

www.seniorenzelfaanzet.nl



1

Agenda Toekomst van de zorg is thuis



- › Welkom
- › Terugblik bijeenkomst 1 en 2
- › Opmaat bijeenkomst 3
- › Presentatie huisartsen
- › Presentatie zorg
- › Pauze
- › Presentatie welzijn
- › Vooruitblik bijeenkomst 4, Gemeente Maasdriel aan het woord
- › Centrale afronding

Campagne Senioren zelf aan zet



Het project is mogelijk gemaakt door ministerie
Volksgezondheid, Welzijn en Sport

Bijeenkomst 1, Bewustwording

Bijeenkomst 2, Wonen - verdieping samen met lokale partners

Bijeenkomst 3, Zorg – verdieping samen met lokale partners

Bijeenkomst 4, Gemeente en rondje toekomst



Praat vandaag over morgen



Waarom het slim is om op tijd na te denken over wonen, zorg en welzijn

Vitaal ouder worden



- Vaak staan we tot op hoge leeftijd midden in het leven
- We worden ouder en mogen langer van het leven en van elkaar genieten
- We zijn actief bij verenigingen en zijn een bron van kennis en levenservaring

Uitdaging vergrijzing



Naast een enorm potentieel brengt vergrijzing ook uitdagingen met zich mee;

- Het aantal oudere inwoners groeit en het aantal inwoners dat werkt o.a. in zorg en welzijn daalt
- Daarnaast is de (gezins)woning voor sommige ouderen met trap, drempels en tuin niet meer passend

Bijeenkomst 1 Bewustwording



Maatschappelijke uitdaging!

- | | | | |
|-----------------------------|------|---|-----|
| 1. Dubbele Vergrijzing | 1975 | 10% | 65+ |
| | 2025 | 20% | 65+ |
| | 2040 | 25% | 65+ |
| 2. Tekort aan zorgpersoneel | 2025 | ruim 60.000 medewerkers tekort | |
| | 2030 | gaat bijna 30% medewerkers ouderenzorg met pensioen | |
| 3. Tekort aan woningen | 2040 | 400.000 extra seniorenwoningen nodig | |

Senior geschikt wonen is..



- Woning: meest passend of passend te maken
- Woonomgeving: voorzieningen, openbare ruimte, veilig, vervoer, activiteiten en ontmoeting
- Een sociale woonomgeving en sociaal netwerk: zinvolle dag, mensen om je heen waar je op kunt terugvallen en voor wie jij er kunt zijn...
- **SOCIAAL PENSIOEN**

Bijeenkomst 2 Wonen



328 ingevulde enquêtes
86% Koopwoning waarvan 79% met partner

Aantrekkelijk woning/ woonsituatie:

Woning, tuin, sociale contacten, voorzieningen, bereikbaarheid

60% wil niet verhuizen

Interesse huidige woning: levensloopbestendig maken + andere opties overwegen

38% wil op termijn verhuizen: **woning te groot, tuin, niet gelijkvloers**

Wensen: **zelfde buurt (gemeente), gelijkvloers, voorzieningen in de buurt**

Bijeenkomst 2 Wonen



1. Blijven wonen in huidige woning

Levensloopbestendig maken

Slimme technologie

Overige mogelijkheden

Woonscan

www.t-huiz.nl

Woningdelen, woning splitsen,
(pre) mantelzorgwoning

2. Verhuizen

Makelaarsoord

Havermans Makelaardij

Rabobank

Regiobank

Woningstichting Maasdriel

De Kernen

Joris vd Oord & Joske Peffer

Wim Havermans

Jeanine vd Werken, Christien van Willigen

Seger Knops

Joris Verbeek

Karen de Grood & Anja Rangelrooij

Werken aan sociaal netwerk wel nodig?



Overtuigingen

- Hier zorgen we al voor elkaar
- Ik heb genoeg mensen die voor mij klaar staan
- Niemand hoeft eenzaam te zijn in ons dorp of straat
- Hier hoort iedereen erbij
- Er zijn veel organisaties die hulp bieden

En toch..



Oudere wil kind niet met zorg belasten

Twee op de drie Nederlanders willen best voor hun ouders zorgen als die op hun oude dag hulp nodig hebben. Maar bijna de helft van de ouders wil hun kruis daar niet mee belassen. De overheid is verantwoordelijk voor de ouderenzorg, zeggen veel meer...

overigens niet groot bij de senioren. Dat blijkt uit representatief onderzoek onder een afspiegeling van de Nederlandse bevolking dat deze krant liet doen door Panel Inzicht. Het onderzoek geeft een inkijkje in de manier waarop Nederlanders de zorg zien. Groeit de kost van de zorg voor ouder, een kwart aanzien- en zorg-inderen

wil dat best. De 12 procent die dat niet wil, zegt veelal geen goede relatie met hun ouders te hebben of te ver weg te wonen. Toch zegt 46 procent van de 65-plussers de kinderen niet te willen belasten. Vier op de tien vinden het niet de taak van de kinderen.

Dat hoort Esther Hendriks, bestuurder bij belangenvereniging MantelzorgNL, vaker. Een grotere groep ouders die zelf nog uit de generatie komt waarin het de plicht was om voor ouders te zorgen, voelt dat ga ik mijn kinderen niet

dit. „Ouderen zijn bevreesd dat het mantelzorgen iets in de relatie laat schuren. We horen dat mensen prima voor elkaar boodschappen willen doen, maar dat medische handelingen of lichamelijke verzorging – vooral intieme zorg als hulp bij douchen – een brug te ver zijn. Zowel om te krijgen als om geven.”

Het gevolg is echter dat een van die kinderen alsnog voor lende verrassingen komt. MantelzorgNL krijgt er telefoontjes over. Het komen plots in een b zorgsituatie dooel niet wilden voor dan in een groot aanpassingen deren die die

Ze zijn bevreesd dat het mantelzorgen iets in de relatie laat schuren

'We zijn erg verwend, we moeten meer zelf regelen'

Ouderen zullen meer zelf moeten betalen én regelen als ze meer zorg nodig hebben. Het aantal ouderen groeit zo hard dat de ouderenzorg de komende decennia niet meer te betalen is. Daarvoor

**Zelf als het kan
Digitaal als het kan
Thuis als het kan**

Ellen van Gaalen
Joeselin Gordijn

„Die generaties zijn opgegroeid met collectief betaalde ouderenzorg. Je moet bijna een cultu shift maken om onze ideeën d over te veranderen”, stelt Par teurissen, hoogleraar betaal en toegankelijke zorg Raaijmakers. Ons land klee 1968 als eerste ter wereld prof ouderenzorg met ver onelings- en wplaghuizen. D

ZATERDAG 10 JANUARI 2025

Schijf van 5 in de zorg



Formele zorg kan niet zonder informele zorg



Sociaal netwerk cruciaal



Bijeenkomst 3



- Wat gaat er veranderen in de zorg?
- Hoe kunnen we ons voorbereiden op de veranderingen in de zorg?
- Wat kunnen we zelf doen om langer vitaal te blijven?
- Hoe belangrijk is een sociaal netwerk?
- Wat betekent 'zorg voor elkaar'?
- Hoe kijken professionals tegen deze vragen aan en wat is het advies?

Gezondheidsbijeenkomst “Senioren zelf aan zet”

Themazorg

Rol van de huisarts



Gezondheidsbijeenkomst “Senioren zelf aan zet”. Thema zorg



Agenda

- Inschatten van zorgbehoefte
- Wat is ACP en de rol van de huisarts
- Waarom is ACP belangrijk?
- Rol van de huisarts en POH
- Grenzen van de huisartsenzorg

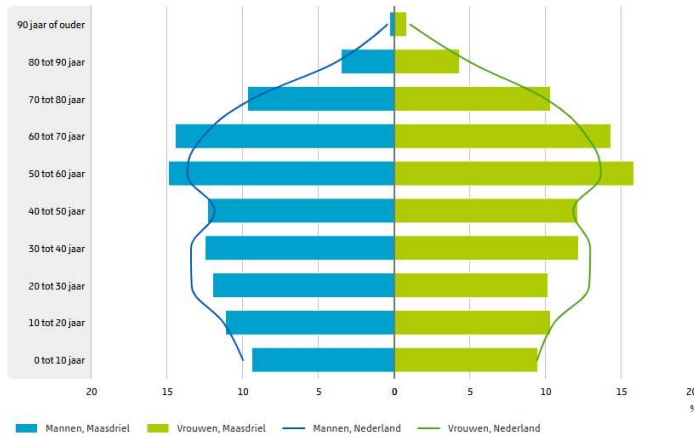


Gezondheidsbijeenkomst “Senioren zelf aan zet”. Thema zorg

Leeftijdsverdeling Maasdriel

Het totaal aantal inwoners in Maasdriel in 2025 is 26 289.

Leeftijdsopbouw, Maasdriel, 2025



Gezondheidsbijeenkomst "Senioren zelf aan zet". Thema zorg



▲ Door speciale cursussen leren ouderen om minder snel te vallen. © Hein van Balle

Recordaantal ouderen in Zaltbommel het ziekenhuis in na valpa

Het aantal 86-plussers in Zaltbommel dat na een valpartij in het ziekenhuis is beland, is gestegen tot het hoogste niveau ten jaar tijd. 2022, het meest recente jaar waarover cijfers beschikbaar zijn, telde 86 ziekenhuisopnames van gevallen deze gemeente.

Marijn Klerks

Gezondheidsbijeenkomst "Senioren zelf aan zet". Thema zorg



Fictieve casus

Man 73 jaar , Komt met vallen bij de huisarts. Valt plotseling. Meerdere keren. Moeite met opstaan. Krampen in kuit.

Wat verwacht u van huisarts?



Gezondheidsbijeenkomst "Senioren zelf aan zet". Thema zorg

Veel patiënten komen met vallen -> vaak meerdere oorzaken en samenloop van omstandigheden. Wel vaak voorbode van achteruitgang en kwetsbaarheid .

Gevolgen van vallen

- Opname ziekenhuis
- Blijvend letsel of beperkte mobiliteit -> hulpbehoevend
- Overlijden

Oorzaken van vallen

- Problemen met zien (struikelen over...)
- Spierkracht die achteruitgaat
- Stoornissen hersenfuncties (balans, evenwicht, coördinatie, opvang reflexen)
- Lage bloeddruk

Veelal combinatie van onderliggende chronische ziekte(n) waar geen genezing van te verwachten valt.



Gezondheidsbijeenkomst "Senioren zelf aan zet". Thema zorg

Gebeurt in kort ogenblik maar wat dan? Wat wil je?

- Wil je überhaupt opgenomen worden in het ziekenhuis?
welk ziekenhuis, wat absoluut niet ?

Vraag aan de zaal; Groen kaartje omhoog als u naar het ziekenhuis wilt en mogelijk terugkomt als kasplantje , rood als u geen "kasplant" wilt worden.

Iemand niet naar het ziekenhuis verwijzen kan in een acute situatie soms beter zijn dan wel insturen.

Ziekenhuis en ambulance vragen ALTIJD naar reanimatie wens.

- Indien geen opname, red je het thuis?
- Is er extra hulp nodig?
aanpassing huis, hulpmiddelen, hulp bij dagelijkse dingen: €



Gezondheidsbijeenkomst "Senioren zelf aan zet". Thema zorg

Inschatten van zorgbehoefte

- Vergrijzing
- Langer leven, maar ook langer leven met een ziekte
- Thuis blijven wonen
- Welke zorg is nodig om thuis te wonen?
- Wat wil iemand als het thuis niet goed gaat?
- ACP als methode wensen te bespreken



Gezondheidsbijeenkomst "Senioren zelf aan zet". Thema zorg.

Wat is Advanced Care Planning?

ACP of vroegtijdige zorgplanning stelt mensen in staat om:

1. Doelen en voorkeuren te formuleren voor toekomstige medische behandelingen en zorg
2. Deze doelen en voorkeuren te bespreken met familie en zorgverleners
3. Eventuele voorkeuren vast te leggen en indien nodig te herzien.

Rietjens et al. 2018

ACP is ook samen beslissen bij het voorbereiden van de laatste levensfase



Gezondheidsbijeenkomst "Senioren zelf aan zet". Thema zorg.

Waarom is ACP belangrijk?

- Situaties waarin patiënt niet meer zelf kan beslissen. "**Medisch Vertegenwoordiger**"
- Behoud van **eigen regie**
- **Behandelverbod**
- **Geruststelling**

- ACP is **geen garantie**



Gezondheidsbijeenkomst "Senioren zelf aan zet". Thema zorg.

Rol van de huisarts en POH

- **Uitnodiging** voor een ACP gesprek
- **Vorbereiding** door patiënt
- Praktijkondersteuner van de huisarts (**POH**)
- Al eerdere afspraken?
- POH bespreekt met **huisarts**
- Verwerking in **medisch dossier**
- **LSP**
- Patiënt houdt zelf een **papieren document**
- Aanpassing mogelijk



Gezondheidsbijeenkomst "Senioren zelf aan zet". Thema zorg.

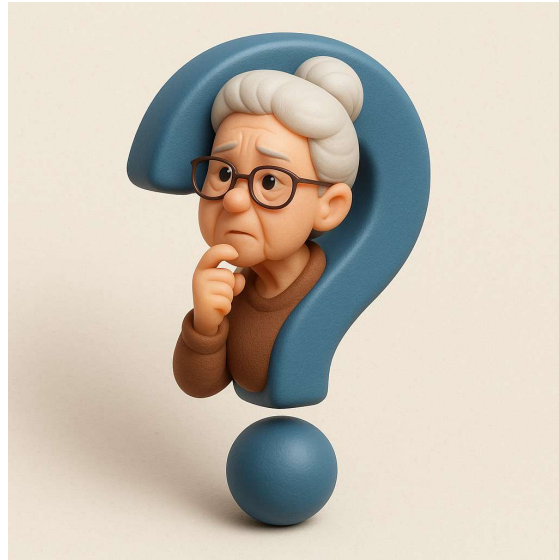
Grenzen van de huisarts en POH

- Euthanasie
- Beschikbaarheid van zorg
- Zorgkantoor
- CIZ
- Hulp bij aanvragen
- Zelf aan zet



Gezondheidsbijeenkomst "Senioren zelf aan zet". Thema gezondheid.

Vragen



Gezondheidsbijeenkomst "Senioren zelf aan zet". Thema zorg.



Vragen voor de zaal

- Wie heeft er al nagedacht over behandelwensen tav levenseinde

Gezondheidsbijeenkomst "Senioren zelf aan zet". Thema zorg



Vragen voor de zaal

- Wie heeft wensen rondom levenseinde vast laten leggen?

Zo ja, waar:

- Huisarts?
- Notaris?



Gezondheidsbijeenkomst "Senioren zelf aan zet". Thema zorg

Vragen voor de zaal

- Voor diegene die dit bij notaris hebben laten vastleggen:

Is dit ook besproken met de huisarts?



Gezondheidsbijeenkomst "Senioren zelf aan zet". Thema zorg

Vragenlijsten

- Er zijn verschillende vragenlijsten die door de huisartsenpraktijk worden gebruikt. Sommige daarvan kunt u zelf ook invullen.
- Een voorbeeld is de valrisico test. U vindt deze op de tafels.
- Een voorbeeld van een ACP formulier zoals de praktijkondersteuner met u kan doornemen, vindt u ook op tafel.



Gezondheidsbijeenkomst "Senioren zelf aan zet". Thema zorg

veiligheid.nl
kenniscentrum letselpreventie

Goed zien

Ik poets mijn bril elke dag.

Ik zorg ervoor dat ik altijd genoeg licht heb in huis.

Elk jaar laat ik mijn ogen testen.

Voeten en schoenen

Mijn schoenen zijn stevig. Ze passen goed en hebben geen hoge hak.

Mijn sluffen blijven goed om mijn voeten zitten.

Ik verzorg mijn voeten goed, of ik laat de pedicure dat doen.

Ik bel mijn huisarts of podotherapeut als ik pijn of een ander probleem aan mijn voeten heb.

Veilig huis

Ik heb overal stroeve vloeren, ook in de badkamer.

Mijn vloerkleden hebben een antislip-laag.

Kabels en snoeren zijn goed vastgemaakt of weggewerkt.

De trap is altijd vrij van spullen.

Mijn rollator staat op de juiste stand voor mij. En ik weet hoe ik hem moet gebruiken.

Veilig op de been blijven?

Ontdek uw valrisico

Stap 1: Bekijk uw situatie

		Ja	Nee
> Bent u de afgelopen 12 maanden gevallen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
> Bent u bezorgd om te vallen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
> Heeft u moeite met bewegen, lopen of balans houden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Nee op alle vragen → **Laag valrisico**

Ja op één of meer vragen → **Ga door naar stap 2**

De volgende vragen vult u samen met een professional in

Stap 2: Onderzoek de ernst van het valrisico

		Ja	Nee
> Had u letsel ten gevolge van de val?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
> Heeft u twee of meer vallen gehad in het afgelopen jaar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
> Was wegraking de oorzaak van de val?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
> Kon u niet overeind komen na de val?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
> Heeft u hulp nodig bij complexere dagelijkse taken zoals zwaar huishoudelijk werk, koken, boodschappen doen en alleen buiten lopen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Ja op één of meer vragen → **Hoog valrisico**

Nee op alle vragen → **Ga door naar stap 3**

Stap 3: Doe de looptest

Uitslag van de looptest: _____

Looptest < 4 seconden → **Laag valrisico**

Looptest ≥ 4 seconden → **Matig valrisico**

Gezondheidsi

16

U heeft een laag valrisico

Dat is goed nieuws! Blijf actief en oefen uw evenwicht en spieren. Zo blijft u sterk en fit.

Het is belangrijk dat u minstens 30 minuten per dag beweegt. En dat u uw evenwicht en spieren traint. Wandelen, fietsen, tuinieren of dansen: doe iets actiefs waar u plezier in heeft. Zo blijft u fit en houdt u uw spieren soepel en sterk. Dat zorgt ervoor dat u minder snel valt.

Tip 1
Samen bewegen is veel leuker! Kijk welke beweegactiviteiten uw gemeente organiseert en doe eraan mee.

Tip 2
Doe mee met het tv-programma Nederland in beweging. Elke werkdag om 9.15 uur op NPO 2 en om 10.15 uur op NPO1.

Tip 3
Kijk op de lijst hiernaast: ontdek wat u nog meer kunt doen om ervoor te zorgen dat u niet valt.

Zo blijft u veilig op de been

Wat doet u al om de kans dat u valt kleiner te maken?

Evenwicht & spierkracht

- Ik doe elke dag oefeningen om mijn evenwicht en (been)spieren te trainen.
- Ik let erop dat ik niet te lang achter elkaar zit.
- Als ik opsta, wacht ik even voordat ik ga lopen. Eerst span ik mijn beenspieren aan. En ik wacht tot ik niet meer duizelig ben.

Medicijnen

- Ik weet precies welke medicijnen ik allemaal neem.
- Ik weet of mijn medicijnen de kans groter maken dat ik val.
- Als ik nieuwe medicijnen krijg, vraag ik altijd of ze passen bij mijn andere medicijnen.
- Ik vraag mijn huisarts of apotheker elk jaar om mijn medicijnen te controleren.

Lekker en gezond eten

- Ik weet wat ik elke dag moet eten aan groente, fruit en andere voeding.
- Ik let erop dat ik genoeg eiwitten eet. Die zitten in vlees, vis, melk, kaas, eieren, brood, peulvruchten en noten.
- Ik drink elke dag genoeg water.
- Ik weet dat mijn huisarts kan testen of ik extra vitamine D nodig heb.

U heeft een matig valrisico

Geluklijk kunt u daar wat aan doen. Er zijn speciale bewegingsprogramma's die uw kans om te vallen verkleinen. Uw zorgverlener bekijkt samen met u welk programma het beste bij u past.

Het programma dat het beste bij mij past is:

Tip
Heeft u zich aangemeld voor het bewegingsprogramma? Kijk op de lijst hiernaast: ontdek wat u nu al zelf kunt doen om ervoor te zorgen dat u niet valt.

U heeft een hoog valrisico

Geluklijk kunt u daar wat aan doen. Maak een afspraak bij een zorgverlener. Hij of zij helpt u om de kans dat u valt kleiner te maken.

Ik maak een afspraak bij:

Tip
Heeft u de afspraak gemaakt? Kijk op de lijst hiernaast: ontdek wat u nu al zelf kunt doen om ervoor te zorgen dat u niet valt.



Gezondheids

Uniform vastleggen **proactieve zorgplanning**

Datum van invullen: _____

Naam patiënt: _____

Geboortedatum: _____

Gesprek gevoerd door: _____

Naam: _____

Functie: _____

advance care planning (ACP)

Dit formulier is ontwikkeld om afspraken voortvloeiend uit het proces van proactieve zorgplanning eenduidig vast te leggen. Het is GEEN advieslijst. Het kan alleen na deskundig en gerichte gesprekken door een zorgverlener worden ingevuld. Voor adviezen over het voeren van deze gesprekken wordt verwezen naar de richtlijn proactieve zorgplanning in de palliatieve fase en **Falwellab**.

Vul 'nog onbekend' in als een onderwerp niet is besproken of als de patiënt (nog) geen mening heeft. Overweg bij overplaatsing naar een langdurige zorginstelling gespreksverlagen over proactieve zorgplanning om de overdracht toe te voegen.

1. Wilsbekwaamheid & Wettelijke vertegenwoordiging

Is de patiënt op dit moment wilsbekwaam m.b.t. medische behandelbeslissingen?

Ja Nee Toelichting: _____

Bij wilsbekwaamheid m.b.t. medische behandelbeslissingen is/waard de wettelijk vertegenwoordiger:

a) Naam wettelijk vertegenwoordiger: _____ b) Contactgegevens wettelijk vertegenwoordiger: _____

c) Relatie tot patiënt: Mentor/Curator Schriftelijk gemachtigde Echtgenoot/partner Ouder Kind Broer/zus Anders: _____

d) Is de wettelijk vertegenwoordiger ook de eerste contactpersoon? Ja, ga naar 2 Nee, ga verder bij vraag e

e) Naam eerste contactpersoon: _____ f) Contactgegevens eerste contactpersoon: _____

g) Relatie tot patiënt: Echtgenoot/partner Ouder Kind Broer/zus Anders: _____

2. Gesprek gevoerd in bijzijn van

Patiënt Mentor/Curator Schriftelijk gemachtigde Echtgenoot/partner Ouder Kind Broer/zus Anders: _____

3. Belangrijkste overeengekomen doel van medisch beleid

Curatief / actief ziektebeleid Palliatief met als doel levensverlenging en symptoomverlichting

Palliatief met als doel symptoomverlichting, waarbij levensverlenging niet gewenst is Nog onbekend

4. Behandelgrenzen

a) Reanimatie: Ja Ja, maar met beperkingen: _____ Nee Onbekend
toelichting: _____


b) Kurstmatige invasieve beademing: Ja Ja, maar met beperkingen: _____ Nee Onbekend
toelichting: _____

c) Opname op intensive care: Ja Ja, maar met beperkingen: _____ Nee Onbekend
toelichting: _____

d) Opname in ziekenhuis: Ja Ja, maar met beperkingen: _____ Nee Onbekend
toelichting: _____

Go verder op de volgende pagina >

Dit formulier is met de grootste zorg ontwikkeld. Aan de inhoud kunnen op geen enkele wijze rechten of aanspraken worden ontbonden. Hetgeen meer inhoudt dat ontwikkeld door de afdeling Palliatieve Zorg van het Universitair Ziekenhuis Groningen. Het is een gemeenschappelijk product van de afdeling Palliatieve Zorg van het Universitair Ziekenhuis Groningen en de afdeling Palliatieve Zorg van het Universitair Ziekenhuis Groningen. Gepubliceerd door PZG & uitgevoerd door RZG.



Gezondheidsbijeenkomst "Senioren zelf aan"

vervolg behandelwensen:

e) Behandeling met antibiotica
 Ja Ja, maar met beperkingen: _____ Nee Onbekend
 toelichting: _____

f) Toediening van een bloedproduct
 Ja Ja, maar met beperkingen: _____ Nee Onbekend
 toelichting: _____

g) Overige behandelwensen Ja Nee Nog onbekend
 toelichting: _____

h) Heeft de patiënt een ICD? Ja, **ga verder bij vraag 1** Nee, **ga naar 5** Nog onbekend, **ga naar 5**
 toelichting: _____

i) Is er een afspraak over moment van uitzetten ICD? Ja Nee, nog geen besluit genomen Niet besproken
 toelichting gemaakte afspraken: _____

5. Behandelwensen

a) Wat zouden zorgverleners, volgens de patiënt, moeten weten om goede zorg te kunnen verlenen? Heeft deze patiënt specifieke wensen met betrekking tot zijn zorg? (incl. culturele/reizigeuze/sociale/spirituele aspecten)

b) Gewenste plek van overlijden: Thuis Ziekenhuis Verpleeghuis Hospice Anders Nog onbekend
 toelichting: _____

c) Euthanasie standpunt: Heeft euthanasieverklaring Werd geen euthanasie Nog onbekend
 Geen euthanasieverklaring, zou wel verzoek kunnen doen in bepaalde situaties
 toelichting: _____

d) Keuze orgaandonatie vastgelegd in donoregister? Ja Nee Nog onbekend

6. Wat verder nog belangrijk is

7. Eerder vastgelegde behandelwensen

a) Heeft de patiënt eerder behandelafspraken vastgelegd? Ja Nee Nog onbekend
 toelichting: _____

b) Staan in eerder vastgelegde behandelafspraken andere wensen dan nu in deze verklaring?
 Ja Nee Nog onbekend
Zie ja: adviseer de eerder opgestelde verklaring te vernieuwen of aan te passen, zodat de behandelafspraken daarin overeenkomen met wat nu in deze verklaring tenaamste is gemaakt. Het afbreken of wijzigen van een levensovereenkomst kan alleen bij de notaris.

8. Informatie delen

a) Heeft u patiënt geïnformeerd over eigen verantwoordelijkheid om deze behandelafspraken met naasten te bespreken?
 Ja Nee

b) Patiënt gaat akkoord met het delen van deze behandelafspraken met andere betrokken hulpverleners.
 Akkoord Nog onbekend

Gezondheidsbijeenkomst "Senioren zelf aan Zet"  Gepubliceerd door PZNL & uitgegeven door KNL 

Zorg in de wijk

Santé Partners

Brabant  Zorg

BUURTZORG

Senioren Zelf aan Zet

Velddriel 10 november
 Rossum 14 november
 Ammerzoden 19 november

Inhoud

Onderwerpen die aan bod komen:

- Welke soorten zorg zijn er?
- Wat kun je al wel regelen?
- Wat kun je niet regelen?
- Wat als je niets regelt?

Na afloop:

- Ruimte voor vragen
- Informatie op papier

Stelling 1

Als ik plotseling ziek word of mijn mantelzorg valt weg,
dan kan ik altijd in mijn eigen regio terecht voor
zorg/ondersteuning.

Groen: Ja dit is zo

Geel: Ik twijfel

Rood: Nee, dit is niet zo

Vaak wel!

Welke zorg is er:

- **Thuiszorg** (*Buurtzorg/Santé Partners*) -> zelfredzaamheid staat voorop
- **Verpleeghuiszorg** (*Leijenstein, Zonnelied, Vaste Burcht*)
- **Hospice** -> levensverwachting van minder dan 3 maanden
- **Dagbesteding en dagbehandeling** (*Zonnelied, Vaste Burcht, Zorgboerderij etc.*)
- **Revalidatieplek**
- **Begeleiding thuis** (*Dovida, Saar aan huis, Santé Partners*)
- **Casemanagement dementie** (*Santé Partners/Buurtzorg*)

Andere ondersteuningsvormen

- Fysiotherapie, ergotherapie, diëtiëk, etc.
- Respijtzorg -> tijdelijke ontlasting mantelzorger
- Adviesplein gemeente Maasdriel
- Stichting Welzijn Bommelerwaard
- Mantelzorgmakelaars/ onafhankelijke cliëntondersteuners

Wat kan er niet:

- Waakdiensten in de nacht bij terminale cliënten
- Nachtzorg bij dementie/chronische zorg thuis
- 24u begeleidingszorg bij dementie thuis
- Soms is er geen plaats bij thuiszorgorganisaties door bijv. personeelstekorten of te veel cliënten -> uitwijken naar revalidatieplaats, eerstelijns verblijf of inzet mantelzorg

Stelling 2

Het ziekenhuis of huisarts bepaalt hoeveel (thuis)zorg iemand gaat krijgen.

Groen: Ja

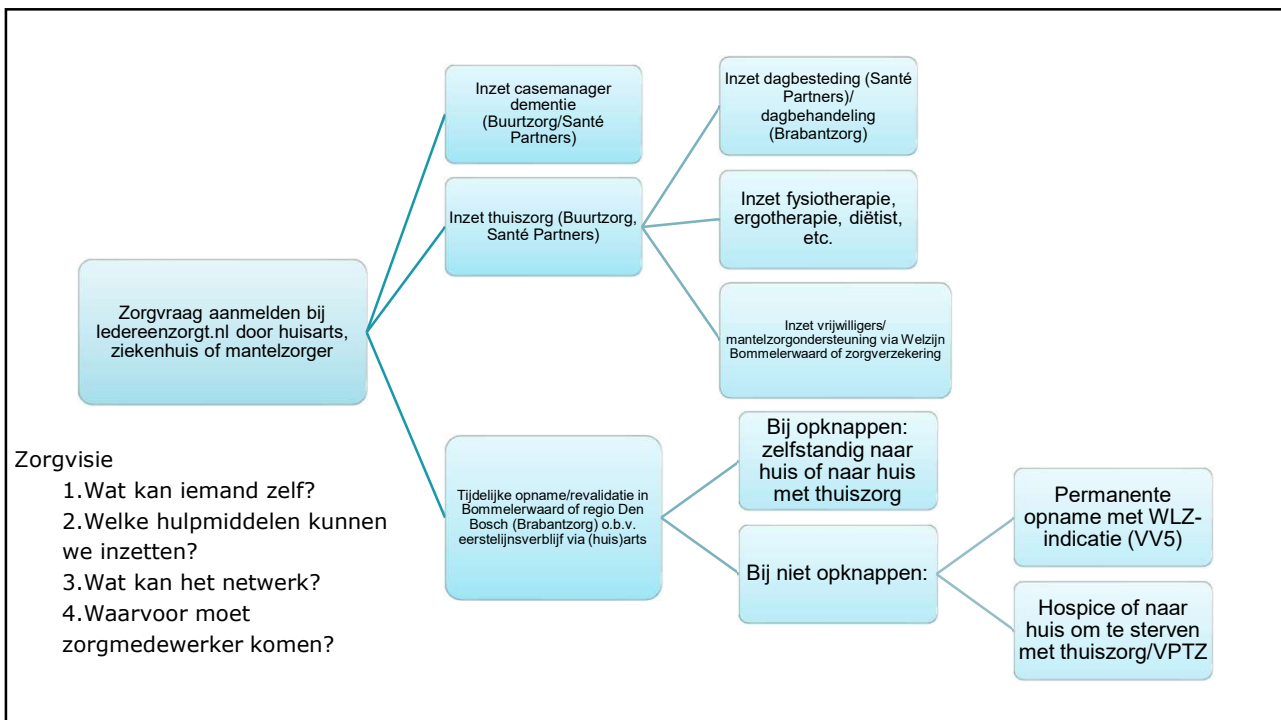
Geel: Wel welke zorg, maar niet hoeveel

Rood: Nee

De wijkverpleegkundige bepaalt

Zorgvisie

1. Wat kan iemand zelf?
 2. Welke hulpmiddelen kunnen we inzetten?
 3. Wat kan het netwerk?
 4. Waarvoor moet zorgmedewerker komen?
- Zorgverzekeringswet (ZvW) -> zorg in natura
 - Wet langdurige zorg (WLZ) -> indicatie via Centrum Indicatie Zorg (CIZ)
 - Wet maatschappelijke ondersteuning (WMO)



Stelling 3

Ik weet van mijn naaste hoe hij/zij de zorg wil.

Groen: Ja, en dit hebben we ook al besproken/vastgelegd

Geel: Ik twijfel

Rood: Nee

Wat kun je al vooraf bespreken/ regelen?

- Levenstestament
- Machtiging financiën
- Wettelijke vertegenwoordiger -> wat als ik zelf niet meer kan beslissen over mijn zorg/leven
- Nabestaande map
- Eigen netwerk in kaart brengen
- Woning aanpassen of verhuizen?
- Hulpmiddelen
- Maak gebruik van de moderne tijd
- Inzet WMO voor huishoudelijke hulp/taxipas etc.
- Blijf in beweging -> bewegen doet leven
- Voorkom eenzaamheid -> blijf onder de mensen

Wat als je niets regelt?

Binnen Nederland kan er altijd een crisisplek gevonden worden, maar dan geen keuze in waar je terecht komt.

Je kan van alles voorbereiden, maar soms komen er toch onverwachte zaken op je pad.



Vragen/opmerkingen

**ZULLEN WE DE ZORG
WEER AANKLEDEN**

Postbus 1045 6801 BA Arnhem www.loesje.nl

**DE PATIËNTEN
HEBBEN HET KOUD**

Loesje

Pauze



Senioren zelf aan zet

Ronde 3: De toekomst van de zorg is thuis

- Maandag 10 november 2025
- Vrijdag 14 november 2025
- Woensdag 19 november 2025

Boxhof, Velddriel
De Parel, Rossum
De Weesboom, Ammerzoden

Voorstellen



Team OnsMaasdriel, onderdeel van Welzijn Bommelerwaard, staat voor verbindend welzijnswerk binnen de gemeente Maasdriel en bestaat uit: sociaal werkers, jongerenwerkers, activiteitenbegeleiders, vrijwilligerscoördinatoren en een buurtsportcoach.

Inwoners van jong tot oud ondersteunen, hun sociale netwerken helpen versterken en zorgen dat ze kunnen (blijven) meedoen.

Op sociaal, maatschappelijk en sportief vlak.

Agenda



Inleiding

Welzijn

Buurtplatform OnsMaasdriel

Ontmoeten in Maasdriel

Mantelzorgondersteuning

Ouderenadvies

Dementievriendelijke samenleving (Alzheimer Bommelerwaard)

Onafhankelijke cliëntondersteuning (MEE+ en OCO Bommelerwaard)

Inleiding



Waarom deze

bijeenkomsten?

Dubbele vergrijzing

Langer thuis wonen van ouderen

Toename van mensen met dementie

Druk op mantelzorgers

Meer eenzaamheid

Stijgende zorgkosten

Personeelstekort

Zelfredzaamheid vergroten

Samenredzaamheid vergroten in buurten en dorpen



De toekomst van de zorg is thuis!



Welzijn

Buurtplatform OnsMaasdriel (1/2)

The screenshot shows the website interface for the Buurtplatform OnsMaasdriel. It includes a dark green navigation bar with the following elements:

- Search bar: Zoek in site
- Help icon
- Settings icon
- Toevoegen (Add) button
- User profile icon

Below the navigation bar are several service cards:

- Hulp nodig?** (Need help?): De professionals van Team OnsMaasdriel staan voor je klaar! Contact: 0418 - 634 231, team@onsmaasdriel.nl
- Iets leuks organiseren?** (Organizing something fun?): Ik doe mee! Vind elkaar op buurtplatform OnsMaasdriel.nl!
- Loop gerust binnen!** (Feel free to come in!): Ontmoet OnsMaasdriel

At the bottom, there is a 'Laatste berichten' (Latest news) section with a 'Meer berichten' (More news) link. A search bar is visible in the foreground with the text 'Selecteer een...' and 'onsmaasdriel.nl'.



Buurtplatform OnsMaasdriel (1/2)

Buurtplatform OnsMaasdriel (2/2)

Team
OnsMaasdriel

OnsMaasdriel

Zoek in site Hulp + Toevoegen

Voorpagina **Wegwijs in Maasdriel** Team OnsMaasdriel Adviesplein Maasdriel Onze dorpen Berichten Agenda Elio >

Wegwijs in Maasdriel

Ondersteuning, hulp en ontmoeting in je eigen buurt

Lees voor

Welkom op de sociale kaart van de Bommelerwaard. Hier vind je organisaties, verenigingen en initiatieven die maatschappelijke hulp en ondersteuning bieden aan inwoners van de Bommelerwaard. Bijvoorbeeld op het gebied van vrije tijd, onderwijs en gezin, gezondheid, werk en geld en fijn wonen in je buurt.

Typ hier je zoekwoord

In de buurt

Betrokken bij je buurt? Vind hier organisaties en initiatieven die je helpen bij een fijnere buurt met mensen die omkijken naar elkaar.

Selecteer een taal



Ontmoeten, benieuwd wat er speelt?

Team
OnsMaasdriel

Benieuwd wat er speelt in jouw dorp?

Kies hieronder je dorp en kom er achter!



Ontmoeten in Maasdriel

Team
OnsMaasdriel



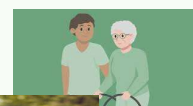
Mantelzorgondersteuning

Team
OnsMaasdriel

Iemand die zorgt voor een naaste die langdurig ziek is, een beperking heeft of hulp nodig heeft.

Ondersteuningsaanbod:

- Huisbezoeken
- Mantelzorgvoucher
- Mantelzorgwaardering
- Nieuwsbrief Mantelzorg
- Lotgenotencontactgroep partner met dementie
- MantelzorgSalon
- Odensehuis Bommelerwaard
- Week van de Jonge Mantelzorg
- Dag van de Mantelzorg



Ouderenadvies



- Veilig en prettig wonen en leven
- Inzicht geven
- Meedoen stimuleren
- Preventief huisbezoek



Hoe kunt u ons bereiken?



T 0418-634231 (8.30 – 12.30 uur)
E team@onsmaasdriel.nl

Of door ons persoonlijk aan te spreken in uw dorp.

Op het buurtplatform OnsMaasdriel
(www.onsmaasdriel.nl) vindt u een overzicht van ons
team.



Programma

- Wat is dementie?
- Wat zijn de verschillende signalen van dementie en hoe kun je dementie herkennen?
- Hoe kun je mensen met dementie het beste ondersteunen (GOED)?



Hoeveel mensen met dementie zijn er in Nederland?

- a. 15.000 (rood)
- b. 310.000 (geel)
- c. Meer dan een half miljoen (groen)



b. 310.000



Hoeveel procent van de mensen met dementie woont thuis
(dus niet in een woonzorgcentrum)?

a. 69% (rood)

b. 79% (geel)

c. 89% (groen)



c. 89%



Het is een vreselijke ziekte waar nog veel taboe over is.

Probeer er over te praten en openheid te geven. Dan kunnen mensen je helpen en er rekening mee houden

Het is niet iets om je voor te schamen.

Durf hulp te vragen.



Hoe reageert Nederland op mensen met dementie?



Symptomen en signalen van dementie

Vergeetachtigheid	Verminderd beoordelingsvermogen
Problemen met dagelijkse handelingen	Veranderingen in gedrag en karakter
Terugtrekken uit sociale activiteiten	Onrust
Vergissingen in tijd en plaats	Taalproblemen
Kwijtraken van spullen	Problemen met zien

Denken in mogelijkheden

- Laat mensen met dementie zo lang mogelijk zelf de regie houden
- Zet het talent van mensen met dementie in en laat ze nuttig voelen
- Praat niet over mensen met dementie maar ga met ze in gesprek
- Richt je niet alleen op zorg, maar verbeter het welzijn van de persoon met dementie en hun directe naasten



Hartenkreten

alzheimer nederland

Kijk naar wat ik nog wél kan

Blijf met mij in gesprek

Geef mij duidelijke informatie

Denk met mij mee

Laat mij meedoen en genieten

hartenkreten
van mensen met dementie.

GOED-methode

alzheimer nederland

Geruststellen

Oogcontact maken

Even meedenken

Dankjewel



GOED-methode

Online gratis trainingen op:

<https://www.samendementievriendelijk.nl/>

Verschillende korte trainingen voor winkelpersoneel, kappers, woningcorporaties, horeca openbaar vervoer enz.

Verenigingen gratis training op locatie



Open deuren beleid

Er wordt samen met de bewoner en familie gekeken wat wenselijk en veilig is.

De bewoner krijgt bijvoorbeeld een horloge met een sensor waarbij de deuren opengaan en zij ook buiten het terrein kunnen gaan wandelen.

Dank voor uw aandacht.

Onafhankelijke cliëntondersteuning



Onafhankelijke hulp voor jou

Onafhankelijke cliëntondersteuning

Heb je zorg of hulp nodig?
Een onafhankelijk cliëntondersteuner kan je helpen.
Wij zijn er voor jou.

Iedereen die in gemeente Maasdriel of Zaltbommel woont,
kan deze hulp krijgen.

De hulp van onafhankelijk cliëntondersteuners is
echt onafhankelijk. Ze werken niet voor de gemeente of
een zorgorganisatie.

Onafhankelijke cliëntondersteuning

Wat doet een onafhankelijk cliëntondersteuner?

- luistert naar jouw verhaal
- helpt om jouw vraag duidelijk te maken
- denkt mee over jouw situatie
- ondersteunt bij gesprekken met organisaties
- zoekt naar de juiste hulp of zorg
- geeft informatie om goede keuzes te maken

De onafhankelijk cliëntondersteuner staat naast jou.

Waar kunnen we jou bij helpen?

Bij vragen over zorg, gezondheid, jeugdhulp, onderwijs, welzijn, wonen, werk en
inkomen.

Je hoeft niets te betalen voor de hulp van een onafhankelijk cliëntondersteuner.

Contact

Wil je informatie?
Je kiest zelf met wie je contact opneemt.
Je kunt bellen of mailen naar:

MEE Plus

Telefoonnummer:
088 123 7100

Email:
cliëntondersteuning
@meeplus.nl

Anneke Boerma

Telefoonnummer:
06 10 46 91 49

Email:
info@mzm-anneke.nl

Marie-Elise van Dinther

Telefoonnummer:
06 37 39 38 00

Email:
welkom@mzm4u.nl





<https://www.youtube.com/watch?v=aZWgqjO6rvc>



“Zorgvragen
krijgen in de toekomst
vaker een
welzijnsantwoord.”

Sociaal netwerk



Waarom is een sterk sociaal netwerk belangrijk?

- Minder mantelzorgers beschikbaar
- Kinderen wonen vaak ver weg en ouders willen hen niet belasten
- Afname van zorgprofessionals
- Eigen sociale kring senioren wordt kleiner

- Een sociaal netwerk vergroot mogelijkheden om langer zelfstandig thuis te wonen
- Een goed sociaal netwerk voorkomt eenzaamheid en daarmee gezondheidsschade

- Van betekenis zijn voor elkaar geeft voldoening

Vitaliteit & langer thuis...



...Versterk je netwerk!

Sociale netwerkkaart



DAGELIJKSE DINGEN

HUISROOSTEN
De buurman kunt soms ontzetten. Je klinkt een maat af en toe het gras.

Wie kan jou helpen met het huishouden?

Wat zou jij voor een ander willen doen?

FINANCIËN
Een goede vriend of familielid helpt je met het regelen van bankzaken.

Wie vertrouwt jij met jouw geldzaken?

Wat zou jij voor een ander willen doen?

VEERVOER
Een bus of van gaat ook naar die verjaardag en pik je even op, het rijtje naar de dokter wordt gestaan door een neef.

Wie regelt jij voor vervoer?

Wat zou jij voor een ander willen doen?

BOODSCHAPPEN/INKEN
Een oud collegie neemt af en toe wat boodschappen mee. Een kennis maakt een lekkere maaltijd voor je klaar.

Wie kan jou hierbij ondersteunen?

Wat zou jij voor een ander willen doen?

COMPUTERS
Een kennis van de voorbalk helpt bij het online bestellen van je kaartje. Je vriende helpt je met het invullen van digitale formulieren.

Wie kan jou hierbij ondersteunen?

Wat zou jij voor een ander willen doen?

HUISDIEREN
Een bekende die van dieren houdt laat de hond grazen voor je op. De dochter van een vriend verzorgt je cavia.

Wie kan jouw huisdier(acht) verzorgen?

Wat zou jij voor een ander willen doen?

VERSTERK JOUW NETWERK

Vul per onderdeel de naam in van degene(n) die achter jou staan. En vul in hoe jij achter anderen kunt staan.

SOCIAAL LEVEN

GETUIGENIS
Bij een oude schoolvriend op de koffie, dat's altijd gezellig. Even bij de horeca een praatje maken.

Met wie maak jij het graag gezellig?

Wat zou jij voor een ander willen doen?

GOED VOOR ELKAAR

GOED GESPREK

GESPREKSPARTNER
Gedurende gesprekken met bijvoorbeeld een vriend over belangrijke of emotionele onderwerpen.

Bij wie kun jij voor een goed gesprek terecht?

Wat zou jij voor een ander willen doen?

ZORG

NEURDER
De buurman legt medijnen voor je klaar. Je dokter helpt met oogdruppels.

Wie helpt jou bij medische zorg?

Wat zou jij voor een ander willen doen?

Hoe ziet uw netwerk eruit?
Wie kunt u om hulp vragen?
Waarmee kunt u hulp bieden?

Waar mist u hulp?

Waar kan ik terecht met mijn zorgvraag?



- Wat kan ik zelf?
- Het zorglandschap bestaat uit veel aanbieders, veel zijn vandaag aan het woord geweest
- Weet dat u terecht kunt bij;
 - De huisarts
 - Uw eigen netwerk
 - Team OnsMaasdriel
 - Adviespleinen van de gemeente
 - Seniorenverenigingen

Bijeenkomst 4



Presentatie van gemeente Maasdriel waar zij aansluitend met aanwezigen in gesprek zullen gaan betreft vragen en suggesties
Daarnaast zullen zij aanvullende informatie geven m.b.t. woonzorgvisie en plannen in gemeente Maasdriel

Vragen en suggesties m.b.t. wonen



- Er is een tekort aan levensloopbestendige huisvesting; woningen/appartementen, knarrenhofjes en woongroepen
- Meer (of andere) huisvesting voor senioren bevordert doorstroom voor jongeren/gezinnen
- Maak mantel (zorg) woningen makkelijker en sneller te realiseren
- Verruim regelgeving en maak nieuwe initiatieven mogelijk
- Wat mag er met bestaande woningen, bijvoorbeeld delen met meerdere alleenstaanden

Vragen en suggesties m.b.t. woonomgeving



- Een laagdrempelig inloop/buurthuis voor ontmoeting en hulp is belangrijk en voorkomt eenzaamheid (denk aan gezondheid!)
- Een veilige woonomgeving is belangrijk: overlast en vervuiling
- Aandacht voor voorzieningen: brievenbus, prullenbakken, pinnen, openbaar vervoer o.a. bushalte bij zorgcentrum
- Zorg voor goed onderhoud van paden, straten en verlichting. o.a. wandel-, rollator- en scootmobiel vriendelijke paden en straten
- Aandacht voor ontmoeten, vervoer en mobiliteit

Vragen en suggesties m.b.t. zorg



- Versterk bewustwording van zelfverantwoordelijkheid, samenredzaamheid en omzien naar elkaar
- Veel onbekendheid over mogelijke hulpverlening en diensten, complexe regels, gevoel van 'kastje naar de muur'
- WMO: wat kan de gemeente wèl bieden, wachttijd vaak (te) lang

Oproep aan gemeente en professionals



- Er is een grote groep senioren, met veel kennis, ervaring en tijd: maak daar gebruik van
- Wees creatief en flexibel
- Denk in mogelijkheden en resultaten i.p.v. regels
- Stuur mensen niet van het kastje naar de muur, het is (vaak) een doolhof
- Inventariseer waar mensen echt mee geholpen zijn om verder te kunnen

We zijn samen aan zet, inwoners en professionals!!!

Aanmelden en locaties bijeenkomst 4



Tot ziens!

De inschrijving voor de vierde bijeenkomst: www.kbomaasdriel.nl/szaz

“De gemeente aan het woord”, zal donderdag 20 november van start gaan.

De data zijn:

Maandag 12 januari in De Boxhof Velddriel, Zaal open 18.30 uur. Aanvang 19.00 uur

Vrijdag 16 januari in De Parel Rossum, Zaal open 09.30 uur. Aanvang 10.00 uur

Woensdag 21 januari in De Weesboom Ammerzoden, Zaal open 18.30 uur. Aanvang 19.00 uur