



## Zijwaarts verplaatsen met hulpmiddel: papegaai

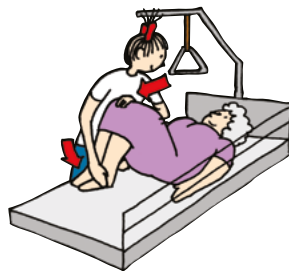


1

De cliënt moet hiervoor een goede schouderfunctie hebben en sterke armen/handen.

Hang de papegaai al vast richting zijkant. De cliënt moet er net bij kunnen om zich op te kunnen trekken. Zet het hoofdeinde laag, haal zo nodig kussens weg. Zorg voor een goede afzetmogelijkheid: een antislip matje of een stroef zeempje helpt.

Zet het bed op werkhoogte, ga in combinatiestand tegen het bed geleund staan. De cliënt plaatst beide, gebogen, benen (kortlig) al vast in de juiste richting.

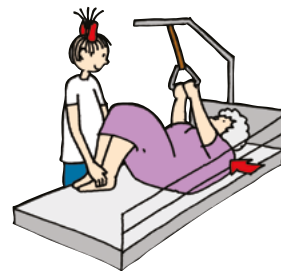


2

De cliënt maakt een bruggetje en verplaatst beetje bij beetje zijn bekken zijwaarts. Jij geeft steun op de benen van de cliënt in de richting van het voeteneind. Voorkom eventueel wegglijden van de voeten door zachtjes druk te geven, met behulp van je lichaamsgewicht (eventueel zachtjes erop zitten).



**TIP** Als de cliënt moeite heeft zich op te drukken, kan een glijlaken helpen om zijwaarts te schuiven. Je hebt dan sowieso een anti-slip matje voor de voeten nodig.



3

De cliënt pakt de papegaai met beide handen onderhands vast (of met één hand onderen de andere hand bovenhands). Houd oogcontact en help door hardop te tellen en met de intonatie in je stem te stimuleren (b.v. 'optrekken!'). Vraag de cliënt zijn hoofd op te tillen en zich dan op te trekken aan de papegaai. Doordat de papegaai al gedraaid is, beweegt de cliënt vanzelf een beetje richting zijkant van het bed.

Zwenk de papegaai terug en zet zonodig het beddek omhoog. Voorkom dat er na afloop restspanning of druk blijft bestaan bij de cliënt. Wiebel heen en weer of til arm of been even lichtjes op en vergroot het contactoppervlak.

