



Samenspraak kan je gebruiken om te overleggen over de zorg. Of je nu cliënt bent, mantelzorgers of hulpverlener. Samenspraak wil de communicatie over de zorg verbeteren en de samenwerking sterker maken.

Mijn naam: .....

Datum overleg: .....

Dit wil ik eerst bespreken: .....

Dit wil ik bereiken: .....

Deelnemers aan het overleg + contactgegevens: .....

.....

.....

.....

.....

# AAN DE SLAG MET SAMENSpraak

Samenspraak kan je gebruiken om te overleggen over de zorg. Of je nu cliënt bent, mantelzorger of hulpverlener.

Wat verwacht jij en wat verwachten de anderen van de zorg? Hoe ervaar jij de zorg? Hoe ervaren de anderen het? Dat kan je met elkaar bespreken tijdens een overleg. Praten is belangrijk voor een goede samenwerking.

Je kan een overleg plannen. Iedereen vult deze fiche vooraf in en brengt ze mee naar het overleg. Je kan de fiche ook alleen voor jezelf gebruiken. Om te zien hoe de zorg verloopt en wat voor jou belangrijk is.

## Een overleg plannen

De cliënt, de mantelzorger of de hulpverlener kan een overleg plannen.

- Kies een aangename plaats voor het overleg.
- Contacteer iedereen en zoek een datum waarop iedereen vrij is.
- Plan genoeg tijd in, voor de voorbereiding én het overleg.
- Bezorg iedereen een exemplaar van deze fiche.
- Zeg dat ze de fiche vooraf moeten invullen.

## Een overleg voorbereiden

Voor het overleg vult elke deelnemer zijn fiche in. Overloop de 8 thema's aan de binnenkant en kruis aan wat voor jou belangrijk is. Bij elk punt kan je iets schrijven. Sla over wat niet van toepassing is.

Er zijn 3 mogelijke antwoorden:

- Dit gaat goed 
- Ik wil dit bespreken 
- Ik wil informatie of advies 

Je kan meerdere antwoorden kiezen. Misschien gaat iets nu goed, maar wil je informatie voor de toekomst. Of je wil iets bespreken én advies krijgen.

## Het overleg

- Leg alle fiches samen.
- Bekijk eerst de thema's die jullie zeker willen bespreken.
- Noteer de acties op de achterkant.

Je kan niet alles tijdens het overleg oplossen. Spreek af wie antwoorden zoekt en wat er verder gebeurt. Kies al een datum voor een volgend overleg.

Alles wat jullie zeggen tijdens het overleg blijft vertrouwelijk, tenzij anders afgesproken.



## Huishouden en wonen



Boodschappen

Maaltijden

Wassen en strijken

Poetsen

Vuilnis, containerpark

Klusjes in de woning

Onderhoud van de tuin

Huisdieren

Woning of interieur aanpassen

Veiligheid/alarmsystemen

Toegang tot de woning/sleutel



## Zorg en hygiëne



Wassen en kleden

Eten en drinken

Medicatie klaarzetten en innemen

Pijn

Zich verplaatsen, stappen

Naar toilet/ incontinentie

Verandering in gedrag

Verstand en geheugen

Slapen

Hulpmiddelen (aanvragen)

Hulp aanvaarden

Kennis over aandoening en ermee omgaan



## Zorg in de toekomst



Anders gaan wonen/ verhuizen

Wat als mantelzorg wegvalt?

Wat bij een opname of crisis?

Zorgplanning: nu plannen voor later



## Organisatie van de zorg



Weten welke hulp er bestaat

Verdeling van de taken

De hulp organiseren

Tijdstip van de hulp

Kostprijs van de hulp

Vertrouwen in de hulp

Voldoende hulp

Communicatie en overleg

Aanpak en contact met hulpverleners

Bezoek aan de dokter/ behandeling



## Dagbesteding en plezier



Werk en opleiding

Bezigheid overdag

Vervoer

Hobby's en vrije tijd

Op stap gaan

Op vakantie gaan

Nachtopvang/ meerdaagse opvang

Goed in je vel

Religie en zingeving

Dit maakt me blij: .....

.....  
.....  
.....

Mijn wens voor morgen: .....

.....  
.....  
.....



## Administratie



Gas, water, elektriciteit

Post

Geldzaken

Rechten en premies

Belastingsaangifte

Verzekeringen

Wilsverklaringen

Vertrouwenspersoon/ vertegenwoordiger/  
bewindvoerder



## Sociale relaties



Partner en kinderen

Familie

Vrienden

Buren

Gezin en opvoeding

Tijd met elkaar

Gezelschap

Affectie en intimiteit

Contact met patiënten/ vereniging



## Steun voor mantelzorgers



Taken

Lichamelijke gezondheid

Mentale gezondheid en welbevinden

Combinatie werk, gezin en zorg

Hobby's en tijd voor zichzelf

Emotionele steun, iemand die luistert

Contact met mantelzorgers/ vereniging

# ACTIES



## Huishouden en wonen

.....

.....

.....

.....

.....



## Zorg en hygiëne

.....

.....

.....

.....

.....



## Zorg in de toekomst

.....

.....

.....

.....

.....



## Organisatie van de zorg

.....

.....

.....

.....

.....



## Dagbesteding en plezier

.....

.....

.....

.....

.....



## Administratie

.....

.....

.....

.....

.....



## Sociale relaties

.....

.....

.....

.....

.....



## Steun voor mantelzorgers

.....

.....

.....

.....

.....

Datum volgend overleg: .....

Contactpersonen: .....

.....