



SLIMME HULPMIDDELEN
GRATIS THUIS UITPROBEREN?

U leent ze bij de Domotheek!

WELKOM BIJ DE DOMOTHEEK!

Zo lang u het thuis naar uw zin heeft, blijft u hier natuurlijk het liefst wonen. Fijn in uw eigen, vertrouwde omgeving. Wanneer u ouder wordt en het leven verandert, kan dit invloed hebben op het zelfstandig thuis wonen. U kunt zich kwetsbaar, eenzaam of onveilig voelen. Dat kan best confronterend zijn.

Wist u dat er technische hulpmiddelen zijn om het leven thuis zo veilig en prettig mogelijk te maken? We noemen deze slimme hulpmiddelen 'domotica'. Als inwoner van de gemeente Heerenveen kunt u ze gratis thuis uitproberen.

Wat zijn domotica?

Domotica bestaan al heel lang maar zijn nog niet bij iedereen bekend. Het zijn simpele of technische hulpmiddelen voor in huis. Bijvoorbeeld lampen met bewegingssensors, robotstofzuigers en sleutelvinders. Een aantal van deze hulpmiddelen is speciaal gemaakt voor ouderen. Dit zijn de producten die u kunt lenen bij de Domotheek. Ze maken uw leven thuis veiliger, eenvoudiger en/of leuker.

Waarom is dit belangrijk?

Met domotica verbetert u uw woon- en leefomgeving. Hierdoor kunt u zo lang mogelijk zelfstandig thuis wonen. De slimme hulpmiddelen helpen u om controle te houden over uw leven en om ongelukken in huis te voorkomen. Ook helpen domotica om gemakkelijk contact te leggen met familie en vrienden, en om te blijven meedoen in de samenleving.

Waarom een Domotheek?

De prijs van domotica hangt af van het soort hulpmiddel. Sommige domotica zijn goedkoper in de aanschaf dan andere. Het is daarom belangrijk om eerst zeker te weten dat iets écht voor u werkt, voordat u hier geld aan uitgeeft. In het uitleenpunt vertellen wij u over de hulpmiddelen, kunnen wij ze demonstreren en kunt u ze gratis en vrijblijvend meenemen en uitproberen in uw eigen huis. Want pas dan weet u zéker of iets voor u werkt.

Hoe werkt de Domotheek?

Om domotica bij ons te lenen, heeft u geen verwijzing nodig van de huisarts. U kunt gewoon langskomen bij de Domotheek tijdens de openingstijden of u maakt van tevoren een afspraak. Wanneer u een hulpmiddel leent, ontvangt u van ons een uitleenovereenkomst met daarin enkele voorwaarden. De uitleenperiode is drie tot vier weken en u kunt deze periode één keer verlengen.

Van de meeste hulpmiddelen hebben wij één exemplaar op voorraad. Van de bedlamp, de BBrain Family, mobiele alarmering met gps en de SASSCup hebben wij er twee. Enkele hulpmiddelen zijn specifiek bedoeld voor ouderen met de ziekte van Parkinson of een vorm van dementie.

Voor wie is de Domotheek bedoeld?

De Domotheek is er voor iedereen! Wel zijn zelfstandig wonende ouderen de grootste groep gebruikers van onze domotica. Voor hen kunnen de slimme hulpmiddelen het meeste betekenen.

WELKE PRODUCTEN HEBBEN WIJ?

Gemak en comfort



BBrain Family*

De BBrain Family is een eenvoudig te bedienen tablet die heel overzichtelijk de tijd, het dagdeel, de datum en de afspraken voor die dag weergeeft. Daarnaast laat de tablet berichten en foto's van familie en naasten zien, geeft hij aan wanneer u uw medicijnen moet innemen en kunt u ermee beeldbellen. Uw familie kan de tablet ook via een app op afstand instellen. Zo blijft u op de hoogte van wat er speelt, welke afspraken er in uw agenda staan en komt u gemakkelijk in contact met vrienden, familie en zorgverleners.



Somnox slaaprobot

Ligt u weleens wakker? Kost het u moeite om (weer) in slaap te komen? Of bent u 's nachts angstig? Dat zijn momenten waarop slaaprobot Somnox u kan helpen. De robot maakt subtiele geluiden en bewegingen waardoor veel mensen zich ontspannen en sneller (weer) in slaap vallen. Ook is hij lekker zacht, wat een veilig en geborgen gevoel geeft en beter doet (door)slapen. Zie het als een knuffel voor volwassenen. De slaaprobot is via een app op de smartphone helemaal naar wens in te stellen en aan te passen.



Anti-tremor lepel

Voor mensen met de ziekte van Parkinson is eten vaak lastig. Het trillen van hun hand maakt het moeilijk om bestek goed bij de mond te brengen. Om u hierbij te helpen, is de anti-tremor lepel ontwikkeld. Deze elektronische lepel is voorzien van sensoren die reageren op de trillingen van uw hand. Dankzij een automatische tegenbeweging blijft de lepel stabiel, waardoor mensen met de ziekte van Parkinson weer zelfstandig kunnen eten. De anti-tremor lepel heeft ook een vork-opzetstuk. Zo kunt u hem bij elke maaltijd gebruiken.



SASSCup

Drinken met trillende handen kan lastig zijn. Om knoeien te voorkomen hebben studenten van Friese Poort en medewerkers van ZuidOostzorg en Philips, samen met mensen met de ziekte van Parkinson de SASSCup ontwikkeld. Dit lijkt een normale drinkbeker, maar dankzij een los inzetstuk kunt u eruit drinken zonder dat er vloeistof over de rand van de beker gaat.



Deurbellen met flitslamp of camera

Krijgt u weleens te horen dat iemand bij u heeft aangebeld, zonder dat u dit heeft gemerkt? En komt dit mogelijk door problemen met uw gehoor? Dan is een **deurbel met flitslamp** de oplossing. Deze laat automatisch enkele keren een flitslicht zien wanneer iemand aanbelt. Ook is er een **deurbel met intercom**. Hiermee hoort u niet alleen dat er iemand aanbelt, maar ziet u ook meteen wie er voor de deur staat. Dat is wel zo veilig als u al wat ouder bent en nog zelfstandig thuis woont. We lenen de deurbellen niet uit, maar kunnen ze in de Domotheek wel aan u demonstreren.



Sleutelvinder*

Wie weleens vergeet waar de sleutel of telefoon zijn neergelegd, kan baat hebben bij de draadloze sleutelvinder. U bevestigt een ontvanger aan een product dat u niet wilt verliezen. Wanneer u vervolgens op de afstandsbediening drukt, gaat de ontvanger piepen. Afgaand op het geluid, vindt u gemakkelijk en snel waar het zoekgeraakte product zich bevindt. De sleutelvinder werkt op maar liefst zes ontvangers en heeft een bereik van zo'n veertig meter.



Preventie en veiligheid



Heupairbag

We weten allemaal hoe belangrijk het is om te blijven bewegen. Maar wat als u dit niet meer durft omdat u bang bent om te vallen? Bijvoorbeeld als gevolg van een nare ervaring? De heupairbag kan hierbij helpen. U draagt deze onopvallend onder uw kleding en als u valt, blaast hij zich op nog vóór u de grond raakt. En dat niet alleen: hij kan ook direct een signaal uitzenden naar iemand in uw omgeving. Zodat diegene ervan op de hoogte is dat u mogelijk hulp nodig hebt.



Trekklamp

Het ophangen van een lamp was nog nooit zo eenvoudig. U hangt deze trekklamp met het touwtje op aan het plafond en zet hem vervolgens aan en uit door aan de lamp te trekken. De lamp zelf werkt op batterijen. Het is een handige en eenvoudige manier om ruimtes veiliger te maken waar weinig licht of überhaupt geen stroom is, zoals een kelder of tuinhuisje. Met meer licht heeft u beter zicht en loopt u minder risico om te vallen.



Raamopener

Een valpartij wilt u natuurlijk zoveel mogelijk voorkomen. Zeker wanneer u wat ouder bent. Als u klap- of kiepramen in huis hebt die lastig te bereiken zijn, kan een raamopener u hierbij helpen. Zo hoeft u niet langer op een stoel of krukje te klimmen en voorkomt u dat u hierbij ten val komt. Met de stok kunt u makkelijk vanaf de grond het raam openen.



Bedlamp

Moet u regelmatig 's nachts naar het toilet? Dan wilt u hier veilig de weg naartoe kunnen vinden, zonder te vallen. Deze dimbare elektrische bedlamp bevestigt u waar u maar wilt en werkt alleen in het donker. Hij gaat aan wanneer hij uw loopbeweging registreert en geeft dan precies genoeg licht om u te kunnen oriënteren en te zien waar u loopt. U hoeft hierdoor geen felle lampen aan te doen.



Oplaadbare led zaklamp

Een zaklamp is handig op plekken waar onvoldoende licht of geen stroom is. Bijvoorbeeld in de kelder, of 's nachts als de elektriciteit is uitgevallen. Deze oplaadbare led zaklamp hangt in het stopcontact en is hierdoor altijd opgeladen. Dankzij een continu brandend klein blauw lampje kunt u de zaklamp altijd vinden, ook tijdens stroomstoringen. Pakt u de lamp uit de houder, dan geeft deze automatisch een helder licht.



Mobiele alarmering met gps*

Met deze mobiele alarmering voorzien van gps krijgt u als mantelzorg(er) een melding wanneer de persoon voor wie u zorgt een bepaald gebied verlaat. Met de bijbehorende app stelt u als mantelzorg(er) zelf het gewenste gebied in. Bijvoorbeeld de woning van uw naaste, met een straal van honderd meter. Wanneer uw naaste aan een vorm van dementie lijdt en nog thuis woont, geeft dit een veilig gevoel. En omdat u via de app aan uw naaste gekoppeld bent, kunt u hem of haar met de gps-functie eenvoudig en snel weer terugvinden.



Vermaak en plezier



Interactieve robotkat*

Dieren doen iets met mensen. Een hond brengt leven in de brouwerij en maakt mensen vrolijk. Een kat geeft rust en geborgenheid en laat mensen ontspannen. Dit laatste is waarvoor knuffel robotkat is bedoeld. Deze prachtige, levensechte knuffelkat reageert door ingebouwde sensoren op aaien en knuffelen en geeft met deze interactie veel mensen een prettig gevoel. Zo kan de kat vriendelijk miauwen, genoeglijk spinnen, vredig slapen, zich van de buik op de rug rollen en geeft hij kopjes tegen een aaiende hand. De interactieve robotkat is het ideale gezelschapsdier voor mensen met een vorm van dementie. We lenen de robotkat niet uit, maar kunnen hem in de Domotheek wel aan u demonstreren.



OER muzikspeler en retro radio*

Muziek kan mensen veel brengen. Het haalt herinneringen naar boven. Maakt gevoelens in ons los. Het kan rust geven of juist energie. Ook wanneer iemand lijdt aan een vorm van dementie kan muziek veel teweegbrengen. Het activeert delen in de hersenen die door de ziekte nog lastig 'wakker' te krijgen zijn. De **OER muzikspeler** is speciaal gemaakt voor ouderen die niet zo goed overweg kunnen met de digitale muziektechniek van deze tijd. De OER muzikspeler is een eenvoudig te bedienen mp3 muzikspeler die lijkt op een ouderwetse radio. We hebben ook een klassiek ogende radio, een **retro radio**, te lenen die de favoriete radiozender van mensen afspeelt op een vooraf ingesteld volume. Zo is het luisteren naar muziek weer voor iedereen toegankelijk.

Onder welke voorwaarden leent u producten?

Het lenen van de domotica bij de Domotheek is gratis. U hoeft ook geen lid te zijn van de bibliotheek om producten te lenen.

En wat als u het product wilt aanschaffen?

Is de domotica die u hebt geleend zo goed bevallen dat u niet meer zonder wilt? Dan kunt u deze aanschaffen via reguliere verkoopkanalen. Dit kan een fysieke winkel of een website zijn. De vrijwilligers van de Domotheek kunnen u hierbij helpen. Bij bepaalde producten is het mogelijk om het exemplaar te kopen dat u van ons heeft geleend.



LOCATIE

Bibliotheek
Heerenveen
Burgemeester
Kuperusplein 48,
Heerenveen



OPENINGS- TIJDEN

Elke woensdag
12.00 - 13.30 uur

Een afspraak
maken is
niet nodig



TELEFOON

(0513) 62 66 75

Contact opnemen of een afspraak maken
voor advies kan via het bovenstaande
telefoonnummer of e-mailadres



E-MAIL

domotheekheerenveen
@bmf.nl