psychische problemen

Omschrijving

In deze cursus kunnen de vrijwilligers kennismaken met enkele van de meest voorkomende ziektebeelden binnen de psychiatrie:

- depressie
- angststoornissen
- persoonlijkheidsstoornissen (in het bijzonder borderline)
- schizofrenie



De informatie is erop gericht om de vrijwilliger te helpen bepaald gedrag te kunnen herkennen, plaatsen en er mee om te kunnen gaan. De cursus is gericht op de basiskennis, er zal niet diep op ziektebeelden worden ingegaan. Ook door middel van videobeelden wordt een ziektebeeld nader toegelicht. Tijdens de bijeenkomsten ligt de nadruk op het oefenen van vaardigheden door het behandelen van casussen.

Doel van de cursus

De vrijwilliger krijgt basiskennis aangereikt en er worden vaardigheden aangeleerd om op de juiste manier hulp te kunnen bieden aan mensen met psychische problemen.

Leerinhouden

- Het belang van het stellen van eigen grenzen
- De rol van de coördinator
- De relatie van de vrijwilliger met beroepskrachten
- De relatie van de vrijwilliger met de mantelzorger
- Hoe om te gaan met signaleren van (slecht) bespreekbare problemen

Doelgroep

Vrijwilligers die betrokken zijn bij een hulpvrager met psychische problemen. Vrijwilligers die openstaan voor het bieden van hulp aan deze categorie hulpvragers. Van vrijwilligers wordt verwacht dat men vooraf een casus inlevert.

Let op! Het is gewenst dat de coördinator van de NPV-Thuishulpafdeling of van de kerkelijke thuishulpgroep deze cursus bijwoont.

Cursusduur

Twee dagdelen

3. Hybride cursus Terminale hulpverlening

Omschrijving

In deze cursus worden verschillende onderwerpen behandeld waar een vrijwilliger binnen de terminale hulp mee in aanraking komt. Diverse inhoudelijke thema's worden besproken met de positie van de vrijwilliger hierin als uitgangspunt. Van de vrijwilliger wordt een professionele houding verwacht. Hier wordt tijdens de cursus aandacht aan besteed.



Doel van de cursus

De vrijwilliger kan binnen de terminale hulp op een deskundige wijze hulp bieden aan de hulpvrager en mantelzorger.

Leerinhouden

- Wie is de NPV?
- Vrijwilligerswerk en de positie van de vrijwilliger
- De mantelzorger
- Rechten en plichten van de vrijwilliger
- Palliatieve/terminale zorg
- Lichamelijke verzorging
- Sociale vaardigheden
- Praktische vaardigheden
- De zorg voor de stervende, vroeger en nu

- Betekenis van de dood, eigen verlieservaring
- De rol van vrijwilliger versus beroepskracht
- Praktische vaardigheden
- Reactie op ziekte, sterven en overlijden
- Pijn en pijnbestrijding
- Ethische vragen rondom het sterven
- Herkennen van de naderende dood
- Rouwverwerking

Doelgroep

Elke vrijwilliger die gaat werken binnen de palliatieve/terminale zorg dient vooraf de cursus gevolgd te hebben.

Cursusduur

Twee dagdelen + drie online modules

Let op! Het is gewenst dat de coördinator van de NPV-Thuishulpafdeling of van de kerkelijke thuishulpgroep deze cursus bijwoont.

4. Verzamelcursus Terminale hulpverlening

Omschrijving

Omschrijving, doel, leerinhoud en doelgroep van de cursus komen overeen met onze aparte cursussen over dit thema. Bij voldoende behoefte organiseert het landelijk bureau twee keer per jaar een verzamelcursus in het land. Het landelijk bureau bepaalt de locatie en datum van de cursus. Tevens welke docent de cursus geeft.



Leerinhouden

Zie:

- cursus Terminale hulpverlening
- vervolgcursus Terminale hulpverlening

Doelgroep

Vrijwilligers van de NPV-Thuishulpafdelingen en de kerkelijke thuishulpgroepen die niet voldoende deelnemers hebben om zelf op locatie deze cursussen te organiseren.

Cursusduur

Twee werkdagen

5. Basiscursus coördinatoren vrijwillige thuishulp

Omschrijving

Door alle ontwikkelingen in de zorg is het belang van vrijwilligerswerk steeds groter geworden. De NPV vindt het belangrijk dat vrijwilligerswerk betrouwbaar en van goede kwaliteit is. Ook van coördinatoren van NPV-Thuishulpafdelingen en vrijwillige kerkelijke thuishulpgroepen wordt veel gevraagd.



In deze basiscursus geven wij coördinatoren handreikingen om vrijwilligers zo goed mogelijk te ondersteunen voor het werk dat zij doen. Via praktijksituaties wordt er geoefend om beter zicht te krijgen op eigen handelen. Tijdens de cursus wordt voldoende tijd ingeruimd voor onderling contact om te leren van collega-coördinatoren.

Leerinhouden

- Leidinggeven aan en aansturen van vrijwilligers
- Gespreksvaardigheden, feedback, slechtnieuws
- Samenwerken
- Begrenzing
- Praktijksituaties

Doelgroep

Beginnende coördinatoren van NPV-Thuishulpafdelingen en kerkelijke thuishulpgroepen en voor coördinatoren die al langer coördinator zijn en deze cursus nooit eerder hebben gevolgd.

Cursusduur

Anderhalve dag.

Deze cursus wordt twee keer per jaar gegeven op een nader te bepalen plaats.

Kosten

Deze cursus is kosteloos voor coördinatoren van NPV-Thuishulpafdelingen en kerkelijke thuishulpgroepen.

6. Verdiepingscursus coördinatoren vrijwillige thuishulp

Omschrijving

Vanaf 2014 bieden wij coördinatoren een basiscursus, waarin wij hen een handreiking bieden om vrijwilligers zo goed mogelijk te ondersteunen. Als wij de basiscursus evalueerden, werd er vaak om een verdieping gevraagd van de basiscursus met thema's die aangedragen zijn door de coördinatoren. Medio 2018 hebben we deze verdiepingscursus gerealiseerd. Theorie en praktijk komen afwisselend aan bod.



Leerinhouden

- Wie ben ik als coördinator?
- Hoe doe ik een goede intake en evaluatie?
- Hoe werk je aan een goede relatie tussen coördinator en vrijwilliger?
- Sociale netwerken: hoe zet ik deze op een goede manier in?
- Hoe breng ik mijn vrijwilligersgroep zo goed mogelijk voor het voetlicht (pitchen)?

Doelgroep

Coördinatoren van NPV-Thuishulpafdelingen en kerkelijke thuishulpgroepen die de basiscursus gevolgd hebben.

Cursusduur

Anderhalve dag.

Deze cursus wordt twee keer per jaar gegeven op een nader te bepalen plaats.

Kosten

Deze cursus is kosteloos voor coördinatoren van NPV-Thuishulpafdelingen en kerkelijke thuishulpgroepen.

1. Workshop Aandacht voor levensverhalen en levensboeken

Omschrijving

Mensen worden steeds ouder, maar helaas ook vaak eenzamer. Door ouderen de gelegenheid te geven hun levensverhaal te vertellen, krijgen ze echte aandacht, belangstelling en contact, wat bijdraagt aan het verminderen van eenzaamheidsgevoelens.



In deze workshop wordt het belang van het luisteren naar iemands levensverhaal onder de aandacht gebracht en krijgt men handvatten om op een goede manier het gesprek met de ander aan te gaan. Na deze workshop kan men zich laten trainen om daadwerkelijk een levensboek met iemand te kunnen maken. Wie aan de slag wil met levensboeken, volgt eerst de workshop en vervolgens de training.

Doelgroep

Vrijwilligers van NPV-Thuishulpafdelingen en kerkelijke thuishulpgroepen.

Duur

Eén dagdeel

2. Workshop Claimend gedrag

Omschrijving

Binnen de vrijwillige thuishulp zult u wellicht te maken hebben (gehad) met claimend gedrag. Deze workshop is bedoeld om de vrijwilliger inzicht te geven in het ontstaan van claimend gedrag en de oorzaken hiervan. Ook komt het gedrag van de vrijwilliger ten opzichte van mensen die claimen aan de orde. Deze workshop geeft de vrijwilliger handvatten om met claimend gedrag om te gaan.



Doelgroep

Vrijwilligers van NPV-Thuishulpafdelingen en kerkelijke thuishulpgroepen.

Duur

Eén dagdeel

3. Workshop Eenzaamheid

Omschrijving

Meer dan een miljoen Nederlanders voelt zich sterk eenzaam. Door vergrijzing, ontkerkelijking en verdergaande individualisering dreigt het aantal eenzamen nog toe te nemen. Daarmee nemen ook de hoge kosten van eenzaamheid voor de samenleving toe.



Eenzaamheid - het gevoel van niet 'erbij' horen - leidt vaak tot gezondheidsproblemen en daarmee tot een groter beroep op de zorg. Vrijwilligers kunnen veel betekenen als het gaat om het aandacht geven aan mensen die eenzaam zijn. Voor veel mensen is eenzaamheid een verborgen probleem. De vrijwilligers leren verschillende vormen van eenzaamheid onder verschillende groepen herkennen. Tevens geeft de workshop vrijwilligers handvatten om zo goed mogelijk om te gaan met mensen die eenzaam zijn.

Doelgroep

Vrijwilligers van de NPV-Thuishulpafdelingen en kerkelijke thuishulpgroepen.

Duur

Eén dagdeel

4. Workshop Grenzen aan vrijwilligerswerk

Omschrijving

Vrijwilligers die bereid zijn veel taken op zich te nemen, kunnen klem komen te zitten. Ze vinden het soms moeilijk om nee te zeggen en vragen te veel van zichzelf. Daardoor kunnen ze overbelast raken. Het is goed om hier alert op te zijn. Vrijwilligers geven veel van hun kostbare tijd aan hun naaste, proberen met liefde er voor een ander te zijn, maar ook daarin kom je grenzen tegen.



In deze workshop leren vrijwilligers welke grenzen er zijn, hoe te herkennen en te bewaken. Daarnaast worden thema's als assertiviteit, maar ook liefdevolle zorg besproken. Er worden tips gegeven hoe we onze grenzen kunnen aangeven. Door middel van praktische oefeningen wordt de theorie toegepast.

Doelgroep

Vrijwilligers van de NPV-Thuishulpafdelingen en kerkelijke thuishulpgroepen.

Duur

Eén dagdeel

5. Workshop Jonge mantelzorgers

Omschrijving

Vrijwilligers komen in hun werk ook jonge mantelzorgers tegen, want in Nederland zijn er naar schatting 800.000 jongeren die opgroeien met een zieke ouder, broer, zus, of met een zieke opa of oma die in de directe omgeving van het gezin woont en die intensieve zorg nodig heeft.



Deze jongeren zijn vaak onzichtbaar, maar verdienen zeker onze aandacht. In deze workshop gaan we kijken wie deze jonge mantelzorgers zijn, welke taken ze op zich nemen en hoe we overbelasting kunnen voorkomen. Daarnaast worden er handvatten gegeven voor het ondersteunen van deze groep jongeren.

Doelgroep

Vrijwilligers van de NPV-Thuishulpafdelingen en kerkelijke thuishulpgroepen.

Duur

Eén dagdeel

6. Workshop Mantelzorgondersteuning

Omschrijving

Wat is een mantelzorger en op welke wijze kan deze ondersteund worden. Binnen dit thema wordt uitgebreid aandacht besteed aan de soms moeilijke positie van de mantelzorger en wat een vrijwilliger in dit proces kan betekenen. Het kan voor een mantelzorger moeilijk zijn om dingen uit handen te geven; men voelt zich schuldig. Hoe kun je hiermee als vrijwilliger voorzichtig omgaan?



Doelgroep

Vrijwilligers van NPV-Thuishulpafdelingen en kerkelijke thuishulpgroepen.

Duur

Eén dagdeel

7. Workshop Omgaan met dementie

Omschrijving

Steeds meer vrijwilligers worden ingeschakeld als ondersteuning van mantelzorgers, die de verzorging hebben voor bijvoorbeeld een demente partner. We besteden aandacht aan wat dementie is en het proces waar iemand zich in kan bevinden. Hoe ga je met iemand om die dement wordt, wat is je rol als vrijwilliger en hoe benader je de mantelzorger? Waar moet je als vrijwilliger op letten en wat zijn je grenzen?



Doelgroep

Vrijwilligers van NPV-Thuishulpafdelingen en kerkelijke thuishulpgroepen.

Duur

Eén dagdeel

8. Workshop Omgaan met ouderen

Omschrijving

Deze cursus stelt de oudere hulpvrager centraal. Hierin wordt de beeldvorming op ouderen en de Bijbelse visie besproken. Er is aandacht voor de mantelzorger en familie. Een groot deel van de cursus gaat over verschillende ziektebeelden die veel bij ouderen voorkomen en de gevolgen van deze ziekten voor de hulpvrager. De theorie zal door middel van praktische oefeningen worden ondersteund.



Doel van de cursus

Vrijwilligers krijgen kennis en vaardigheden aangeboden, zodat zij goede hulp kunnen bieden aan de oudere hulpvrager.

Leerinhouden

- Maatschappelijke beeldvorming op ouderen
- Bijbelse visie op ouderen
- Geriatrie/gerontologie
- Hospitalisering
- Aandacht voor mantelzorger en familie
- Afhankelijkheid/zelfstandigheid
- Veroudering van het hart en bloedvatenstelsel

- CVA
- Veranderingen bij ouderen ten opzichte van de volgende functies (kenmerken geriatrisch patiënt):
 - waarneming in het algemeen
 - denkinhouden
 - denktempo
 - sociale contacten
 - gehecht zijn aan de omgeving

Doelgroep

Vrijwilligers die tijdens het vrijwilligerswerk hulp bieden aan de oudere hulpvrager.

Cursusduur

Twee dagdelen

9. Workshop Signalering van ouderenmishandeling

Omschrijving

Mishandeling van ouderen is een verborgen probleem. Uit cijfers blijkt dat een op de twintig ouderen met mishandeling in aanraking komt. Bij dementerende ouderen gaat het zelfs om een op de drie mensen. Ook het ministerie van VWS maakt zich sterk om ouderenmishandeling te bestrijden en heeft hiervoor een *Actieplan Ouderen in veilige handen* opgesteld.



Ouderenmishandeling komt voor onder alle lagen van de bevolking. Het gaat daarbij niet alleen om fysiek geweld, maar ook om psychische mishandeling, financiële uitbuiting, verwaarlozing en overbelaste mantelzorgsituaties. Vrijwilligers kunnen hiermee geconfronteerd worden. Deze workshop leert hen om ouderenmishandeling te signaleren en geeft handvatten om hiermee om te gaan.

Doelgroep

Vrijwilligers van NPV-Thuishulpafdelingen en kerkelijke thuishulpgroepen.

Duur

Eén dagdeel

10. Workshop Sociale vaardigheden

Omschrijving

Deze cursus is bedoeld om vrijwilligers meer inzicht te geven in de basisvaardigheden die nodig zijn voor wat betreft het luisteren naar en spreken met hulpvragers. Meerdere malen is door coördinatoren en vrijwilligers aangegeven dat zij behoefte hebben aan een basiscursus voor het voeren van een goed gesprek.



Er worden handvatten gegeven, zodat vrijwilligers een goed gesprek kunnen voeren. Zeker voor de vrijwilligers die hulp bieden aan mensen die psychisch ziek zijn, is het vaak moeilijk een goed gesprek te voeren. Daarin geeft deze cursus een praktische handreiking. Het mooie van deze cursus is dat het ook zeer zinvol is voor het dagelijks leven in het algemeen. Iedereen heeft er iets aan.

Doel van de cursus

De vrijwilliger leert elementaire basisvaardigheden die van belang zijn bij het vrijwilligerswerk.

Leerinhouden

De vrijwilliger leert 10 basisvaardigheden:

1. Waarnemen en interpreteren
2. Non-verbaal gedrag
3. Luisteren
4. Samenvatten
5. Vragen stellen
6. Concretiseren
7. Geven van uw mening
8. Gevoelens uiten
9. Het geven en ontvangen van feedback
10. Assertiviteit

Doelgroep

Vrijwilligers van NPV-Thuishulpafdelingen en van kerkelijke thuishulpgroepen die hulp bieden aan ouderen, gezinnen of mensen met psychische problemen.

Cursusduur

Eén dagdeel

Training Niet-pluisgevoelens

Omschrijving

Bij vrijwilligerswerk in de thuissituatie kan het voorkomen dat een vrijwilliger iets opmerkt dat een niet-pluisgevoel oproept. Denk bijvoorbeeld aan een:

- hulpvrager die ineens terughoudend reageert of vragen ontwijkt
- kind dat erg schrikkerig is
- grote stapel ongeopende post
- knoop in de maag bij een bepaalde situatie, al kan men niet precies omschrijven waarom dat zo is.

Wat kan een vrijwilliger doen met die niet-pluisgevoelens? Deze training geeft hiervoor een handreiking.



Doelgroep

Vrijwilligers van NPV-Thuishulpafdelingen en kerkelijke thuishulpgroepen.

Duur

Eén dagdeel

Training Levensboeken

Omschrijving

Het maken van een levensboek geeft ouderen de gelegenheid om in gesprek te gaan over (fragmenten van) hun levensverhaal. Een levensboek is daarbij een mogelijk hulpmiddel en een tastbaar 'resultaat' van de gesprekken. De methode die hiervoor gebruikt wordt heet 'Mijn leven in kaart'.



Deze methode bevat gespreksvragen rondom verschillende levensthema's (bijvoorbeeld opvoeding, relaties, opleiding, werk, wonen en hobby's). De gespreksvragen helpen om herinneringen op te halen. In deze training leren de deelnemers hoe je daadwerkelijk een levensboek met een oudere kunt maken.

Doelgroep

Vrijwilligers van NPV-Thuishulpafdelingen en kerkelijke thuishulpgroepen.

Duur

Eén dag

Kwaliteitsspel voor vrijwilligers

Ook in het vrijwilligerswerk is het belangrijk om met elkaar na te denken over de kwaliteit van het vrijwilligerswerk.

Het kwaliteitsspel is een bordspel dat met vrijwilligers in groepjes gespeeld wordt. Op een speelse manier wordt er naar het vrijwilligerswerk gekeken. Aan de hand van kleurenkaartjes zijn er thema's, waarover vrijwilligers met elkaar in gesprek gaan. De blauwe kaartjes gaan over beleid, de gele over de vrijwilliger, de groene over de organisatie en de rode over het werk als vrijwilliger.



Het spel kan gespeeld worden zonder hulp van buitenaf. Eventueel kunt u telefonisch contact opnemen met de consulent van de NPV-Thuishulp voor uitleg van het spel. Het spel is aanwezig op het landelijk bureau en kan zo nodig opgestuurd worden. Graag krijgen we het daarna weer terug.

Doelgroep

Vrijwilligers van de NPV-Thuishulpafdelingen en kerkelijke thuishulpgroepen.

Duur

Het spel kan goed een avondvullend programma zijn.

Andere invulling

Naast een inhoudelijke bijeenkomst kan het ook heel leuk zijn om een andere invulling voor de bijeenkomst met de vrijwilligers te hebben. Denk hierbij bijvoorbeeld aan een creatieve middag of een high tea.

Tarieven cursussen en workshops

Wanneer u geïnteresseerd bent in een cursus of workshop van de NPV, neemt u dan contact met ons op? We bespreken graag de mogelijkheden en kosten met u. Onze contactgegevens vindt u op de volgende pagina.

Meer weten?

Voor informatie over de inhoud van de cursussen en workshops kunt u contact opnemen met:

Heleen Polinder,
consulent NPV-Thuishulp

Telefoon: (0318) 54 78 88

E-mail: thuishulp@npvzorg.nl



Voor administratieve vragen over de cursussen en workshops kunt u terecht bij:

Henriëke Vos,
secretaresse

Telefoon: (0318) 54 78 88

E-mail: secretariaat@npvzorg.nl



Informatie over onze scholing vindt u ook op webpagina:

npvzorg.nl/cursussen-en-workshops/



Postadres

Postbus 178
3900 AD Veenendaal

Bezoekadres

Kerkewijk 115
3904 JA Veenendaal

T (0318) 54 78 88

E info@npvzorg.nl

W npvzorg.nl

Telefonisch bereikbaar

maandag t/m vrijdag
9.00 - 12.30 uur