



## DIT VINDEN WIJ BELANGRIJK!

Bron: Deze poster is ontwikkeld, in samenwerking met het Ben Sajat Centrum, tijdens het project Beter Oud in Amsterdam. Input voor deze poster is gegeven door de ouderverenigingsvoorzitters Agnes Cornelis, Joke van Diepen, Marianne van den Hoek, Renny van Delden. En daarbij de resultaten uit diverse interviews met kwetsbare ouderen in hun eigen thuissituatie door onderzoekers Yvonne La Grouw IVUJ en Hein van Houli IVUmcI.

### 1. Informeer mij over het doel van een (eerste) huisbezoek of gesprek



Maak via een brief of folder duidelijk wie je bent, wat je komt doen en wat het doel is. Dan kunnen de ouderen en naasten zich gericht voorbereiden en het gesprek beter nabespreken.

### 2. Zie mij als een volwaardige gesprekspartner



Ouderen en/of hun naasten kunnen vaak goed meedenken over de gewenste zorg en over prioriteiten. Bied hun die ruimte en ondersteun hen hierin.

### 3. Besef: ik ben wellicht digitaal vaardig

Digitale middelen kunnen (in de toekomst) nog veel nuttiger worden. Denk aan online vragenlijsten, screenen of informeren.

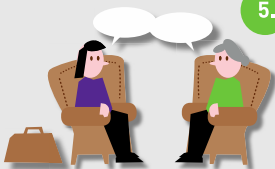


### 4. Kijk naar mij als een persoon; kijk verder dan mijn ziekte of beperking

Stel een vraag als: 'Naast uw hartfalen, hoe is het verder met u?'  
Toon ook aandacht voor sociale aspecten zoals eenzaamheid, (nieuwe) levensvragen, etc.

### 5. Praat gewóón tegen mij

Gebruik vragen- of screeninglijsten alleen als handvat voor het gesprek. 'Vertaal' de vragen, maak ze begrijpelijk en nodig mensen uit te reageren. Gebruik geen vaktermen zoals 'zorgdoel'; deze sluiten niet aan bij de beleefswereld van ouderen.



## Aandachtspunten en adviezen voor huisarts, POH en wijkverpleegkundigen vanuit ouderen

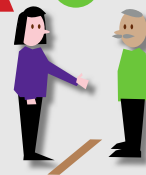
'Ik wil mij niet zo nietig voelen. De relatie met mijn zorgverlener zou gelijkwaardig moeten zijn.'



'Ouderen hebben zelf ook een verantwoordelijkheid om zorgvuldig na te denken over hun toekomst.'

'Mijn wensen passen vaak niet in een protocol. Artsen moeten zich in mij verplaatsen en van protocollen af durven te wijken, want de kwaliteit van leven staat voor mij voorop.'

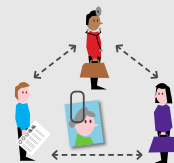
### 6. Help me over de drempel naar de huisarts



Veel ouderen gaan niet graag naar de huisarts, vooral niet voor alledaagse ouderdomsklachten ('de huisarts is zo druk en in tien minuten kan ik mijn verhaal niet kwijt'). Een eenvoudig toegankelijke contactpersoon (POH of wijkverpleegkundige) kan helpen dit te doorbreken.

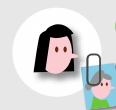
### 7. Stem mijn zorg zoveel mogelijk af met andere zorgverleners

Rondom hoog kwetsbare ouderen staan vaak verschillende zorgverleners. Afstemming is dan noodzakelijk voor samenhang en taakverdeling in de zorg.



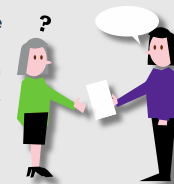
### 8. Het liefst hebben mijn naasten en ik met één gezicht te maken

Kwetsbare ouderen en hun naasten bouwen bij voorkeur een vertrouwensband op met één – laagdrempelige – contactpersoon.



### 9. Help mij bij het vinden van de juiste informatie

(Heel kwetsbare) ouderen hebben moeite met het vinden van informatie die hen geruststelt en/of hun herstel kan bevorderen. Daarom moeten zorgverleners hun informatie aanreiken en deze eventueel toelichten.



### 10. Help mij het gesprek aan te gaan over de laatste fase van mijn leven

Vroegtijdige zorgplanning (advance care planning) is vaak een beladen onderwerp voor ouderen én voor zorgverleners. Ouderen zullen er zelf niet snel over beginnen. Ze stellen zo 'n gesprek liever uit, vaak tot het te laat is...

