



HET GESPREK AANGAAN

Schijf van vijf voor samenredzaamheid

Als huisarts ben je vaak het eerste aanspreekpunt voor ouderen en hun familie bij vragen over gezondheid en welzijn. Je speelt een cruciale rol in het signaleren van zorgbehoeften en het begeleiden naar passende ondersteuning.

De schijf van vijf helpt om niet alleen naar medische zorg te kijken, maar ook naar wat iemand nog wél kan en hoe de omgeving kan bijdragen. Dit model biedt een gestructureerde aanpak om samen passende zorg en ondersteuning te vinden. Op de achterzijde lichten we de stappen toe.

1 Wat kunt u zelf?

Ga in gesprek over wat nog zelfstandig kan en waar ondersteuning nodig is. Zelfredzaamheid versterken draagt bij aan welzijn en voorkomt onnodige zorgafhankelijkheid. Soms kan een kleine aanpassing of extra begeleiding al veel verschil maken.

2 Welke hulpmiddelen kunnen ondersteunen?

Diverse hulpmiddelen kunnen bijdragen aan zelfstandigheid en veiligheid. Denk aan loophulpmiddelen, medicijndispensers of technologische oplossingen. Als huisarts kun je adviseren over passende hulpmiddelen en doorverwijzen naar ergotherapie of andere specialisten.

3 Wat kunnen familie of mantelzorgers doen?

Familie en mantelzorgers spelen een belangrijke rol in de ondersteuning. Bespreek samen welke taken zij kunnen en willen oppakken en of zij hierbij ondersteuning nodig hebben. Verwijs zo nodig naar mantelzorgondersteuning of respijtzorg.

2 Welke HULPMIDDELEN kunnen ondersteunen?



3 Wat kunnen FAMILIE of MANTELZORGERS doen?



1 Wat kunt u ZELF?

5 Wat kan de PROFESSIONAL betekenen?



4 Hoe kan de OMGEVING ondersteunen?



4 Hoe kan de omgeving ondersteunen?

Buurtnetwerken, vrijwilligers en welzijnsorganisaties kunnen aanvullende ondersteuning bieden. Denk aan dagbesteding, eetgroepen of buurthulp. Huisartsen kunnen hierin een verbindende rol spelen door cliënten en familie te wijzen op beschikbare initiatieven.

5 Wat kan de professional betekenen?

Wanneer extra zorg nodig is, helpt het om samen te kijken welke ondersteuning het meest passend is. Door tijdig te signaleren en de juiste professional te betrekken, kan de zorg op de behoeften worden afgestemd.