



Van 'zorgen voor...' naar 'zorgen dat...'
Het werken aan zelfredzaamheid

Silke Metzelthin & Teuni Rooijackers (AWO-ZL)
Mandy Boosten & Marijke Hennen (MeanderGroep-ZL)

Symposium Wijkverpleging in Beweging
23 oktober 2018



Maastricht University

20 jaar!
Academische Werkplaats
Ouderenzorg Zuid Limburg

Zuyd
Hogeschool

ZU
YD



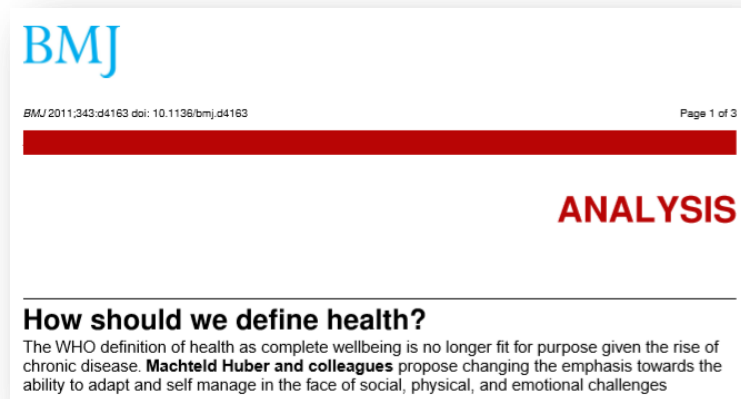
MeanderGroep

Academische Werkplaats Ouderenzorg Zuid-Limburg (AWO-ZL)





Aanleiding van het project



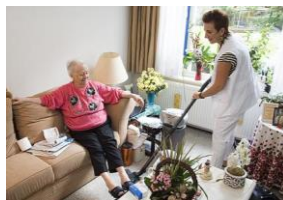
De mens staat
centraal niet
de ziekte

Aansluiten bij de kracht
van cliënten en hun
netwerk

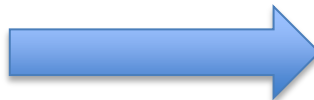
Zorgverleners werken
met de handen op de rug

Leren omdenken in de wijkverpleging...

Traditionele zorgverlening



*Focus op ziekte & beperkingen
Alles uit handen nemen*



Nieuwe zorgverlening



*De mens staat centraal
Bevorderen van zelfregie/ eigen kracht*

ONDERZOEK NAAR
BLIJF ACTIEF THUIS



**IK IN BEWEGING
KOMEN... ?!**

**JULLIE MOETEN
MIJ VERZORGEN !**

**DAAR WORDEN JULLIE
TOCH VOOR BETAALD ?!**



ONDERZOEK NAAR BLIJF ACTIEF THUIS

De oplossing – Reablement?



ZORGVISIE
De brug tussen beleid en praktijk

Home ICT **Kwaliteit** Personeel Financiën Partners Academy Nieuwsbrief Vacatures

Nieuws Verdieping Kwaliteitsnormen Toezicht Medische misers

resolve
powered by kodision

kwaliteit > nieuws

16 jun 2017 08:51

Reablement nieuw toverwoord ouderenzorg

Reablement, ofwel een oudere helpen voor zichzelf te zorgen, is een werkwijze die in de Deense ouderenzorg wordt ingezet. Hoogleraar ouderengeneeskunde Rudi Westendorp ziet in de methode ook een oplossing voor de Nederlandse ouderenzorg.



Foto: Natalie Loeuwenberg

kan er een voorbeeld aan nemen.

De in Denemarken woonachtige Westendorp is verbonden aan het LUMC en de universiteit van Koppenhagen. Hij zat op de site van het VWS-programma **Waardigheid en Trots** zijn denkbeelden uiteen over de verschillen tussen de Deense en Nederlandse ouderenzorg. Hij is vooral enthousiast over reablement, een korte en doelgerichte interventie. 'Het is holistisch van aard en levert 'iets extra's' naast de gewone zorg. Reablement is zelfs bij wet vastgelegd in de Deense ouderenzorg. De methode is minder duur én vergroot het levensgeluk. Nederland

Nieuw! E-magazine Panorama van de Zorg

Interviews, achtergronden bij het nieuws, verslagen van de spraakmakende bijeenkomsten en interessante opinies. Dit e-magazine van MSD praat u in woord, beeld en geluid bij over de nieuwste ontwikkelingen in de zorg. [Downloaden](#)

laatste nieuws

- Client bekijkt steeds vaker digitaal zorgdossier
- Beeldbellen snelt groeiende vorm van e-health
- 'Leg zeggenschap werktijden bij werknemers'
- Van Diemen: 'Leer risico's te accepteren'
- RVS: 'Evidence-based goede zorg is een illusie'
- Charim wacht niet op personeelsgeld overheid
- Rotterdam verzekert als enige stad mantelzorgers niet

**WE HELPEN U
VRHC IN DE**



Home **Actueel** Over ons Diensten Producten Contact

Vilans

Actueel > Artikelen > **Reablement als oplossing voor toenemende zorgvraag**

Persoonsgerichte zorg



Reablement als oplossing voor toenemende zorgvraag

Kent u het zorgconcept reablement? Het maakt ouderen onafhankelijk van zorg en is een enorm succes in Denemarken. Professor Tine Rostgaard doet er onderzoek naar en gaf een toelichting tijdens het **18e International Conference on Integrated Care** eerder dit jaar: 'Reablement is gebaseerd op wat ouderen willen en niet per se op wat thuiszorgorganisaties willen'.

Reablement

- **Toegepast in veel landen** (Engeland, VS, Nieuw Zeeland, Australië, Canada, Ierland, Noorwegen, Denemarken, Zweden, Taiwan, Nederland)
- ***“Help de cliënt zichzelf te helpen!”***
- Definitie: *“Reablement usually follows a gradual functional decline or an acute episode of illness or injury. It is an **assessment** and **goal-oriented** based intervention, which is **person- centered** as well as **holistic**, delivered within the social and/or the health care system. It usually includes aspects of **physical and daily activities training** and involves **assistance** and **motivational support**. The aim is to enhance or maintain clients **physical, social and mental functioning** and improve their **independence in daily life and quality of life** and reduce or the **need for long-term care**.”*

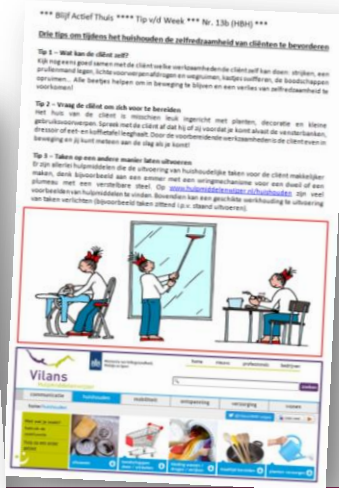
ONDERZOEK NAAR BLIJF ACTIEF THUIS

Scholingsprogramma 'Blijf Actief Thuis'

*** Blijf Actief Thuis *** Tip v/d Week *** Nr. 13a (V&V) ***



Ben ziekte of handicap kan de dagelijkse verontroosting mogelijk maken. Door pijn, krachtweloos in de spieren of vermindering kunnen dagelijkse handelingen waar iemand vroeger mocht bij stilstand nemen problemen opleveren. Toch is het voor veel mensen belangrijk om deze dingen zo lang mogelijk zelfstandig te blijven doen. Het zit niet in het schamen lezing en loepel te houden, maar ook om de eigenwaarde te behouden. Als zorgverleners hebben we vaak de neiging om beperkingen over te nemen. Echter dat hoeft vaak niet, want met kleine handigheden of huishoudelijke taken voor mensen met beperkingen nog heel goed mogelijk om op eigen benen te staan. Dit doet manier wordt ook voor jou het werk een stuk makkelijker. www.huisarts-nieuwefbrief.nl is een gratis website voor huisartsen te vinden.



Kick-off bijeenkomst

- Consequenties van het overnemen van taken/ zittende levensstijl
- Voordelen van het betrekken van ouders in dagelijkse activiteiten

(V&V + HbH)

Praktijkopdracht (V&V)

Praktijkopdracht (HbH)

Intervisiebijeenkomst (V&V)

- Fases van gedragsverandering
- Motivatietechnieken

Intervisiebijeenkomst (HbH)

- Fases van gedragsverandering
- Motivatietechnieken

Praktijkopdracht (V&V)

Praktijkopdracht (HbH)

Intervisiebijeenkomst (V&V)

- Bewegen tijdens en buiten zorgmomenten

Praktijkopdracht (V&V)

Intervisiebijeenkomst (V&V)

- Werken met doelen en actieplannen

Intervisiebijeenkomst (HbH)

- Werken met doelen en actieplannen

Praktijkopdracht (V&V)

Praktijkopdracht (HbH)

Intervisiebijeenkomst (V&V)

- Betrekken van het sociaal netwerk

Praktijkopdracht (V&V)

Intervisiebijeenkomst (V&V)

- Niveau van functioneren van cliënt in kaart brengen

Intervisiebijeenkomst (HbH)

- Niveau van functioneren van cliënt in kaart brengen

Praktijkopdracht (V&V)

Praktijkopdracht (HbH)

Boostersessie

(3 maanden na de laatste intervisiebijeenkomst)

(V&V + HbH)

Wekelijkse
nieuwbrief

6 maanden



Kick-off bijeenkomst

*Consequenties van het overnemen van zorgtaken
/ voordelen van blijven bewegen*

Gezond ouder worden – het belang van bewegen

Lichamelijke gesteldheid

- ↑ Spieren
- ↑ Uithoudingsvermogen
- ↑ Coördinatie
- ...

Sneller herstel

- Na ziektes
- Opnames

Voorkomen van klachten/ aandoeningen

- ↓ Diabetes
- ↓ Hart- en vaatziektes
- ↓ Artrose
- ↓ Incontinentie
- ↓ Valpartijen
- ...

Geestelijke gesteldheid

- ↑ Energie
- ↓ Angstgevoelens
- ↓ Neerslachtigheid
- ↓ Stress
- ...

(Sociale) participatie

- *Behoud van zelfredzaamheid*
- In stand houden van sociale contacten
- ...

Quizvraag!



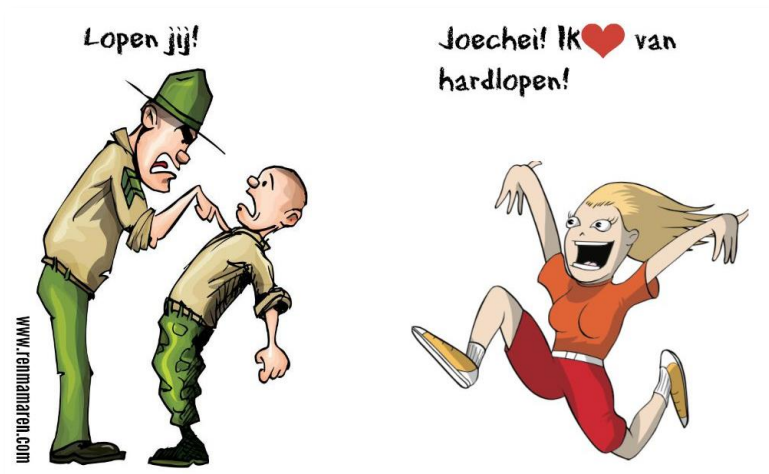
- Als de cliënt het eigen spierweefsel op peil wil houden, dan moet hij of zij deze spieren minimaal drie keer per week maximaal aanspannen. Klopt deze stelling?
 - A. Juist
 - B. Niet juist
- Deze stelling is niet juist. Spierweefsel regelmatig aanspannen op 30% van het maximum is al voldoende om achteruitgang hiervan tegen te gaan.



Intervisie 1

*Fases van gedragsverandering/
motivatietechnieken*

Stelling!



*Iedereen is gemotiveerd
... Als men iets wil!*

Fases van gedragsverandering

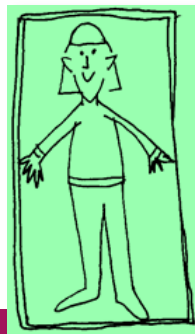
- Of cliënten open staan voor verandering is afhankelijk van hun fase van gedragsverandering

1) Voorbereidingsfase



*'Ik ga niet douchen, was mij
maar aan de wastafel. Weet u
wat ik voor pijn heb!'*

2) Actiefase



*'Vroeger verzorgde ik mezelf. Ik
vind het erg vervelend om nu van
anderen afhankelijk te moeten*

Intervisie 2

Bewegen tijdens en buiten zorgmomenten

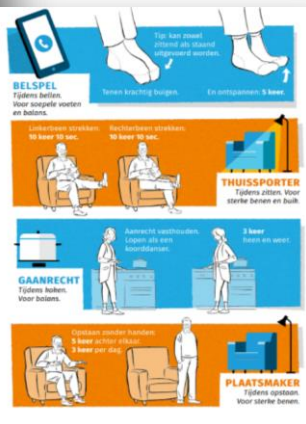
Stelling!

*Het stimuleren van bewegen is onderdeel
van de wijkverpleging*

ONDERZOEK NAAR BLIJF ACTIEF THUIS

In beweging – thuis en buitenshuis

Thuis



Buitenshuis



Intervisie 3

Werken met doelen en actieplannen

Stelling!

Het stellen en evalueren van doelen samen met de cliënt is de verantwoordelijkheid van de wijkverpleegkundige.

Werken met een zorgplan



Intervisie 4

Betrekken van het sociaal netwerk

Quizvraag!

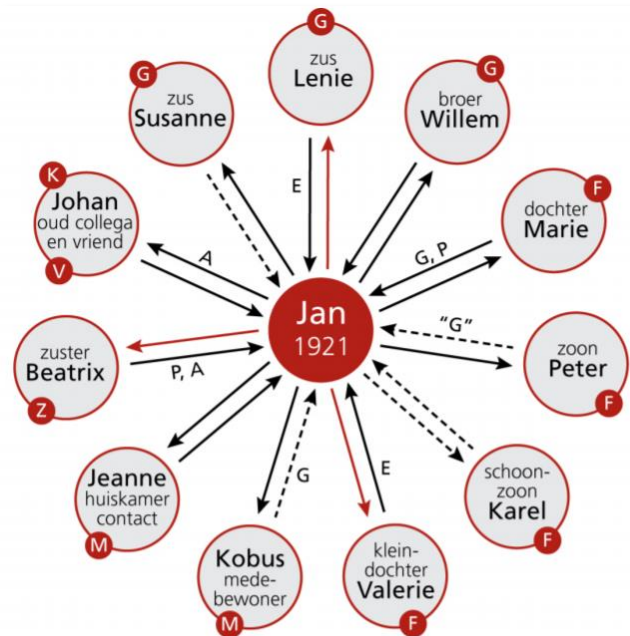
- Hoe groot is gemiddeld genomen het sociaal netwerk van kwetsbare ouderen?

Tabel 1: Omvang en samenstelling zorgnetwerk

	Aantal (gemiddeld)	SD	Reikwijdte
Formele hulpverleners	6,6	3,9	1-18
Informele hulpverleners	3,0	2,0	1-9
Totaal	9,6	4,6	2-22



Sociaal netwerk in kaart brengen



- Wie hoort bij het netwerk?
- Wat voor functie hebben deze mensen?
- Hoe is de relatie met de cliënt?
- Wat zijn hun wensen/ behoeften?
- Hoe belastbaar is het netwerk?

... of middels een praatje
tijdens de zorg!

Intervisie 5

*Niveau van functioneren van cliënt
in kaart brengen*

In kaart brengen van zelfredzaamheid



Boostersessie

Oefenen met acteurs

Gespreksvaardigheden oefenen



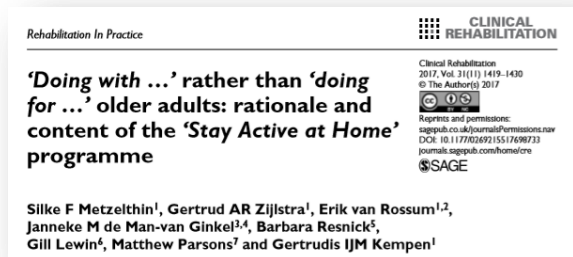
Welke moeilijke situaties komt u in de praktijk tegen?

- Cliënt voelt zich te oud / te ziek
- Cliënt is bang om te vallen
- Cliënt heeft pijn / is moe
- Cliënt denkt recht te hebben op zorg
- Cliënt heeft geen zin
- Sociaal netwerk biedt weerstand
- ...

Ervaringen met **Blijf Actief Thuis**



Meer informatie over Blijf Actief Thuis



- <https://www.academischewerkplaatsouderenzorg.nl/research-programme/15521>
- Achtergrondinformatie Blijf Actief Thuis project
- Artikel over de beweegredenen en inhoud van het scholingsprogramma (Engelstalig)
- Filmpje met ervaringen van medewerkers met Blijf Actief Thuis

ONDERZOEK NAAR BLIJF ACTIEF THUIS



Maastricht University



20 jaar!
Academische Werkplaats
Ouderenzorg

Zuyd
Hogeschool

ZU
YD



MeanderGroep

Dr. Silke Metzelthin

T + 31 43 38 82267

s.metzelthin@maastrichtuniversity.nl

Drs. Teuni Rooijackers

T + 31 43 38 81711

t.rooijackers@maastrichtuniversity.nl

