De ervaring van een patiënt en een partner

Wij hebben aan een patiënt en een partner, die pas geleden het PPEP4All hebben doorlopen, gevraagd hoe zij het PPEP hebben ervaren en wat zij hebben geleerd.

Patiënt: *Door het PPEP4All heb ik meer inzicht gekregen in mijn doen en laten en mijn manier van reageren. Zo ben ik me bewust geworden, dat ik problemen soms vererger door verkeerd te reageren en dan wordt het een negatieve spiraal. Medepatiënten hielden mij een spiegel voor. Er waren ook veel raakvlakken. Ik probeer nu ook anders met de ziekte om te gaan. Als ik en mijn vrouw de cursus niet gevolgd hadden waren we denk ik nu nog steeds aan het aanmodderen…*

Partner: *Door wat er in het PPEP4All behandeld is, hebben mijn man en ik geleerd om meer en beter met elkaar te praten. Het praten met de deelnemers in de partnergroep heeft mij meer begrip gegeven voor de beperkingen die mijn man heeft door zijn chronische ziekte. Mijn groepsgenoten bleken tegen veelal dezelfde dingen aan te lopen als ik en ook zij raken wel eens geïrriteerd door de beperkingen van hun partner. De groep gaf mij herkenning en steun en ik kan dingen nu beter accepteren.*

www.ppep4all.nl



magentazorg



Patiënt en Partner zelfmanagement Educatie Programma voor Alle chronische aandoeningen

PPEP4All

Een oppepper voor patiënt én partner

Nu digitaal te volgen



Leven met een chronische ziekte

Het hebben van een chronische ziekte brengt niet alleen lichamelijke, maar ook psychologische en sociale gevolgen met zich mee. Deze gevolgen hebben hun weerslag op de kwaliteit van leven van de patiënt maar ook van de partner. In de medische behandeling is vaak onvoldoende tijd en/of aandacht voor deze psychologische of sociale gevolgen.

Deze folder informeert u over de mogelijkheid om naast uw medische behandeling een programma te volgen speciaal gericht op het omgaan met de psychische en psychosociale problematiek.

Doel programma

Het doel van het programma is het verminderen van psychologische en sociale problemen van patiënt én partner, om daarmee de kwaliteit van leven van beide te verbeteren. Het programma biedt zowel de patiënt als de partner handvatten om beter om te leren gaan met de gevolgen van de ziekte.

De bijeenkomsten

Het PPEP4All bestaat uit negen digitale bijeenkomsten in groepsverband. Er wordt gewerkt via Microsoft Teams en u ontvangt hiervoor een uitnodiging van de trainers. Elke bijeenkomst duurt negentig minuten. Er zijn aparte groepen voor patiënten en partners. De groepen vinden tegelijkertijd plaats. Zowel bij de patiënt- als de partnergroep streven we naar een bezetting van vijf tot zeven deelnemers. Het is ook mogelijk alleen, dus zonder 'patiënt' of zonder partner, deel te nemen.

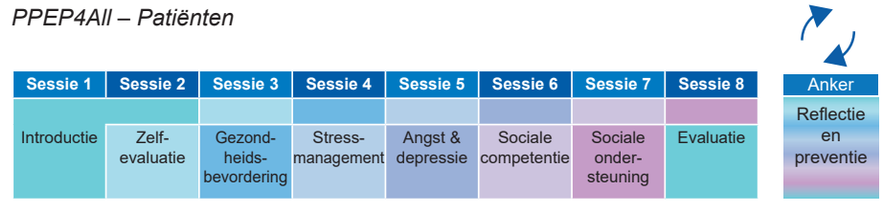
Waarom aparte groepen?

Ondanks dat het kan zijn dat u en uw partner een goede relatie hebben, is in de praktijk gebleken dat er vaak niet vrijuit gepraat wordt in dezelfde groep. Ook het onderlinge lotgenotencontact met patiënten die ook een chronische aandoening hebben en medepartners afzonderlijk, is erg waardevol. Het te doorlopen PPEP4All-programma is nagenoeg hetzelfde, alleen is er verschil van invalshoek. In de PPEP4All- patiënten groep wordt de ervaren problematiek bekeken vanuit patiëntperspectief en in de PPEP4All-partnergroep respectievelijk vanuit partnerperspectief.

De onderwerpen

Elke bijeenkomst heeft een eigen onderwerp. De volgende onderwerpen komen aan de orde:

PPEP4All – Patiënten



PPEP4All – Partners



Er wordt o.a informatie verstrekt over chronische ziekten en over hoe u zelf aan informatie kunt komen. Er wordt stilgestaan bij de vraag: "Waar sta ik in het hulpverleningsproces?" Tevens leert u naar uw eigen gedrag, gedachten en/of gevoelens te kijken. Er wordt aandacht besteed aan het bevorderen van uw gezondheid. U leert technieken om, om te gaan met (dagelijkse) stress. Het verminderen van angst en sombere of depressieve gevoelens worden besproken. Bij het partnerprogramma wordt een sessie gewijd aan het omgaan met de zorglast. Ook vaardigheden in de omgang met anderen en het zoeken van steun vanuit de omgeving komen aan bod.

Uw eigen inbreng

Naar aanleiding van deze onderwerpen, is er ruimte voor uw eigen inbreng en verhaal. Er wordt van iedere deelnemer een actieve deelname verwacht. Een eigen device (laptop, pc, tablet) met camera en geluid voor zowel patiënt als partner of mantelzorger is noodzakelijk.