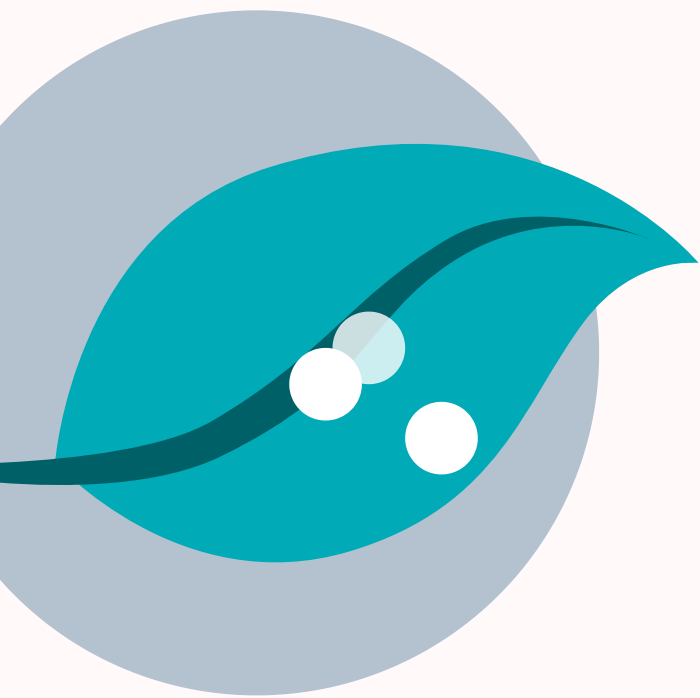




zorgnomade

# werkwijze 3-maandentraject Vredig in Vertrouwen

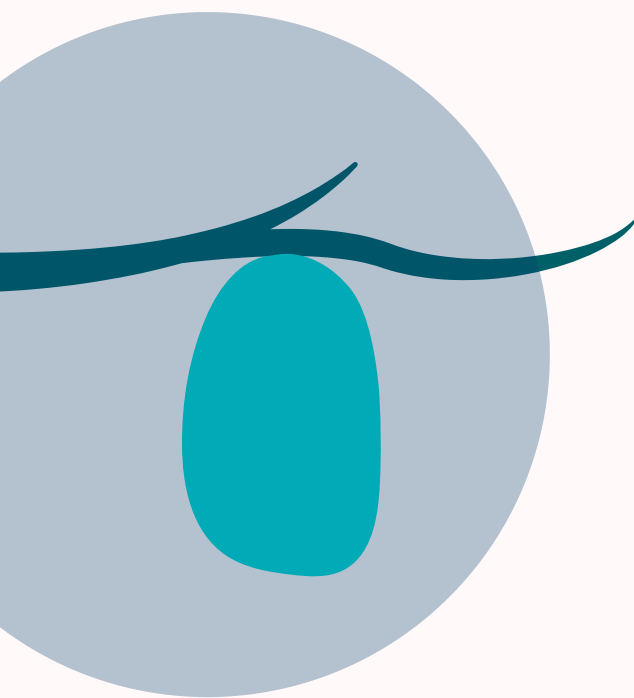
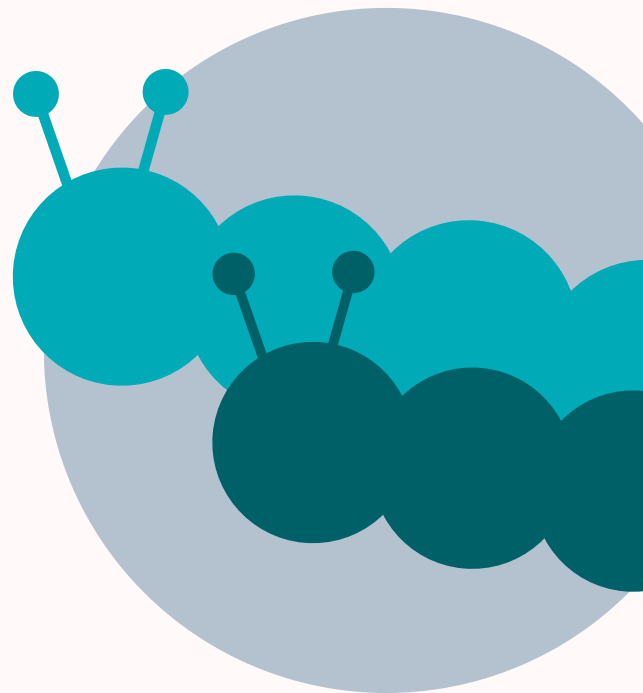


## fase 1: persoonlijke ontmoeting

Wanneer je besluit mij de komende drie maanden aan je zijde te hebben, doorloop je de eenvoudige aanmeldprocedure via de website. We starten met een live kennismaking bij jou thuis, eventueel met je directe naasten. Zo krijgen we een eerste indruk van elkaar. Waar liggen je behoeften en wensen? We bespreken je huidige situatie en wat voor jou van belang is in de komende periode.

## fase 2: op maat samenstellen

Vervolgens stellen we Vredig in Vertrouwen volledig op maat samen. Aan de hand van je wensen en onze agenda's plannen we de offline en online afspraken in. Wanneer je situatie onverhoopt anders wordt, stellen we uiteraard ons plan bij. Alles is altijd open en transparant bespreekbaar zodat we in verbinding blijven en je het meest uit dit traject kunt halen.



## fase 3: offline zorgzaamheden

Iedere twee weken kom ik bij je op bezoek in je eigen vertrouwde omgeving om je te verwennen met berustingssessies, ontspanningsoefeningen, hand- en voetmassages, aqua- of aromazorg of praktische ondersteuning op gebied van vroegtijdige zorgplanning. Dit alles ter bevordering van je lichamelijke en geestelijke welzijn. Je kiest zelf uit mijn aanbod van zorgzaamheden wat bij jou past of waar jij (of je naaste) op dat moment behoefte aan hebt.

## online ondersteuning

Iedere week hebben we contact via Zoom, met aandacht voor je verhaal, je zorgen of frustraties. We kijken naar je vorderingen in je voorbereiding en we maken ruimte voor stilte om te berusten in wat er op dat moment is.

Iedere twee weken ontvang je een digitaal werkboekje over een van de 5 sferen (fysiek, mentaal, sociaal, spiritueel en digitaal), waarmee je vervolgens aan de slag gaat.

Iedere doordeweekse dag ben ik beschikbaar in de besloten Facebook-groep, speciaal voor vrouwen in de palliatieve fase. Hier kun je inspiratie en steun ervaren van mij en elkaar.

## fase 4: wat je bereikt

Na drie maanden voel je je beter toegerust om het proces van afscheid te aanvaarden en te bewandelen wanneer dit zich - vroeg of laat - voordoet. Zo ontstaat opluchting en vertrouwen omdat wat je kon doen aan voorbereiding, ook daadwerkelijk gedaan is.



## good to know

Omwille van de reistijd voor het offline karakter van dit traject, neem ik in principe alleen cliënten aan die wonen in Rotterdam-Rijnmond e.o. / Randstad. Neem bij twijfel even contact met me op, om te overleggen of ik jouw woonplaats ook aandoe.

Mocht je verder nog vragen hebben over Vredig in Vertrouwen, bekijk dan de Veelgestelde Vragen. Of bereik me eenvoudig via een app, belletje of e-mail. Mij ook meteen zien? Plan dan een gratis Online Ontmoeting van 30 minuten in.

Ginny Warner | Palliatieve Zorgprofessional  
ginny@zorgnomade.nl | 06 11 38 73 43