Informatiebijeenkomst
Datum: 05-06-2025

Langer zelfstandig thuis

Hoe regel ik een goede oude dag?

Dia 1 Welkom + voorstellen

Alette MEE, Diana Welzijn.
Fijn dat u er bent.
We hebben veel flyers meegenomen, liggen op de tafel hier/daar. Aan het einde van de bijeenkomst mag u informatie over de onderwerpen waar u meer wilt weten meenemen.
Op tafel pen en papier: schrijf gerust mee als u dat wilt.

Dia 2 Uw vragen

Voor wie bent u hier?
Op welke vragen zou u vanavond een antwoord willen krijgen?
(Actie: zelf ook opschrijven! 😊)

Dia 3 Langer zelfstandig thuis

Verreweg de meeste mensen willen het liefst zo lang mogelijk zelfstandig thuis blijven wonen, in het vertrouwde huis en de bekende omgeving.

Behalve dat dit een veelgehoorde wens is, is het ook iets dat **moet** en dat heeft alles te maken met een steeds groter aantal ouderen – die naarmate de leeftijd stijgt vaak minder vitaal worden. De mensen geboren in de 'babyboom' van na de oorlog zijn de a.s. senioren. Het heeft ook te maken met een tekort aan handen in de zorg, dit aantal stijgt niet even hard mee. Daarnaast is er simpelweg ook niet voldoende geld om de huidige 'verzorgingsstaat' te kunnen blijven betalen.

Werd vroeger veel voor u geregeld (AOW en pensioen vanaf 65 jaar, een leuke bejaardenflat, met vanzelfsprekend veel recht op zorg en ondersteuning), die tijd is voorbij. Het verzorgingshuis bestaat niet meer. En het lijkt ons niet verstandig om achterover te (blijven) leunen en af te wachten hoe de overheid dit voor ons gaat oplossen.
U bent zelf aan zet!

Dia 4 Dit is mogelijk als…

Laten we beginnen met te zeggen dat wij mensen niet alles zelf in de hand hebben. Het leven houdt altijd een onzekere kant, omdat we niet weten of we te maken zullen krijgen met ziekte of andere levensveranderende (life-changing) gebeurtenissen.

Tegelijk weten we wel veel over ontwikkelingen die mogelijk of zelfs waarschijnlijk zijn als we ouder worden. Gezondheid is niet maakbaar, maar aan vitaliteit kunnen we veel zelf doen. Een plotselinge verhuizing is niet leuk, maar makkelijker als u weet wat wel en niet mogelijk of haalbaar is. Dus als we het hebben over langer zelfstandig thuis, dan is er best wat voor te bereiden, in elk geval in uw hoofd.

Dit (opsomming dia) is wat mensen aangeven, als hen gevraagd wordt wat voor hen belangrijk is, wat zij graag zouden willen behouden bij het ouder worden (vitaal zijn, fijn wonen, iets nuttigs en leuks te doen hebben, mensen zien en spreken, ertoe doen). Herkent u zich hierin?

Misschien denkt u: 'Maar dit gaat over je fijn voelen, prettige ervaringen' - en ik wil weten wat ik moet DOEN.
Wij proberen vandaag die twee kanten te verbinden: Om op een prettige manier langer zelfstandig thuis te wonen, moet er ook wat gedaan worden. Het komt niet automatisch goed, u bent zelf aan zet!

Dia 5 U bent zelf aan zet
Er is om te beginnen goed nieuws: Gelukkig worden steeds meer mensen gezond ouder en zijn dus niet alle ouderen kwetsbaar. Sterker nog: Zelfs het **merendeel** van de 80-plussers is niet kwetsbaar.
"Het zijn mensen die wel degelijk voelen dat ze ouder geworden zijn, maar geen beperkingen ervaren. Ze fietsen, gaan naar de sportclub, maken lange wandelingen, doen boodschappen en klusjes en hebben geen geheugenklachten.
Misschien moet je je boodschappenlijstje opschrijven, omdat je niet alles direct paraat hebt. En misschien is die ladder een beetje spannend geworden en vraag je iemand om daarbij te helpen. Maar dat hoor bij vitale veroudering".

["Veel van de aandoeningen die ouderen kwetsbaar maken, zijn gerelateerd aan leefstijl. Wanneer je je leefstijl verbetert, verbeteren lichaamsfuncties vaak ook. Blijf bewegen, blijf trainen, blijf lol maken en onderhoud je sociale netwerk, hèt advies om te voorkomen dat je kwetsbaar wordt. Eet gezond. Beperk daarnaast het gebruik van alcohol: daardoor slaap je slechter, het vergroot de kans op vallen en je krijgt er maagdarmproblemen van. Ook een minder goed geheugen en somberheid zijn gerelateerd aan alcohol". (Hanna Willems, PCOB 2024-01)]

Zelf aan zet: dat is niet persé negatief. De meeste mensen houden ervan om zelf de regie te hebben en te beslissen wat ze doen, op welk terrein dan ook. Wat u elke dag doet, wat u eet, waar u naartoe gaat op vakantie, wie u bezoekt, wat u met de (klein)kinderen onderneemt of wat u koopt. U bedenkt, u bepaalt (en u betaalt).
Ook als het gaat om ondersteuning in uw persoonlijke situatie valt er wat te kiezen.

Wij helpen u graag met een overzicht van mogelijkheden. Wij moedigen u aan: Zorg dat u (in grote lijnen) op de hoogte bent van wat er is aan activiteiten, ondersteuning, regelingen en voorzieningen. En probeer u bewust te zijn of te worden van de (on)mogelijkheden van uw huidige huis of woonomgeving. Praat erover met uw echtgenoot of partner en kinderen (als u die heeft), met uw naasten of zorgverleners.
En wat wordt uw plan B of C, als zelfstandig wonen niet langer verstandig of mogelijk is?

Als u daarmee pas begint op het moment dat u een keuze **moet** maken vanwege (plotselinge) beperkingen vanwege leeftijd of ziekte, staat u eigenlijk met 2-0 achter. Dus denk vooruit!

Dia 6 Praat vandaag over morgen

Met deze bijeenkomst sluiten wij aan bij de landelijke campagne Praat vandaag over morgen. Het gaat ons er niet om dat u vandaag al allerlei beslissingen neemt, maar dat u wordt aangemoedigd om over deze onderwerpen na te denken èn erover te praten met elkaar (partners, kinderen, vrienden of buren, huisarts, etc..). Liefst 10 jaar vooruit!

Dia 7 Wij denken mee

Om te beginnen preventief – voordat u ons nodig hebt. Daarvoor organiseren wij o.a. deze bijeenkomsten. Maar ook als u ons wel nodig hebt: zoek ons op!
De ondersteuning door MEE Samen is kosteloos.
Veel diensten bij Welzijn zijn dat ook of u betaalt een kleine bijdrage in de kosten.

Dia 8 Welzijn Barneveld

In het woordenboek wordt het begrip “welzijn” omschreven als een situatie van ‘geluk en tevredenheid’. Het gaat dus over hoe je je voelt, en welke factoren hiervoor zorgen.
Dat kan dus redelijk los staan van welvaart (geld) of gezondheid.

Welzijn Barneveld is de welzijnsorganisatie van de gemeente Barneveld. In alles wat we doen proberen we het welzijn van mensen te bevorderen.
Dit doen wij door informatie en advies te geven, door praktische hulp en ondersteuning, activiteiten en vrijwilligerswerk.
We zijn dus geen zorgorganisatie, maar kunnen door ons veelzijdige diensten- en activiteitenaanbod veel betekenen, ook in het kader van langer zelfstandig thuis wonen.
Want als u zich ‘gelukkig en tevreden’ voelt, bent en voelt u zich ook vitaler. Daarom: “Een ons welzijn scheelt een kilo zorg".

Veel mensen ervaren een drempel om hulp te vragen of bijvoorbeeld mee te gaan doen aan activiteiten voor “oude mensen”. Misschien goed om ook de andere kant daarvan te benoemen:

- “*Neem deel aan je omgeving, zodat mensen je missen als je niet meer meedoet*” (Citaat Pleun Eikelboom – aug 2023). (Omgeving > WB 😊).
- *Doe je niks, dan word je vanzelf eenzaam.*

Aanbod kort toelichten.
U mag ons altijd bellen als u een vraag heeft of ergens tegenaan loopt. Wij zijn er voor u!

Dia 9 MEE Samen – de ouderenadviseur

MEE zet zich in voor een samenleving waarin iedereen mee kan doen. Zij biedt kosteloos onafhankelijke cliëntondersteuning aan mensen voor wie het meedoen moeilijk is of wordt.
De ouderenadviseur is er speciaal voor senioren.
Wij kunnen u bijvoorbeeld helpen in het contact met het WMO-loket van de gemeente Barneveld.

Vanuit de WMO wordt een aantal zaken uitgevoerd en betaald door de gemeente:

- ✓ Huishoudelijke ondersteuning (thuiszorg)
- ✓ Vervoer: Valleihopper en Valys
- ✓ Begeleiding
- ✓ Woningaanpassing
- ✓ Dagbesteding
- ✓ Hulpmiddelen (traplift, scootmobiel etc.)

Wanneer u een vraag heeft voor de gemeente over één van deze voorzieningen, vraagt u een keukentafel gesprek aan. In het gesprek geeft u aan waarom u een voorziening nodig heeft en wat dit bijdraagt aan het langer zelfstandig thuis wonen.
Voor huishoudelijke ondersteuning kunt u rechtstreeks bij de aanbieder een gesprek aanvragen (dit is ongeveer uniek in NL, alleen in Barneveld werkt dit zo, korte route!).

Dia 10 Huishoudelijke ondersteuning

Huishoudelijke ondersteuning is een vorm van thuiszorg.
Thuiszorg is zorg die bij mensen thuis wordt gegeven. Het kan gaan om persoonlijke verzorging (zoals helpen bij douchen), verpleging en begeleiding, maar ook om huishoudelijke hulp. Verpleging is bijvoorbeeld de verzorging van een wond of het toedienen van injecties. Verpleegkundige thuiszorg wordt in Barneveld verzorgd door bijvoorbeeld Buurtzorg, Icare en Hds.

De Huishoudelijke ondersteuning is de zogenaamde ‘poetshulp’ en dit zijn de 9 organisaties waar de gemeente momenteel mee samenwerkt (Dit kan jaarlijks veranderen).
Deze aanbieders kunt u rechtstreeks benaderen voor een gesprek/aanvraag, in het geval van huishoudelijke ondersteuning hoeft dit dus **niet** via het WMO-loket van de gemeente.

Dia 11 Meer vormen van ondersteuning

Naast het aanbod van Welzijn en vanuit de WMO zijn er nog veel andere vormen van ondersteuning. Ik haal er een paar uit:

Training Valpreventie
Bij een groot aantal fysiotherapeuten in Barneveld is de training te volgen. Ook Stichting Connect organiseert Fittestdagen, Valpreventietrainingen en Beweeg-je-fit-lessen. En onthoud: daarna **blijven** bewegen is minstens zo belangrijk!

Persoonsalarmering
Personenalarmering is een systeem - alarm - om hulp te roepen. Via het systeem kunt u 24 uur per dag met een druk op de knop een meldpost en/of uw netwerk waarschuwen.
U heeft keus uit verschillende soorten alarmsystemen. U kunt ook meerdere tegelijk gebruiken:

- Een knop in huis
- Een zendertje aan een koord om uw nek of pols
- Een mobiele telefoon
- Een broekriem met een zendertje

Personenalarmering is bedoeld voor noodsituaties. Bijvoorbeeld:

- U bent thuis gevallen en u kunt niet bij de telefoon komen.
- U voelt zich plotseling niet goed. Bijvoorbeeld door benauwdheid, duizelingen of angst.
- U komt buiten in de problemen. Bijvoorbeeld als u valt. Of u weet de weg niet meer naar huis.
- U heeft problemen met een medische injectie die u zelf zet.

Veel organisaties voor wonen, welzijn en zorg leveren personenalarmeringssystemen. Bijvoorbeeld thuiszorginstellingen en verzorgingshuizen. U kunt ook meer informatie aanvragen bij de ouderenorganisatie in uw gemeente.
Heeft u om medische redenen alarmering nodig? Vraag dan een medische indicatie aan uw huisarts of medisch specialist. Met die indicatie kan uw zorgverzekeraar de personenalarmering vergoeden.
Maar ook kunt u zelf een hulpmiddel aanschaffen. Via Medipoint (Barneveld) of Zorg & Comfortwinkel (Voorthuizen).. Of via Bol.com.

+ Andere toelichten

Dia 12 Wonen

Veel vragen die wij krijgen gaan over **wonen**.
Nu voelt u zich wellicht nog helemaal comfortabel in uw huis, maar probeert u eens een jaar of 10 vooruit te denken.
Wat als traplopen minder goed lukt? De badkamer eigenlijk niet geschikt meer is? U de tuin niet meer kunt bijhouden?
Is uw huidige woning dan nog steeds de plek waar u fijn en comfortabel kunt wonen? Kunt u iets aanpassen, verbouwen, beneden gaan slapen of biedt een traplift voldoende uitkomst? En wat gaat dat kosten? Kan ik dat betalen?
Tip voor huurders van de Woningstiching: Via de aantrekkelijke regeling ‘kleine woningaanpassingen’ van de Woningstichting kunnen veel kleine aanpassingen en/of hulpmiddelen tegen lage kosten worden verstrekt.

Misschien komt u tot de conclusie dat verhuizen naar een andere woning toch beter is. Welke mogelijkheden zijn er dan?

- Woningstichting (huren) (Dus ingeschreven blijven bij Huiswaarts.nu!)
- Huren via Mooiland of particulier
- Makelaar (kopen)
- Seniorenwoning / levensloopbestendige woning/appartement
- Knarrenhof®
- Aanleunwoning
- Verpleeghuis

Wonen: aanleunwoning

Een aanleunwoning is gebouwd tegen of in de nabijheid van een verpleeghuis. Ze zijn in principe bedoeld voor oudere mensen, die nog redelijk mobiel zijn en geen grote

gezondheidsproblemen hebben. Mensen wonen er redelijk zelfstandig, maar kunnen vaak wel deelnemen aan activiteiten van de zorginstelling. Thuiszorg en huishoudelijke ondersteuning zijn echter op dezelfde manier georganiseerd als in een 'gewone' woning: dit wordt niet gegeven vanuit het verpleeghuis. (Beetje schijnveiligheid dus).

In Barneveld kunt u zich voor een aanleunwoning inschrijven bij een van de zorgorganisaties Neboplus of Zorggroep ENA. Zij wijzen de woningen toe op basis van de persoonlijke situatie. Want: Ook voor een aanleunwoning heeft u inmiddels een WLZ-indicatie nodig. Zonder deze indicatie komt u niet in aanmerking voor een aanleunwoning. (zie verderop: Wachtlijst/urgentie).

Uiteraard kunt u zich wel inschrijven bij de woningstichting voor een seniorenwoning. Dit zijn woningen die zo gebouwd zijn dat uw eventuele hulpmiddel in huis gebruikt kan worden. Ook zijn deze woningen gelijkvloers zodat u geen trap op en af hoeft. De evt. tuinen zijn klein zodat u weinig onderhoud heeft.

Dia 13 Zorg: Wie betaalt en wie bepaalt?
Even kort ter informatie:
Naast de WMO zijn er twee andere wetten die gaan over de financiën in de zorg: De Zorgverzekeringswet en de WLZ (Wet Langdurige Zorg).
De WLZ is van belang voor wonen in een Verpleeghuis – of het ontvangen van verpleeghuiszorg thuis.

- **Zorgverzekeringswet**
- **WLZ: Wet Langdurige Zorg**

De Wet langdurige zorg (Wlz) is er voor mensen die 24/7 intensieve langdurige zorg nodig hebben. Er gelden daarbij drie voorwaarden:

- Het is duidelijk dat u blijvend (= levenslang) zorg nodig heeft.
- Er is behoefte aan permanent toezicht of 24 uur per dag zorg in de nabijheid.
- Zonder 24 uurszorg/toezicht is er een risico op ernstig nadeel.

Heeft u een indicatie voor WLZ-zorg? Dan kunt u deze zorg in sommige gevallen thuis krijgen. Of u kunt in een instelling gaan wonen, zoals een verpleeghuis – als daar plaats is. Met de toenemende vergrijzing zal dit in de toekomst steeds moeilijker worden, omdat het aantal verpleeghuis-plaatsen niet verder kan/mag groeien (personeelstekort, te duur). Zorg moet meer thuis georganiseerd gaan worden.

- **Levenstestament**

Daarnaast is het ook raadzaam om na te denken over wie samen met u, of als het nodig is ook vóór u beslissingen mag nemen over uw medische zorg. Dat kunt u door de notaris laten vastleggen in een **Levenstestament** – daar komen we zo nog op terug.

Terzijde:
Met het oog op medische zorg worden ouderen ook aangemoedigd om na te denken over hoeveel/welke zorg zij in de toekomst zouden willen hebben. Met de toenemende medische mogelijkheden kan soms de vraag rijzen: Moet je elke behandeling die er is ook doen? Weegt de ingreep op tegen de 'winst' (in tijd of kwaliteit)?

Tip: Workshop pro-actieve zorgplanning op de Gezondheidsbeurs 11 oktober a.s.!

Dia 14 Op de wachtlijst van een verpleeghuis

Als je voorheen ('vroeger') ingeschreven stond voor een verzorgingshuis (nu: verpleeghuis) (Ruimzicht/Nieuw Avondrust of NeboPlus of Norschoten of één van de kerkelijke zorginstellingen) kwam je daar te wonen als je - op het moment dat er een woning/kamer vrijkwam – bovenaan de lijst stond.
Maar het toewijzen van een plek gaat inmiddels anders: niet wie het langst op de lijst staat, maar wie meest dringend 24/7 zorg nodig heeft volgens de WLZ-indicatie. Het kan dus gebeuren dat u zich misschien al lang geleden heeft ingeschreven, maar toch maar steeds geen plaats krijgt omdat andere mensen er (nog veel) 'slechter' aan toe zijn dan u.

(U kunt samen met MEE, het Steunpunt Mantelzorg van Welzijn of de casemanager dementie een Wlz-indicatie aanvragen bij het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ). Het CIZ beoordeelt of u voldoet aan de voorwaarden. Is dit het geval? Dan ontvangt u een Wlz-indicatie. Dit is een besluit waarin staat dat u recht heeft op zorg vanuit de Wet langdurige zorg (Wlz). Als u gebruik maakt van de WLZ betaalt u een inkomensafhankelijke eigen bijdrage).

Toelichting op de locaties in Barneveld:
Rijtje rechts: NeboPlus, Zorggroep Ena (Ruimzicht, Nieuw Avondrust, Huis in de Wei) en Norschoten: voor iedereen.
Herbergier: particuliere organisatie, zorg en wonen gescheiden betaald (WLZ-pgb).

Links onderaan: Elim, Vellerveste en 't Achterdorp = kerkelijk gebonden, eigen toelatingsprocedure.

Dia 15 Financiën

Om ervoor te zorgen dat ook uw financiële zaken goed geregeld zijn en blijven als u ouder wordt, zijn er verschillende mogelijkheden. Er zijn beschermingsmaatregelen en praktische voorzieningen.

Beschermingsmaatregelen:
Levenstestament
*Een levenstestament is een juridisch document waarin je laat vastleggen wie er bevoegd is om namens jou bepaalde zaken te regelen, bijvoorbeeld financiële of medische zaken, wanneer je dat zelf niet meer kunt. Dit kan voor zowel medische zaken (beslissingen over medische zorg) als financiële zaken. (**U geeft volmacht**)*
Het levenstestament is van toepassing bij leven en eindigt dus bij overlijden, in tegenstelling tot een testament dat pas na je dood in werking treedt.
Een levenstestament wordt opgesteld door de notaris op basis van uw wensen. Vraag één (of meer) persoon uit uw omgeving die u hiervoor wilt aanwijzen en bespreek vooraf met hem (hen) uw wensen.
Goed om een jaarlijkse update te doen: zijn er wijzigingen in wensen of omstandigheden?
En over financiën: een dochter die met de pinpas van moeder boodschappen doet (hoe vaak gebeurt dat niet?) mag zonder levenstestament eigenlijk niet eens.

Mentorschap/bewindvoering/curator

- Mentorschap

De instelling van mentorschap is bedoeld voor mensen die hun persoonlijke belangen (belangen die niet over geld en goed gaan) niet meer kunnen behartigen. Het kan gaan om mensen met dementie, verstandelijk gehandicapten en psychiatrische of comateuze patiënten. U moet daarbij vooral denken aan beslissingen die moeten worden genomen over verzorging, verpleging, behandeling of begeleiding. De mentor neemt dan, zoveel mogelijk samen met de betrokkene, de beslissing.

- Bewindvoering

Onderbewindstelling van goederen is bedoeld voor mensen die door hun lichamelijke of geestelijke toestand tijdelijk of blijvend niet in staat zijn om hun financiële belangen te behartigen of problematische schulden hebben

- Curator

De ondercuratelestelling is bedoeld voor mensen die zowel hun financiële als andere persoonlijke belangen niet meer kunnen behartigen.

In de eerste plaats kan de betrokkene zelf de maatregel vragen. Verder kan zijn partner zo'n verzoek doen en ook familieleden tot in de vierde graad. Een verzoek tot onderbewindstelling, mentorschap of onder curatelestelling wordt gedaan bij de kantonrechter van de rechtbank in het rechtsgebied waar degene woont. In principe kan iedereen die meerderjarig is en dat wil door de kantonrechter tot curator, bewindvoerder of mentor worden benoemd. Wel beoordeelt de kantonrechter de geschiktheid.

Als u een levenstestament hebt, is mentor/bewindvoering/curatele niet aan de orde.
U kunt altijd een afspraak maken met de onafhankelijke ouderenadviseur van MEE om te overleggen wat u nodig heeft.

En verder:

- Zicht op geld (ontzorgt bij opname in verpleeghuis van partner of familielid)
- Uw spaarpot

Dia 16 Sparen voor uw oude dag

We gaan ons vandaag uiteraard niet met uw spaarvarken bemoeien, maar het is wel belangrijk om er iets over te zeggen. In alle fases van het leven kost het leven geld (kleine kinderen bijv.) – en dat is niet anders als u ouder wordt. Gelukkig hebben we in Nederland een financiële ouderdomsvoorziening die zorgt voor inkomen en een zorgverzekering die een groot deel van uw ziektekosten dekt. Veel mensen hebben ook nog iets van pensioen opgebouwd tijdens hun werkzame leven.
Maar er zullen ook zaken betaald moeten worden uit uw spaarpot. (Zie dia)

Dia 17 Alles digitaal

•DigiD (Digitale identiteit)

Steeds meer organisaties regelen graag hun zaken online en geven u via DigiD toegang tot uw gegevens.

Met uw DigiD laat u zien wie u bent als u online iets bij een (semi)overheidsorganisatie wilt regelen. Bijvoorbeeld bij de Belastingdienst, het onderwijs, de zorg of uw pensioenfonds. Met uw DigiD kunt u online makkelijk en veilig inloggen in uw persoonlijke omgeving van deze organisaties. Uw persoonlijke gegevens blijven goed beschermd.

- MijnOverheid
- Belastingaangifte
- Aanvragen toeslagen
- Pensioenfonds
- Huisarts
- Ziekenhuis
- Zorgverzekering
- ....

Computervaardigheid leren of verbeteren?
Klik & Tik, Seniorweb, Bibliotheek

Dia 18 Meer informatie op internet
Een aantal handige websites (op alfabetische volgorde) waar veel informatie en tips te vinden zijn.
Deze dia ligt als flyer ook op de informatietafel – neem gerust mee.

Dia 19 – Inloopspreekuren MEE/Alette
Dia 20 – Afsluiting, contactgegevens
Dia 21 – Save the date Gezondheidsbeurs & Vrijwilligersmarkt 11 oktober 2025
Dia 22 – Tafelgesprekken?

Stellingen zijn nu verborgen dia's achteraan (zijn niet te zien in de presentatie/diavoorstelling).
Ipv plenair: tafelgesprekken na afloop? (Zoals regiobijeenkomst Seniorencoalitie..?)

Dia x: Stelling
We gaan vanavond een aantal onderwerpen met u bespreken. Daarbij horen we tussendoor ook graag wat u vindt of weet a.d.h.v. een aantal stellingen. Hierbij de eerste:

Als mantelzorger kan ik ondersteuning krijgen om mijn 'werk' vol te kunnen houden.
Waar*. Welzijn Barneveld biedt verschillende vormen van ondersteuning voor de mantelzorger.*
Er zijn meerdere manieren waarmee een mantelzorger ontlast kan worden van de soms vele taken die hij of zij heeft. Het Steunpunt informeert u over werk en mantelzorg en over

regelingen die er zijn. U kunt gebruik maken van de dienstenbon, respijtzorg of ondersteuning bij het doen van aanvragen en het invullen van formulieren. Een paar keer per jaar organiseren we workshops over diverse onderwerpen. Eén keer per jaar wordt namens de gemeente de Mantelzorgwaardering uitgereikt (uitreiking in november, aanvragen juni-september). Maak het u zelf makkelijker, durf te vragen

Dia x Stelling

Wie denkt dat hij gaat vallen, zal vallen

***Waar**. Dit is door onderzoek bewezen: als je onzeker bent over het staan/ lopen maak je ook daadwerkelijk meer brokken.*

Dus: Merkt u dat u minder krachtig wordt (armen, handen, benen) of minder goed in evenwicht bent? Ga een regelmatige beweegactiviteit doen of doe een training Valpreventie!

Dia xx Stelling

Aanleunwoningen gaan via de woningstichting

***Waar / niet waar**. De meeste toewijzingen voor een aanleunwoning gaan tegenwoordig via het verpleeghuis zelf. Dit omdat door hen beter beoordeeld kan worden of / hoeveel zorg er nodig is. Een WLZ-indicatie wordt ook steeds meer een norm. Iedere organisatie heeft eigen eisen.*

***Wel is een inschrijving nodig bij de woningstichting**. Dit omdat de woningen administratief vaak verhuurd worden via de woningstichting.*

Voor het reageren op een senioren huurwoning moet u ook ingeschreven zijn bij de woningstichting. Mijn advies is om u in te schrijven bij Huiswaarts.nu, ook al heeft u een koopwoning. Ik heb mijzelf bijv. ook al ingeschreven. Ik zeg altijd: het is een goedkope verzekering voor €10,- per jaar. Hoe langer u staat ingeschreven hoe meer kans u heeft dat de woning aan u wordt toegewezen.

Een traplift moet ik zelf aanschaffen

***Niet waar**. Wanneer er bij de WMO/ gemeente goed onderbouwd kan worden waarom een traplift passend is bij uw situatie, dan kan deze door de WMO voor u georganiseerd worden. U betaalt dan een eigen bijdrage. Dit is voor dit jaar € 21 per maand.*

Betaalt u al een eigen bijdrage omdat u bijv. huishoudelijke ondersteuning ontvangt, dan wordt de eigen bijdrage niet verhoogd. Hetzelfde geldt voor een scootmobiel, regiotaxipas, woningaanpassing ect. (NB Per 2027 wordt de eigen bijdrage inkomensafhankelijk).

Is er volgens de WMO geen 'geldige' reden voor een traplift, of heeft u speciale wensen, dan kunt u deze zelf aanschaffen. Buiten de WMO om mag het sowieso altijd.

Dia x Stelling

Wanneer u thuiszorg nodig heeft wordt er een partij aan u toegewezen.

***Niet waar**. U mag zelf kiezen van welke organisatie u thuiszorg wilt ontvangen. Er zijn in Barneveld verschillende organisaties waar u thuiszorg van kunt ontvangen.*

Voor huishoudelijke ondersteuning is het belangrijk om te weten dat i.v.m. personeelstekort vaak een wachtlijst is. Het blijft dus belangrijk in deze tijd dat (indien aanwezig) het netwerk met u meedenkt.

De thuiszorg neemt niet alles over, het netwerk blijft ook wanneer er thuiszorg is belangrijk.

Dia x Stelling

Een levenstestament is noodzakelijk. / .. verplicht.

Waar. *Om te beginnen: het is geen wettelijke verplichting. Wel zeer aan te bevelen! Maar zonder levenstestament mogen familieleden of andere mensen uit uw netwerk geen beslissingen voor u maken. De praktijk laat vaak anders zien. Dit omdat het gelukkig in de meeste gevallen goed gaat.*

Bijv. pinnen met de pinpas van uw moeder in het verpleeghuis mag officieel ook niet.

In het levenstestament staan in de meeste gevallen twee volmachten: één voor uw zakelijke/financiële belangen en één voor uw medische/persoonlijke zaken.

Wanneer het levenstestament al gereed is, kan de gevolmachtigde persoon direct actie ondernemen wanneer nodig. Er hoeft dan niet eerst een papieren rompslomp op gang te komen.

Dia x Stelling

Als u 80 jaar of ouder bent kunt u naar een verpleeghuis.

Niet waar. *Ouderdom is geen reden om naar een verpleeghuis te kunnen. Er is een WLZ indicatie nodig. WLZ betekend: Wet Langdurige Zorg. Deze indicatie geeft aan dat u 24 uur per dag nabijheid zorg nodig heeft. 'Alleen' ouderdom is niet genoeg. Dit was bij verzorgingstehuizen van 20 jaar geleden wel voldoende.*

Een woning die ook geschikt is voor uw oude dag is dus belangrijk. Verpleeghuiszorg is niet 'standaard'.