

Stedelijke update ouderenzorg #5

Voor POH-Ouderen Amsterdam



In deze update staan recente stedelijke ontwikkelingen in de zorg voor ouderen tijdens de crisis door COVID-19 en andere ontwikkelingen en tips nu de reguliere ouderenzorg ook weer wordt opgestart. Het is goed om van deze informatie op de hoogte te zijn, en mee te nemen in jullie werk.

Tips voor goede en veilige manier van werken in de zorg voor ouderen

Het besluit van de regering voor een anderhalve meter samenleving betekent dat jullie werk voor een langere periode anders zal moeten zijn: zoveel mogelijk op afstand.

De LHV en de NHG bieden informatie over het [organiseren van niet COVID-19 zorg](#), met aandacht voor de ouderenzorg. Ook hebben beide organisaties samen [advies opgesteld voor het organiseren van digitale zorg](#).

Op het landelijke platform van en voor de zorg (www.anderhalvemeterzorg.nl) worden ook [handvatten](#) gedeeld om zorgorganisaties te helpen op een veilige en prettige manier de deuren weer te openen.

Vraag aan jullie: *Hoe gaan jullie om met het bezoeken van ouderen of hebben jullie andere manieren om contact te maken of te houden? Doen jullie dit nu telefonisch of via beeldbellen?*

We willen jullie graag uitnodigen om tips te delen hoe jullie de reguliere ouderenzorg weer aan het opstarten zijn. Stuur je ervaringen naar Sabina Mak s.mak@elaa.nl en jullie tips komen in de volgende nieuwsupdate aan bod!

Webinars voor POH-O Amsterdam

De projectgroep ouderen van de Amsterdamse Huisartsen Alliantie (AHa) en InHolland hebben de ambitie om komende maanden, tot de start van de scholing in september, een aantal Webinars te organiseren over een bepaald thema wat belangrijk is in jullie werk (zoals polyfarmacie, ACP, etc.). Jullie worden hierover door jullie eigen organisatie op de hoogte gehouden. Wordt vervolgt!

Artikel hoogleraren Amsterdam UMC: 'Gooi niet alle ouderen op een hoop'

Ouderen zijn vanwege hun met de leeftijd afnemend immuunsysteem extra kwetsbaar voor het coronavirus. Het advies luidt dan ook vaak om ouderen in hun woning te isoleren zodat zij niet besmet kunnen worden. Volgens hoogleraren van Amsterdam UMC een veel te grof beleid dat geen rekening houdt met de grote onderlinge verschillen tussen ouderen, qua leeftijd, opleiding en gezondheid. Nuancering is op zijn plaats. Ouderen, zo blijkt uit LASA onderzoek (Longitudinal Aging Study Amsterdam), vormen geen homogene groep waarover in algemene termen kan worden gesproken. Met veel ouderen gaat het goed, vooral wanneer zij in redelijke tot goede welstand verkeren. Maar inderdaad er is ook een groep ouderen die kwetsbaar is: vaak laagopgeleide ouderen met ernstige gezondheidsproblemen en weinig middelen om contact met hun naasten te onderhouden. Vooral deze groep ouderen heeft zorg en aandacht nodig, ook en vooral tijdens deze coronacrisis. Meer lezen, zie [hier de link naar het volledige artikel](#).

Advies landelijke raad van ouderen over laagdrempeliger maken van zingeving in het dagelijks leven

De Raad van Ouderen heeft, in opdracht van VWS, zijn achterban gevraagd wat het dagelijks leven zinvol maakt. Wat heeft betekenis, waar staat iemand voor op? Hieronder een aantal veel genoemde antwoorden:

- Zorg geven werd veel genoemd. Zowel mantelzorg, als zorg voor kleinkinderen en huisdieren.
- Bijdrage leveren aan de samenleving door vrijwilligerswerk of bestuurswerk.

- Iets leren en blijven ontwikkelen, zoals een taal, schaken, bridgen et cetera.
- Iets achterlaten voor volgende generaties. Stamboom, kunst, beschermen oude ambachten of een kookboek.
- Blijven meedoen met mijn clubje (zwemmen, tuinclubje).
- Er worden opvallend veel kleine activiteiten dicht bij huis genoemd die belangrijk zijn, zoals burenhulp.

Lees meer antwoorden [hier](#) (pagina 3).

Verder geven de ouderen het advies dat in de opleiding en nascholing van huisartsen, POH en andere professionals zou meer aandacht moeten komen voor zingeving.

Positief de dag door: tips voor 'alternatieve' thuisblijfactiviteiten met Positieve Gezondheid

Wijkzorgnetwerken in Amsterdam hebben ideeën voor bezigheden binnenshuis bij elkaar gebracht, zie hier voor [Zuid](#) en [Nieuw-West](#). Gebruik de info om samen met bewoners te kijken naar alternatieve bezigheden, nu allerlei aanbod en activiteiten buitenshuis zijn stil gevallen. De indeling van de tips is tot stand gekomen op basis van de zes pijlers van het concept van Positieve Gezondheid.

Buurtgenoten in Amsterdam helpen elkaar met warme maaltijd en boodschappen

Stichting Thuisgekookt koppelt buurtgenoten aan elkaar voor een lekkere, verse en met liefde bereide warme maaltijd én gezellig sociaal contact. Het sociale contact ziet er tijdens deze coronacrisis iets anders uit dan normaal. Maaltijden worden afgehaald aan de deur of bij het raam of gebracht tot aan de deurklink waarna de thuishok twee grote stappen naar achteren brengt. Maar juist nu is wat deze buurtgenoten kunnen betekenen misschien wel belangrijker dan ooit. Op de website van Thuisgekookt staat een formulier. Als je deze invult en opstuurt, neemt iemand van Stichting Thuisgekookt contact op om te horen wat je precies nodig hebt en gaat meteen voor je

op zoek. Lukt het niet via de website, bel dan naar 06 83903721.

Stichting Thuisgekookt heeft geen winstoogmerk.

Goed voorbeeld: Promo over POH-O en doorontwikkeling ouderenzorg van de ROHA

Mooi filmpje van de ROHA van POH-O en coördinator ouderenzorg Martin Kuper, zie [hier](#).

Websites met betrouwbare en actuele informatie over COVID-19

- [RIVM-richtlijn 'Testbeleid risicogroepen COVID-19'](#)
- [Leidraad 'Uitvoering testen op COVID-19 bij patiënten extramuraal'](#)
- <https://www.nhg.org/coronavirus>
- <http://www.spoedhag.nl>
- <https://palliaweb.nl/corona>.
- <https://www.pharos.nl/coronavirus/>