



Met dank aan zelfstandige gebruikers
Els, Francis, Sandy, Robert, Mireille, Inneke,
Franky, Maaike, Dirk en Antoine
voor hun bijdrage!



TOILET

HOU DE **TILBEUGEL LICHTJES ONDER SPANNING** WANNEER JE OP HET TOILET ZIT
TER ZITONDERSTEUNING.



MONTTEER EEN **HANDVAT** OP DE MUUR. DAARMEE KAN JE JE
GEMAKKELIJK POSITIONEREN MET DE TILBEUGEL.

NA HET TOILETGEBRUIK KAN JE DE TILBEUGEL GEBRUIKEN OM JE WAT
NAAR VOOR OF NAAR ACHTER TE POSITIONEREN OP HET TOILET.
DIT VERGEMAKKELIJKT HET SCHOONVEGEN VAN DE INTIEME ZONE
LANGS OFWEL DE VOORZIJD OF DE ACHTERZIJD.



KIES INDIEN MOGELIJK VOOR EEN **ZELFREINIGEND** TOILET.



DOUCHE

MONTTEER EEN **HANDVAT** OP DE MUUR.
DAARMEE KAN JE JE GEMAKKELIJK POSITIONEREN MET DE TILBEUGEL
EN JE VASTHOUDEN TERWIJL JE JE WAST.



ZORG ERVOOR DAT JE **MAKKELIJK BIJ DE KRANEN** KAN.

VEEL GEBRUIKERS VINDEN EEN **LOSSTAANDE DOUCHESTOEL**
COMFORTABELER DAN EEN VAST GEMONTTEERDE.



BED



ZET JE **HOOFDEINDE ZO VERTICAAL MOGELIJK**, ZOWEL
VOOR TRANSFER VAN ROLSTOEL NAAR BED EN VICE VERSA.

- BIJ EEN IN HOOGTE VERSTELBAAR BED -
PLAATS HET **BED IN DE LAAGSTE STAND**,
ZO MOET JE MINDER HOOG TILLEN OM MET DE
VOETEN BOVEN DE MATRAS TE KOMEN.



LEG HET **DEKEN NAAST JE IN DE LENGTERICHTING VAN HET BED**,
ZO KAN JE HET MAKKELIJK OVER JE HEEN TE TREKKEN. EVENTUEEL ZORG
JE VOOR EEN TREKLINTJE AAN HET DEKEN.

KLEED JE AAN & UIT OP HET BED & LEG DE KLEREN NAAST JE. ZEKER
HET AANTREKKEN VAN BROEK, KOUSEN EN PANTOFFELS OF SCHOENEN IS
GEMAKKELIJKER/VEILIGER OP HET BED.

GEbruik EEN **SATIJNEN LAKEN DAT GOED GLIJDT OF EEN GLIJLAKEN** OM JE
VOETEN GOED TE POSITIONEREN EN JE BENEN TE STREKKEN TIJDENS DE TRANSFER
NAAR HET BED.

JE **BROEK** DOE JE REEDS **OPEN EN INDIEN MOGELIJK NAAR BENEDEN**
VÓÓR EEN TRANSFER NAAR HET TOILET.



BAD



JE KAN HET **BAD GEBRUIKEN OM JE AAN & UIT TE KLEDEN** VOOR EN NA
HET WASSEN. DAAR HEB JE LANGS ALLE KANTEN STEUN. JE HELE LICHAAM
IS BETER BEREIKBAAR IN BAD DAN OP EEN DOUCHESTOEL. EN HET IS OOK
VEILIGER. JE KAN BV. JE VOETEN WASSEN ZONDER HET RISICO OM VOOROVER
TE VALLLEN.

JE KAN HET BAD GEBRUIKEN OM JE TE
REINIGEN EN TE WASSEN NA TOILETGEBRUIK.



HET IS GEMAKKELIJKER OM HET BAD PAS TE **VULLEN NA HET**
PLAATSNEMEN OF EERST TE **LATEN LEEGLOPEN NA HET WASSEN**.
DEZE METHODE BIEDT JE EEN GROTERE ZITBALANS!

DROOG JE AF **IN HET BAD**.



KLEDIJ



KOOP EEN **JAS MET MAGNEETSLUITING** AAN DE VOORZIJD. DEZE
KAN JE MET ÉÉN HAND KAN SLUITEN.

KIES VOOR EEN BROEK DIE JE **MAKKELIJK AAN EN UIT KAN TREKKEN**
(JOGGING, LEGGING, TRAINING,... LIEFST MET EEN **ELASTIEK**).



VOOR HET AANBRENGEN VAN DE BEENSTEUNEN VAN DE TILBEUGEL. TREK DE STOF
VAN JE BROEKSPIJP NAAR BOVEN, ZODAT ER AAN DE ONDERZIJD VAN JE BEEN GEEN
OVERTOLLIGE STOF IN DE WEG GAAT ZITTEN WAARIN DE TOP VAN DE BEENSTEUN
KAN BLIJVEN HAPEREN.

EEN NACHTJAPON EN KLEEDJE DOE JE BIJ VOORKEUR LANGS BOVEN AAN.



SLAAP NAAKT. HET IS OOK NOG GEZOND.

TEN SLOTTE NOG EEN HANDIGE METHODE OM JE BROEK UIT TE TREKKEN
OP HET TOILET OF IN DE ROLSTOEL:

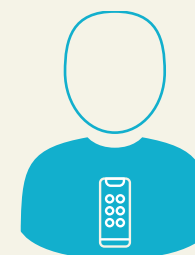
ZET DE BEENSTEUNEN IN DE KNIHOLTES, TIL JEZELF OP EN DUW JE BROEK
OMLAAG TOT TEGEN DE BEENSTEUNEN, LAAT JE DAN ZAKKEN. AL ZITTEND KAN JE
JE BROEK NOG VERDER OMLAAG BRENGEN INDIEN NODIG.

PROFICIAT!

JE BENT NU EEN VOLLEERD
TILBEUGELGEBRUIKER...



Heb je zelf nog nuttige tips?
Laat het ons dan zeker weten!
Bedankt in naam van alle gebruikers.



- INDIEN INFRAROED AFSTANDSBEDIENING -
HOU DE AFSTANDSBEDIENING STEEDS ROND
JE HALS BIJ HET TRANSFEREREN.



ZORG DAT JE TEN ALLEN TIJD EEN
NOODOPROEPSYSTEEM BIJ DE HAND HEBT.
WANNEER JE GROTENDEELS ZELFSTANDIG
WOONT, HEB JE HIER ZEKER NOOD AAN.

Tips van en voor zelfstandige
gebruikers van de Handy-Move
tilbeugel.

© 2018 Handy-Move International





Handi-Move België
Ten Beukenboom 13, 9400 Ninove
Tel 054 31 97 10
info@handimove.com
www.handimove.be

