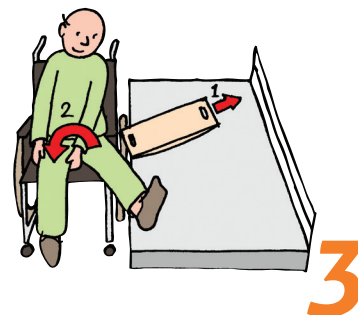
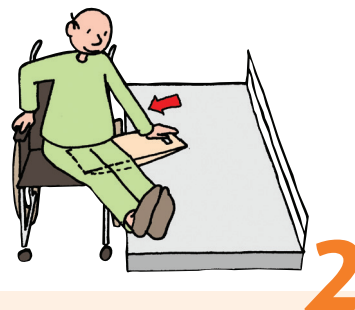
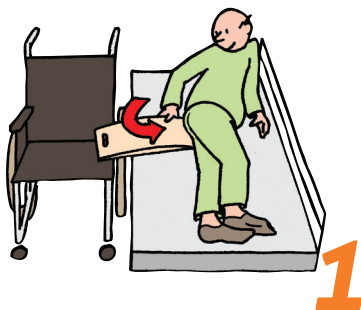




Van zit naar zit met glijplank zonder steun van voeten



Met een goede zitfunctie en sterke armspieren kunnen cliënten soms zelf met een glijplank naar een (rol-)stoel of toilet komen, zonder dat de voeten op de grond hoeven te steunen.

TIP Zet het bed gelijk of ietsje hoger dan de zitting. Dan beweeg je met de zwaartekracht mee. Rem de rolstoel en haal zij- en beensteunen weg aan de bedzijde. Door te wiebelen of een beetje te kantelen komt de glijplank onder een bil van de cliënt.

Zorg dat de plank goed gesteund over zowel bed als (rol-)stoel ligt en niet eraf dreigt te vallen of een te grote afstand moet overbruggen.

TIP De plank moet ook niet te ver naar voren liggen, omdat de cliënt dan onderuitgezakt zit en na-tillen nodig zal zijn.

De cliënt steunt met een hand op het matras en met de ander op de zitting van de rolstoel. Hij schuift nu stapje voor stapje over de glijplank. De cliënt pakt de zijsteun van de rolstoel, zodra hij daar bij kan.

De glijplank wordt aan de andere zijde weer verwijderd door lichtjes te wiebelen of te kantelen en de plank met een licht draaiende beweging te verwijderen.

Tenslotte worden de zij- en beensteunen van de rolstoel weer aangebracht.

LET OP als de cliënt deze transfer niet vrijwel geheel zelfstandig kan, is de handeling voor jou te zwaar en moet je voor een andere oplossing kiezen.