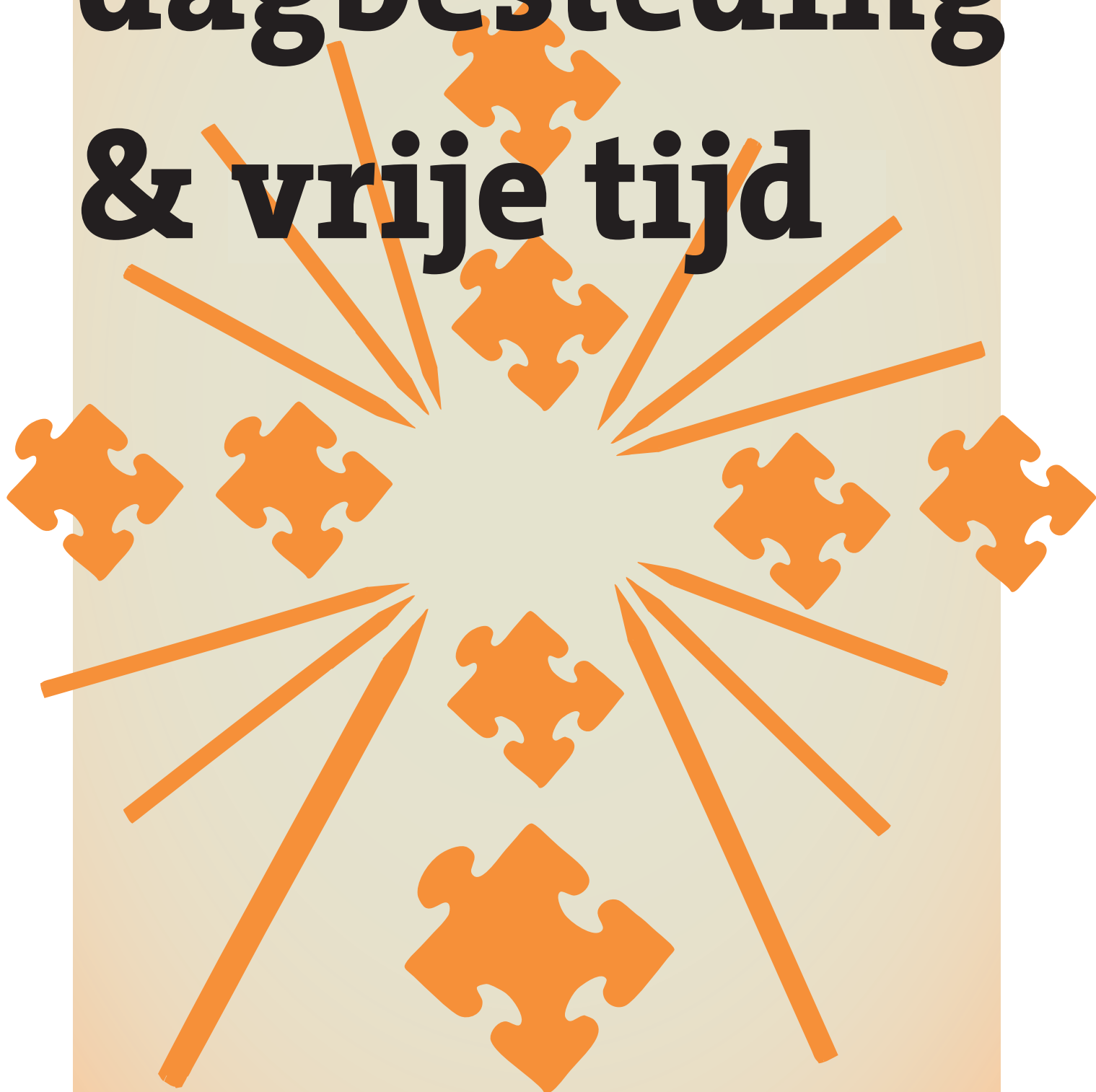


wegwijzer 2

dagbesteding & vrije tijd



wegwijzers

zorg & ondersteuning

voor ouderen met een verstandelijke beperking

De wegwijzers van KansPlus/VraagRaak geven inzicht in de zorg en ondersteuning voor ouder wordende mensen met een verstandelijke beperking. Naastbetrokkenen (familie of vertegenwoordigers) kunnen, samen met het ouder wordende familielid of de bekende, op een overzichtelijke manier bekijken hoe de zorg en ondersteuning is. En of er wensen en behoeften zijn aan aanpassingen. De wegwijzers geven zo richting aan een gesprek over zorg en ondersteuning.

Werken met de wegwijzers

Er zijn vijf wegwijzers. Iedere wegwijzer gaat over een ander onderwerp:

- wonen en veiligheid
- dagbesteding en vrijetijd
- zorg en welzijn
- bijzondere aandachtsgebieden
- algemeen beleid.

U kunt er voor kiezen om alle wegwijzers in te vullen. Dan krijgt u een totaalbeeld van de zorg en ondersteuning voor uw familielid of voor degene die u vertegenwoordigt.

U kunt ook zelf kiezen welk onderwerp van belang is voor degene die u vertegenwoordigt.

- De wegwijzers bestaan uit vragen. De vragen worden zo gesteld dat u alleen met ja en nee kunt antwoorden. Soms wordt u gevraagd andere mogelijkheden aan te kruisen. Op deze manier loopt u snel door de vragen heen.
- U komt in de wegwijzer vervolgens plekken tegen waar u even stil kunt staan bij wat u tot dan toe heeft ingevuld. U kunt hier opschrijven wat de *aandachtspunten* zijn van de zorg en ondersteuning en wat u eventueel anders zou willen.
- U vult de wegwijzer voor uzelf, voor degene die u vertegenwoordigt, in. Het gaat daarbij niet om een 'score' van het aantal ja en nee, aan de hand waarvan u een conclusie krijgt. Het gaat er om dat u *zich bewust wordt* van de stand van zaken als het gaat om zorg en ondersteuning voor uw familielid of bekende met een beperking. En dat u zelf

concludeert wat u eventueel anders zou willen.

- Dit levert u een goede basis van kennis en informatie om met iemand van de zorginstelling in *gesprek* te gaan. Bijvoorbeeld over een zorg- of ondersteuningsplan. Ook geeft de wegwijzer signalen weer die u kunt delen met de cliëntenraad.

Ouder wordende mensen

Onder 'ouder wordende mensen' verstaan we mensen met een verstandelijke beperking die ouder zijn dan 40 tot 50 jaar. Mensen met Down syndroom kunnen vanaf hun veertigste al te maken krijgen met demantie. Bij mensen met ernstige, meervoudige beperkingen kunnen verouderingsprocessen ook rond deze leeftijd intreden.

Het gaat om ouder wordende mensen met een verstandelijke beperking die gebruik maken van de diensten van een zorginstelling. Volgens het Sociaal Cultureel Planbureau (SCP) was in 2001 van de mensen met een verstandelijke beperking 14 procent ouder dan 50 jaar (16.000 cliënten). In 2020 zal dat 23 procent zijn (26.000 cliënten). Het gaat dus om een groeiend aantal ouder wordende mensen met een verstandelijke beperking.

NB: Ieder mens wordt op zijn eigen wijze ouder. We doorlopen niet allemaal hetzelfde proces. Leeftijdsbepalingen zijn belangrijk voor het ontwikkelen van beleid. Maar als het om het individu gaat, doorloopt ieder zijn eigen proces.



Dit is wat de wegwijzer doet:

- het maakt u bewust van de zorg en ondersteuning die er is
- het zorgt er voor dat u aandachtspunten formuleert over wat anders kan
- het biedt u een basis voor een gesprek met de zorginstelling (verbetering van de communicatie).

wegwijzer 2

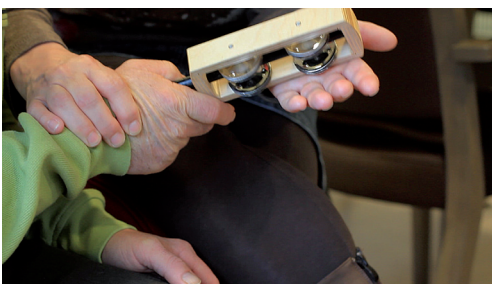
dagbesteding & vrije tijd



Als mensen met een verstandelijke beperking ouder worden, verandert hun behoefte aan activiteit. De één wil graag een gevuld leven met van alles en nog wat te doen. De ander wil minder doen en vooral rust. In ieder geval is het zo dat door ouderdom de fysieke en mentale mogelijkheden veranderen en veelal minder worden. Het is voor de gezondheid wel belangrijk dat mensen actief blijven.

Dagbesteding, recreatieve activiteiten en vrijetijdsactiviteiten kun je aanpassen aan de specifieke mogelijkheden en beperkingen van de mensen. Daarbij is de behoefte en vraag van mensen het uitgangspunt. Er kan rekening worden gehouden met het soort van bezigheden én met de frequentie en duur van de bezigheden. Flexibiliteit is een belangrijke factor. Evenals variatie in aanbod en de sociale contacten.

U kunt zelf aangeven wat nodig is voor uw familielid of bekende en daar de vragen in deze wegwijzer bij gebruiken.



Jan

Jan P is bewegingsagoog bij VanBoeijen. Hij wandelt regelmatig met Jan die op De Valk woont, een kleinschalige woonvoorziening voor oudere mensen.

Jan (60) werkte vroeger in de groenvoorziening. Veel mensen kennen hem nog, aan het werk met een sigaretje in zijn mond. Jan kan dat nu niet meer. Hij loopt moeilijk, heeft weinig energie en heeft ook last van gedragsproblemen. Hij kan niet omgaan met veel prikkels, hij kan soms agressief zijn, vooral naar vrouwen toe. Jan zit het liefst lekker in zijn stoel voor het raam naar buiten te kijken. Ook als andere mensen die bij De Valk wonen naar dagbesteding gaan. Die rust doet hem goed.

Jan P komt hem regelmatig halen voor een wandeling in de buurt. Jan P: "Ik ken Jan al lang. Ik heb met hem bewegingsoefeningen gedaan. Maar op een gegeven moment ging dat niet meer, zeker niet in de groep met anderen. Dat geldt ook voor de andere vormen van dagbesteding. Jan wordt nu snel ouder en heeft meer individuele aandacht nodig. Daarom wandelen we in ieder geval een keer per week. In de buurt, lekker buiten en op plekken die hij nog kent van vroeger. Daar genieten we allebei van. We stoeien, kletsen en zingen wat. Jan kan niet praten, maar we hebben het goed samen."

Dagbestedings- en vrijetijds mogelijkheden (1)

De plek van dagbesteding/recreatie

- 1 Is de dagbesteding/recreatie voor uw familielid of bekende een onderdeel van de zorginstelling?
 ja
 nee
- 2 Staat de dagbesteding/recreatie voor uw familielid of bekende los van de zorginstelling?
 ja
 nee
- 3 Is de dagbesteding/recreatie daar waar uw familielid of bekende woont?
 ja
 nee
- 4 Kan uw familielid of bekende zelfstandig naar de dagbesteding/recreatie toe?
 ja
 nee
- 5 Is er begeleiding beschikbaar om uw familielid of bekende te begeleiden naar de dagbesteding/recreatie?
 ja
 nee
- 6 Is er goed openbaar vervoer of taxi mogelijk waarmee uw familielid of bekende bij de dagbesteding of andere vrijetijdsactiviteiten kan komen?
 ja
 nee
- 7 Is het mogelijk dat de dagbesteding voor uw familielid of bekende wordt georganiseerd op de plek waar hij woont (als het te moeilijk wordt voor uw familielid of bekende om naar de dagbesteding toe te gaan)?
 ja
 nee

Soort dagbesteding

- 8 Is het mogelijk voor u om afspraken te maken over de inhoud van de dagbesteding voor uw familielid of bekende?
 ja
 nee
- 9 Is het mogelijk dat uw familielid of bekende meer recreatieve dan wel aangepaste activiteiten gaat doen?
 ja
 nee
- 10 Is het mogelijk dat uw familielid of bekende later komt en eerder weg gaat bij de dagbesteding (minder uren, aangepaste tijden)?
 ja
 nee
- 11 Kan uw familielid of bekende ook zittend werk doen bij de dagbesteding?
 ja
 nee
- 12 Kan uw familielid of bekende verschillende activiteiten doen bij de dagbesteding?
 ja
 nee
- 13 Kan uw familielid of bekende zelf kiezen wat hij wil doen bij de dagbesteding?
 ja
 nee
- 14 Is er bij de dagbesteding aandacht voor aangepaste bewegingsactiviteiten?
 ja
 nee
- 15 Kan uw familielid of bekende tussentijds rusten bij de dagbesteding?
 ja
 nee
- 16 Kan het tempo van activiteiten bij de dagbesteding worden aangepast?
 ja
 nee

Schrijf hier uw aandachts- en verbeterpunten

Dagbestedings- en vrijetijds mogelijkheden (2)

Samenstelling groep

- 17 Passen de mensen waarmee uw familielid of bekende dagbesteding heeft bij elkaar?
- ja
 nee

- 18 Kunt u met de begeleider/manager praten over deze groepssamenstelling (bijvoorbeeld één maal per jaar)?
- ja
 nee

- 19 Kunt u met de begeleider/manager praten over de groepsgrootte (bijvoorbeeld één maal per jaar)?
- ja
 nee

Toegankelijkheid werkvloer

- 20 Wordt bij de dagbesteding/recreatie rekening gehouden met lichamelijke ongemakken van uw familielid of bekende?
- ja
 nee

- 21 Zijn er aangepaste stoelen aanwezig?
- ja
 nee

- 22 Is er aangepast sanitair?
- ja
 nee

- 23 Is de accommodatie goed aangepast (ruimte, beugels, drempelvrij enzovoorts)?
- ja
 nee

- 24 Is de accommodatie voor dagbesteding/recreatie gelijkvloers?
- ja
 nee

- 25 Is er een lift of een traplift?
- ja
 nee

Begeleiding

- 26 Vindt u dat de begeleiding toegerust is om mensen met lichamelijke ongemakken te begeleiden?
- ja
 nee

- 27 Kan de begeleiding goed afwegen wat kan en wat goed is aan activiteiten voor uw familielid of bekende?
- ja
 nee

- 28 Kan de begeleiding volgens u omgaan met het fysiek en mentaal ouder worden van mensen?
- ja
 nee

- 29 Wordt er gewerkt aan de zelfredzaamheid van uw familielid of bekende?
- ja
 nee

- 30 Wordt er gewerkt aan de communicatieve vaardigheden van uw familielid of bekende?
- ja
 nee

- 31 Is er aandacht voor het belang van bewegen voor uw familielid of bekende?
- ja
 nee

Schrijf hier uw aandachts- en verbeterpunten

Betrokkenheid bij maatschappelijke en sociale activiteiten (1)

32 Voelt uw familielid of bekende zich wel eens eenzaam?

- ja
 nee

Zo ja:

32a Ziet de begeleiding dit?

- ja
 nee

Sociaal netwerk

33 Gaat uw familielid of bekende op bezoek bij vrienden of familie?

- ja
 nee

34 Stimuleert de begeleider/manager het bezoek aan familie en vrienden?

- ja
 nee

35 Biedt de begeleider/manager ook mogelijkheden om naar familie of vrienden te gaan?

- ja
 nee

36 Krijgt uw familielid of bekende bezoek van familie of vrienden?

- ja
 nee

37 Zijn er vrijwilligers voorhanden die uw familielid of bekende met regelmaat bezoeken of iets met hem ondernemen?

- ja
 nee

38 Bent u bekend met 'bezoekersnetwerken' binnen de zorginstelling?

- ja
 nee

39 Heeft de begeleider/manager aandacht voor het onderhouden of uitbreiden van het sociale netwerk van uw familielid of bekende?

- ja
 nee

40 Komt de begeleider/manager hier met regelmaat op terug: hoe staat het met het sociale netwerk van uw familielid of bekende en wat kunnen we verder ontwikkelen?

- ja
 nee

Activiteiten buiten de zorginstelling

41 Doet uw familielid of bekende mee aan activiteiten buiten de instelling, bijvoorbeeld als het gaat om sport- of spel of hobby?

- ja
 nee

42 Organiseert de zorginstelling activiteiten waarbij uw familielid of bekende andere mensen kan ontmoeten?

- ja
 nee

Zo ja:

42a Doet de zorginstelling dit ook wel eens samen met maatschappelijke organisaties buiten de instelling?

- ja
 nee

Schrijf hier uw aandachts- en verbeterpunten

Betrokkenheid bij maatschappelijke en sociale activiteiten (2)

43 Kan uw familielid of bekende mee met uitstapjes georganiseerd door de zorginstelling?

- ja
- nee

44 Moet uw familielid of bekende extra betalen voor deze uitstapjes?

- ja
- nee

45 Heeft de begeleider/manager aandacht voor de groepssamenstelling bij deze activiteiten?

- ja
- nee

46 Woont uw familielid of bekende met anderen waarmee hij goed contact heeft of dingen samen doet?

- ja
- nee

47 Heeft uw familielid of bekende een goed contact met zijn medebewoners?

- ja
- nee

48 Doet uw familielid of bekende wel eens dingen samen met medebewoners?

- ja
- nee

49 Doet de begeleider, vrijwilliger of u als familielid of vertegenwoordiger ook nuttige dingen met uw familielid of bekende, bijvoorbeeld boodschappen?

- ja
- nee

Schrijf hier uw aandachts- en verbeterpunten

Levensbeschouwing

Als mensen ouder worden, kan het geloof meer voor hen gaan betekenen. Hen meer houvast geven. Het is belangrijk dat mensen hier de gelegenheid toe hebben.

50 Houdt de begeleiding rekening met de levens-overtuiging van uw familielid of bekende?

- ja
- nee

51 Kan de begeleiding omgaan met levensbeschouwelijke vragen van uw familielid of bekende?

- ja
- nee

52 Kan uw familielid of bekende zelfstandig naar een kerkdienst of andere bijeenkomst die met het geloof te maken heeft?

- ja
- nee

53 Is er begeleiding die met uw familielid of bekende naar een geloofsbijeenkomst kan gaan?

- ja
- nee

54 Is er een kerk, moskee of ander geloofshuis in de buurt waar uw familielid of bekende makkelijk naar toe kan?

- ja
- nee

55 Is er begeleiding voorhanden om uw familielid of bekende naar een geloofsbijeenkomst te begeleiden?

- ja
- nee

56 Kan uw familielid of bekende thuis een geloofsdienst volgen als hij dat wil?

- ja
- nee

57 Gaat uw familielid of bekende naar feesten die met het geloof te maken hebben? Bijvoorbeeld met Kerst of met Ramadan?

- ja
- nee

58 Is er ruimte voor uw familielid of bekende om te bidden als hij dit wenst?

- ja
- nee

Schrijf hier uw aandachts- en verbeterpunten

Oudersenteams

59 Is er binnen de zorginstelling een speciale werkgroep of een speciaal team dat zich richt op een dagprogramma voor oudere mensen met een verstandelijke beperking?

- ja
- nee
- weet ik niet

Zo ja:

59a Bent u door de zorginstelling op de hoogte gesteld van het bestaan van deze werkgroep/dit team?

- ja
- nee

59b Gaat dit team goed in op de behoefte van oudere mensen?

- ja
- nee

59c Luistert de werkgroep/het team naar u als familielid of vertegenwoordiger?

- ja
- nee

59d Richt de werkgroep of het team zich op alle verschillende mogelijkheden voor mensen met een verstandelijke beperking?

- ja
- nee

59e Houdt de werkgroep of het team ook rekening met mensen die dementeren?

- ja
- nee

Schrijf hier uw aandachts- en verbeterpunten