



Lilian en haar jongste zoon hebben model gestaan voor de foto's in het boek.



In eigen hand

Met haar boek *In eigen hand* wil Lilian Wolthuis voorkomen dat ouders met een vergelijkbare lichamelijke handicap opnieuw het wiel moeten uitvinden. In twintig thema's van til- en houdingstechnieken, borstvoedingshoudingen, tot de zelfstandigheid van het kind, biedt het boek naast algemene handigheden specifieke tips voor de verzorging van kleine kinderen met het gebruik van slechts één hand. Wolthuis: „Kennis neemt je onzekerheid weg en kan extra kosten voorkomen. Dat geeft rust. En die rust kun je dan weer gebruiken om van je kind te genieten.“

Lilian Wolthuis maakt sneller dan de meeste ouders gebruik van de mogelijkheden van het kind zelf, zoals bijvoorbeeld de grijpreflex. Een baby knijpt al jong stevig zijn knuistjes om de vinger van een volwassene. Die kan het kind dan omhoog trekken. Daarbij stimuleerde ze haar kinderen al vroeg om zich 'als aapjes' aan haar vast te klemmen.....

Chaja Zeegers, Trouw

Over de auteur

Lilian Wolthuis- Droste (1969) is een getrouwde vrouw en moeder van drie kinderen: een dochter (1999) en twee zonen (2001 en 2005). Als gevolg van twee hersenbloedingen op jeugdige leeftijd, resteert haar een verlamming aan haar linkerzijde. Hierdoor verzorgt zij haar kinderen met één hand. Omdat er nagenoeg geen informatie voorhanden was over het éénhandig verzorgen van een baby of peuter, besloot ze zelf hierover een handboek te schrijven. Het zeer praktische en chronologisch, beschreven boek is getiteld 'In eigen hand'. In eigen hand is gebaseerd op eigen ervaringsdeskundigheid en is zó gebundeld, dat het open blijft liggen als je erin leest. Naast de groep functioneel éénhandige ouders, wordt het boek, ook internationaal, zeer frequent gebruikt als aanvulling op de bestaande deskundigheid van professionals in de zorg- en hulpverlening.

Het boek is te bestellen via de internetsite:

www.ineigenhand.eu

Onder de button:

'Hoe te koop' vindt u een bestelformulier.

Mailen kunt u naar: ineigenhand@home.nl

Prijs: € 23,95 exclusief verzendkosten.



Een handboek,
geschreven vanuit de eigen
ervaringsdeskundigheid in het
zelfstandig verzorgen van baby's en
peuters, voor functioneel
éénhandigen en hun professionals in
de zorg- en hulpverlening

Lilian Wolthuis-Droste

In eigen hand

Een bloemlezing uit de recensies

Het reikt zeer **verantwoorde** (en ook leuke!) tips, oplossingen en hulpmiddelen aan voor schijnbaar onoverkomelijke problemen bij het grootbrengen van baby's en kinderen naar éénhandige ouders toe.

De hierbij opgebrachte aandacht voor het zo **ergonomisch** mogelijk handelen in functie van het vermijden van eigen overbelasting (goede arm en hand, de rug, de nek, de schouders,) is zelfs regelmatig interessant voor om het even wie! De beschreven handelingen getuigen ook van een **rijk gedocumenteerde achtergrond** en evenzeer van een **zeer responsieve ingesteldheid** naar de baby of het kind toe.

Het boek is niet alleen mooi en praktisch uitgegeven (het valt inderdaad niet dicht als je het ergens neerlegt), het brengt een klare en duidelijke uitleg over hoe je alle kleine en grote handelingen kunt organiseren als éénhandige ouder. De foto's en tekeningen zijn hierbij zeer welkom en bieden een grote ondersteuning.... Dit boek verdient een terechte plaats in de bibliotheek van elk dienstverlenings-centrum, dat te maken heeft met jongeren en volwassenen met eenzijdige motorische beperkingen van het bovenste lidmaat.

Lieve Meeus & Lieve Dewerchin
Kinesitherapeute en ergotherapeute
Medisch Pedagogisch Instituut Spermalie
Brugge

De hoofdstukken over veiligheid, stimuleren van zelfstandigheid bij het kind, het leren luisteren van het kind, het omgaan met koppige kinderen en hoe om te gaan met eigen energie, maken duidelijk dat hier een **ervaren moeder** aan het woord is.

Ook het laatste hoofdstuk, dat over financiële mogelijkheden gaat, geeft zinvolle informatie over mogelijke vergoedingen van meerkosten die samenhangen met deze beperking.

Regelmatig waarschuwt de auteur voor overbelasting van de enige beschikbare hand en benoemt ze het onderkennen -en niet ontkennen- van de beperking.

Het boek bevat vele **praktische oplossingen en suggesties** en vormt voor ergotherapeuten een waardevolle aanvulling op informatie die op dit gebied al beschikbaar was.

In eigen hand verdient een plaats in iedere ergobibliotheek.

Willeke Heederik
Nederlands Tijdschrift voor ErgoTherapie

Via haar site hebben zich al ouders gemeld die door amputatie, dystrofie of verlamming slechts een hand kunnen gebruiken: de doelgroep waar Lilian aanvankelijk aan dacht.

Maar ongetwijfeld even dankbaar zijn de kraamvrouwen met een arm in het gips, de (groot) ouders met reuma en, simpelweg, de moeders van twee heel jonge kinderen die het in de praktijk vaak met 'een kind per arm' moeten stellen.

Aan de basis van alle praktische tips die Lilian door de jaren heeft verzameld, ligt het

sleutelwoord '**communicatie**'. "Een intense moeder-kindeenheid, daar kun je al vanaf de eerste dag aan werken...."

Het kind zal moeten 'meewerken' omdat de ouder een functiebeperking heeft en dus is het belangrijk dat de baby al vroeg leert begrijpen wat de moeder van hem verwacht en dat de moeder op haar beurt de baby stimuleert en zelfvertrouwen geeft",

Lara Geeurickx
Vakblad Kraamzorg, Amsterdam

Het boek In eigen hand biedt (aanstaande) jonge ouders goede handreikingen en overdenkingen als het gaat om éénhandig functioneren.

Niet alleen voor mensen die door een niet-aangeboren hersenletsel al een deel van hun leven éénhandig functioneren, maar juist ook voor degenen die door bijvoorbeeld een handletsel of recent ontstane handproblematiek ineens voor het feit staan dat ze hun baby op éénhandige wijze tijdelijk of blijvend moeten verzorgen.

Daarnaast zijn de tips van Lilian ook zeer bruikbaar als je nadenkt over het verzorgen van je baby met minder lichaamsbelasting; een goede handreiking naar de juiste weg. Kortom naar mijn mening een boek dat voor **meer doelgroepen** goede informatie biedt.

Ellen Giesen
Ergotherapeute/hand-therapeute
Nederlands Gezelschap voor HandTherapie
VieCuri Medisch Centrum voor Noord Limburg