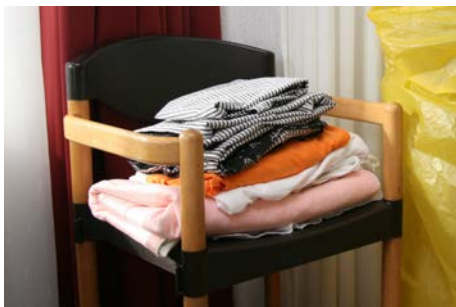


## Stappenplan 56 Een bed afhalen en opmaken

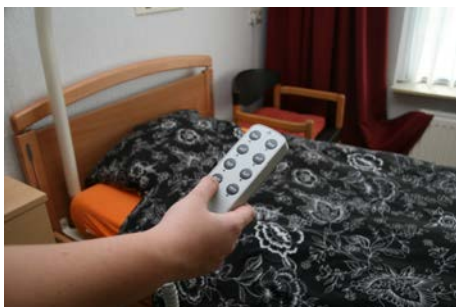
### VOORBEREIDEN



1. Zorg voor je persoonlijke verzorging:
  - Maak lang haar vast.
  - Doe hand- en polssieraden af.
  - Was je handen.



2. Verzamel het volgende:
  - onderlaken of hoelaken
  - steeklaken of onderlegger
  - bovenlaken of dekbedhoes
  - dekbed of deken en spreij
  - kussensloop
  - eventueel een schone molton
  - wasmand.



3. Zorg voor een juiste werkomgeving:
  - twee stoelen om het beddengoed op te leggen
  - een goede werkhogte bij een verstelbaar bed
  - een vlak matras bij een verstelbaar bed.

### UITVOEREN



4. Haal het vuile beddengoed van het bed af:
  - Vouw kussensloop, lakens en dekbedhoes op en doe ze in de wasmand.
  - Leg een eventuele onderlegger opgevouwen apart.
  - Kijk of het molton vervangen moet worden; pak zo nodig een schone molton.
  - Schud het kussen op en leg het op een stoel.
  - Vouw het dekbed of de spreij in drieën en leg ze op een stoel.

## Stappenplan 56 Een bed afhalen en opmaken



5. Maak het bed op met schoon beddengoed:
  - Trek het molton glad of leg een schone molton glad op het bed.
  - Leg een laken op de matras en vouw het laken om de hoeken van de matras, of trek de hoeken van een hoeslaken om de hoeken van de matras.
  - Leg het steeklaken op het onderlaken en vouw het aan de zijkanten onder de matras.
  - Leg het bovenlaken op het bed tegen het hoofdeinde, met de ruwe kant van de brede zoom aan de bovenkant, of doe de dekbedhoes om het dekbed.
  - Leg een deken, spreij of dekbed op het bed; vouw bij een deken of spreij het bovenlaken er omheen aan de bovenkant.
  - Vouw aan het voeteneind het bovenlaken met deken of spreij of dekbed om de matras.
  - Doe dit met een laken met deken of spreij ook aan één zijkant; laat de kant los waar de zorgvrager in bed stapt.
  - Doe de sloop om het kussen. Leg het kussen met de instopstrook aan de zijkant, van de deur af.

### NAZORG



6. Zet het bed op instaphoogte (bij een verstelbaar bed). En plaats de stoelen terug.



7. Breng de wasmand met vuil wasgoed weg. Hang nat wasgoed eerst te drogen. Gooi een eventuele onderlegger weg.
8. Was je handen.