

Kookgroep Omring: samen revalideren, huilen en lachen tegelijk

Zelfstandig koken nadat u een beroerte of ongeval heeft gehad of ongelukkig bent gevallen; dat kan best een uitdaging zijn. Misschien kunt u (tijdelijk) niet goed meer staan of werkt uw arm of uw geheugen niet goed mee. Bij Omring vinden zij het belangrijk dat alle cliënten die na een revalidatietraject weer naar huis gaan, ook echt veilig zelfstandig kunnen wonen. Daarom heeft de zorgverlener een kookgroep in het leven geroepen.

Tijdens deze kookgroep leert een ergotherapeut cliënten in kleine groepjes van maximaal vier personen veilig en zelfstandig een maaltijd te bereiden. Mensen die hun arm bijvoorbeeld niet goed kunnen gebruiken wordt geleerd de groente te snijden met behulp van een aangepaste snijplank, welke is voorzien van prikkers. Zo kan de groente of het brood daarop vastgeprikt worden en kan veilig gesneden worden met de goede hand.

Samen bereik je meer

De groep is niet alleen nuttig voor de revalidatie. Deelnemers geven aan het groepsverband erg te waarderen vanwege het sociale aspect. Er wordt gelachen en verdriet wordt samen gedeeld. Tegelijkertijd stimuleren de deelnemers elkaar om door te zetten als het soms even niet lukt.

De kookgroep is onderdeel van de geriatrische revalidatiezorg van Omring. Op de revalidatielocaties Hoorn (Lindendael), Den Helder (Den Koogh) en Lutjebroek (Nicolaas) worden bewoners tijdens hun gehele verblijf gestimuleerd zoveel mogelijk zelf te doen. "Alles is revalidatie; van het zelf koffie en thee zetten/inschenken tot het bed opmaken. Het doel is dat zij dit thuis op een veilige en zelfstandige manier voort kunnen zetten", aldus ergotherapeut Judy.