



**Vlaanderen**  
is zorg

**Cliënt**  
Ik krijg  
hulp van een  
hulpverlener en/  
of een naaste.

**Mantelzorgers**  
Ik zorg voor een  
naaste (familie,  
buur, vriend).

**OVERLEG**

**Professionele  
Hulpverleners**  
Ik zorg voor de cliënt  
én steun de mantel-  
zorgers.

# SAMENSPRAAK

Samenspraak kan je gebruiken om te overleggen over de zorg. Of je nu cliënt bent, mantelzorger 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 gaan/ 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 de 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 de mantelzorgers

.....

.....

.....

.....

Datum volgend overleg: .....

Contactpersonen: .....

.....