



Weten wat jouw rol in de ouderenzorg is?

Of wil je meer weten over Zelf zorgen, samen doen? Ga naar www.zelfzorgensamendoen.nl of scan de QR-code.

Op de hoogte blijven van onze beweging?

Op social media delen we inspirerende verhalen en praktische tips. Volg ons op LinkedIn, Instagram en Facebook via @zelfzorgensamendoen.

De initiatiefnemers

Zelf zorgen, samen doen is een initiatief van elf ouderenzorgorganisaties en Zorgkantoor Menzis.

dePosten

De Warme Huizen
Echt samen, thuis

liberein

zorggroep sint maarten

manna

menzis

de Vriezenhof

Carint
reggeland

tmz

zorgfederatie
oldenzaal

ZorgAccent

Livio

DE OUDERENZORG

WORDT EEN TAAK

VAN DE HÉLE

MAATSCHAPPIJ

Daarom moeten we het met z'n allen anders gaan doen. Niet met een 'zoveelste initiatief'. Maar met een grootse beweging, die we samen in gang zetten. Want deze verandering? Die waait niet over.

zelf zorgen
samen doen

OVER ZELF ZORGEN, SAMEN DOEN

De vooruitzichten in de ouderenzorg zijn duidelijk. Het aantal ouderen neemt toe, het aantal zorgmedewerkers neemt af en het aantal verpleeghuisplekken wordt niet uitgebreid. Er moet wat veranderen. En die verandering zijn wij. De héle maatschappij.

Daarom sloegen we – als elf Twentse ouderenzorg-organisaties en Zorgkantoor Menzis – de handen ineen. We ontwikkelden de beweging Zelf zorgen, samen doen. Met dit initiatief willen we inwoners bewust maken van hun rol in de ouderenzorg. Maar we willen ook meegeven h   we dan precies moeten veranderen. Dat doen we door concrete tips en praktijkvoorbeelden te delen, op bijvoorbeeld social media en de website. Het uiteindelijke doel van de beweging? Ouderen de zorg en ondersteuning blijven geven die ze nodig hebben. Door zelfstandigheid te stimuleren, maar vooral door het samen te doen.

samenzorg

Over Samenzorg

Al een langere tijd zijn er ontwikkelingen gaande. De zorg die eerder in een verzorgings- of verpleeghuis werd geleverd, gebeurt nu thuis. We gaan uit van het gedachtegoed ‘zelf als het kan en thuis als het kan’. Een vorm van deze zorg noemen we Samenzorg. Misschien ken je dit wel als de leveringsvorm die eerst Volledig Pakket Thuis (VPT) heette. Deze zorg is er voor mensen met een indicatie Wet lanagdurige zorg (Wlz). Bij Samenzorg blijft de zorgvrager thuis wonen en levert een zorginstelling de zorg en ondersteuning thuis.

Samenzorg is dus een zogeheten ‘leverings-vorm’ van zorg. Maar de verandering erachter is v  el groter. En dat is waar Zelf zorgen, samen doen voor staat.

ZELF ZORGEN, SAMEN DOEN- STAPPEN

Een zorg- of ondersteuningsvraag hoeft niet direct te worden beantwoord door de professional.

Met de Zelf zorgen, samen doen-stappen (gebaseerd op de schijf van vijf van Petri Cornelissen) gaan we in gesprek over de zorgvraag en wie daarin wat doet. Soms komt er gaandeweg extra zorg en ondersteuning bij... en soms is er na een tijdje juist minder nodig.

Met deze stappen versterken we zelfredzaamheid bij zorgvragers en geven we de ouderenzorg-professional handvatten om ook anderen te betrekken.

1 Wat kan iemand zelf?
We gaan uit van wat iemand nog wél kan. Zoveel mogelijk zelf en zo lang mogelijk thuis.



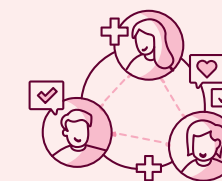
2 Wat kunnen hulpmiddelen?
Zijn er (technologische) hulpmiddelen die we kunnen inzetten? Bijvoorbeeld hand-grepen, rollators, een hulpmiddel voor het aantrekken van steunkousen of slimme apps.



3 Wat kunnen naasten?
Vervolgens kijken we waarin  n hoe naasten kunnen ondersteunen. Zo kunnen familie, burens, vrienden en buurtbewoners helpen met boodschappen halen, schoonmaken, maar ook gewoon door even op bezoek te gaan.



4 Wat kunnen vrijwilligers en welzijnsorganisaties?
Ook vrijwilligers en welzijnsorganisaties spelen een belangrijke rol. Vaak draait het daarbij om ‘noaberschap’. Denk aan de ouderenvereniging voor sociale contacten, een buurthuis als ontmoetingsplek of de dorpsbus voor vervoer.



5 Wat kunnen ouderenzorg-professionals?
Als laatste komt de professionele zorg in beeld. Voor zorgvragen die we niet alleen kunnen beantwoorden met zelfredzaamheid, hulpmiddelen, naasten, vrijwilligers en welzijnsorganisaties.

