



# Welkom en kom verder bij De Hoogstraat

Informatie voor als u bij ons komt revalideren



### **Hoe ziet revalideren bij ons eruit?**

Bij De Hoogstraat draait revalideren om actief meedoen. Dat betekent:

- U werkt aan doelen die u belangrijk vindt, zoals weer kunnen douchen, voortbewegen, koken of uw dag indelen.
- U oefent tijdens therapieën én in dagelijkse momenten op de afdeling.
- Uw behandelteam ondersteunt u, maar laat u ook zoveel mogelijk zelf doen. Daar leert u het meeste van.

### **Is revalideren 'hard werken'?**

Revalideren is geen topsport maar ook geen vakantie. Het is eerder regelmatig oefenen, nieuwe dingen proberen en soms moeilijke momenten aangaan. U hoeft geen 'doorzetmachine' te zijn. Het gaat vooral om:

- meedoen op uw eigen niveau
- rust nemen wanneer dat nodig is
- leren wat voor u werkt
- steeds kleine stapjes maken

U komt naar De Hoogstraat om te werken aan uw herstel, maar altijd met zorg, begeleiding en begrip om u heen.

### **Weekend naar huis en toewerken naar ontslag**

Ons doel is dat u zo snel en veilig mogelijk naar huis kunt. Daarom bereiden we dat al vanaf het begin voor. Als het lukt, gaat u in het weekend soms al naar huis om te oefenen met thuissituaties. Dit gaat altijd in overleg met uw revalidatiearts. We kijken samen welke ondersteuning of aanpassingen u thuis nodig heeft.

## Ontslag: wat kunt u verwachten?

Uw revalidatie stopt wanneer u de gestelde doelen zo ver mogelijk heeft bereikt. Dit noemen we ontslag. Al vanaf het begin werken we hier samen naartoe. We bespreken op tijd met u (en uw naasten) wanneer ontslag in zicht komt en wat u nodig heeft voor de periode daarna. Als het kan, gaat u na ontslag terug naar huis. We bereiden dit zorgvuldig voor, bijvoorbeeld met advies over hulpmiddelen, aanpassingen in huis, thuiszorg of vervolgbehandeling.

## Kunt u (nog) niet naar huis?

Soms is het na de revalidatie niet mogelijk om direct naar huis te gaan. Bijvoorbeeld omdat u nog zorg nodig heeft die thuis niet kan worden geboden. In dat geval helpen wij bij het organiseren van een passende vervolgplek, zoals een andere zorginstelling. Wanneer u uitgerevalideerd bent, vragen we u om de eerste passende plek die beschikbaar komt te accepteren. Dit is nodig om de zorg voor alle patiënten goed te blijven organiseren.

Ook na ontslag blijft u, als dat nodig is, welkom bij De Hoogstraat voor nazorg of vragen die later ontstaan.

## Belangrijke leefregels binnen De Hoogstraat

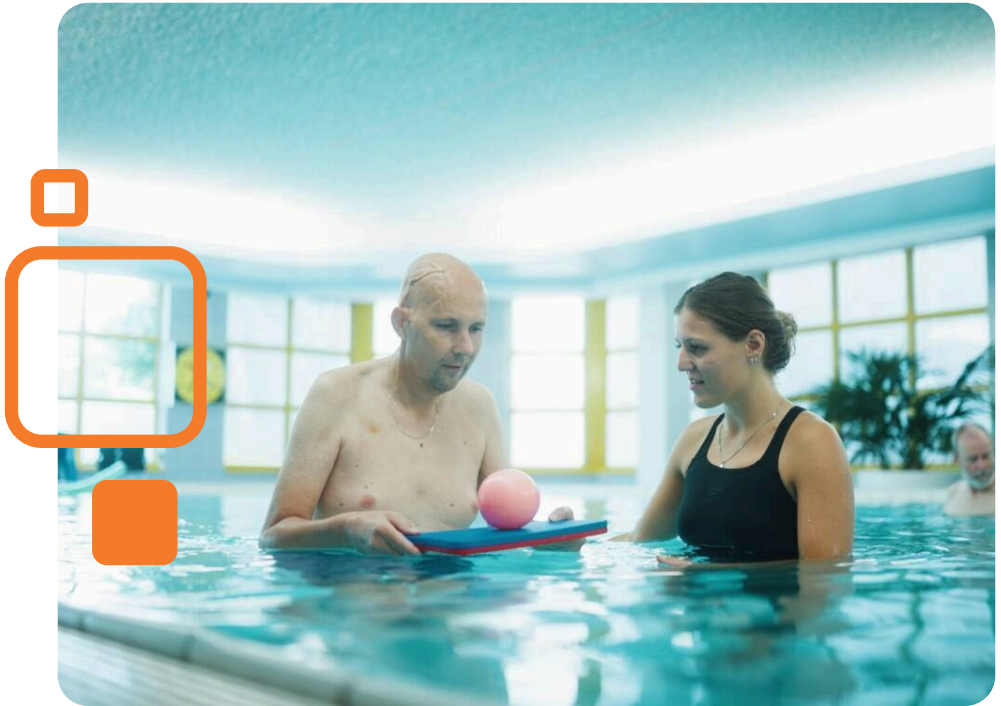
De Hoogstraat wil een gezonde en veilige omgeving bieden. Daarom gelden de volgende regels:

**Roken** - De Hoogstraat is volledig rookvrij: binnen én op het terrein mag niet worden gerookt.

**Alcohol** - Alcohol drinken is niet toegestaan tijdens uw revalidatie. Dit kan uw herstel beïnvloeden en past niet bij de behandeldoelen.

**Drugs** - Drugsgebruik is niet toegestaan.





### **Uw team en uw vragen**

Tijdens uw verblijf kunt u altijd vragen stellen aan uw behandelteam. Iedereen is er om u te helpen begrijpen wat er gebeurt en waarom we bepaalde stappen zetten.

### **Meer informatie**

Informatie over bezoektijden, de revalidatie en wat u verder nog kunt verwachten vindt u op [www.dehoogstraat.nl/praktische informatie](http://www.dehoogstraat.nl/praktische_informatie).

### **De Hoogstraat Revalidatie**

Rembrandtkade 10  
3583 TM Utrecht  
030 256 1211  
[www.dehoogstraat.nl](http://www.dehoogstraat.nl)  
[info@dehoogstraat.nl](mailto:info@dehoogstraat.nl)

