

Ondersteunen, koesteren en bewustmaken



Op moeilijke momenten en bij afscheid

Door Leen Schoolmeesters
"Dag Opa"

1

Dag Opa?

- * Ondersteuning beperkt en niet op maat
- * Mijn eigen persoonlijke ervaringen
- * Veel geregeld – veel vragen.
- * Gesprekken over gevoelige thema's met een geliefde
- * Van het kastje naar de muur gestuurd.
- * Niet tijdig de juiste zorg of hulp vinden.



2021 – Dag Opa

2



Dag Opa

*Ondersteunen, koesteren,
bewustmaken
bij leven en bij afscheid*



3

Bewustmaken



Praten over moeilijke momenten
Praten over ziek zijn
Zeggen dat je het moeilijk hebt
Hulp vragen
Praten over het einde van het leven



PRAAT EROVER!

4

Koesteren

Wat als?

Wat als de dokters mij toch niet beter kunnen maken?
Wat als de dementie erger wordt en ik mijn kinderen niet meer herken?
Wat als door de dementie, mijn herinneringen vervagen?

Hoe zorg ik?

Hoe zorg ik er voor dat mijn naasten niet met lege handen achterblijven?
Hoe zorg ik er voor dat mijn kleinkind van 2 jaar mij niet vergeet?
Hoe zorg ik nog voor mooie momenten in de tijd die mij nog rest?

5

Koesteren

*Wacht niet op
**BIJZONDERE
MOMENTEN**
Maar maak gewoon
**MOMENTEN
BIJZONDER***

Enkele tips

- Geef aan wat jij zelf nog nodig hebt
- Maak tijd voor mooie nieuwe momenten.
- Het hoeft niet groots te zijn, zolang je maar samen geniet
- Deel herinneringen, vertel verhalen
- Leg momenten vast
- Vraag aan je naasten wat zij nodig hebben
- Ga samen aan de slag

6

Ondersteunen

* Ondersteuning bij afscheid – wanneer begint dit?

- Palliatieve situatie?
- Op het sterfbed?
- Bij het overlijden?



Begint al veel vroeger!



- * Te laat hulp en ondersteuning
- * Vinden hun weg niet naar gepaste hulp en ondersteuning

* Heb ik wel recht op hulp?

7

Ondersteunen

4 Doelgroepen

- * **De persoon zelf**
Ouderen, zieken, dementie, palliatief persoon,
Persoon die bezig is met de laatste levensfase...
- * **De mantelzorger(s)**
De persoon die voor de ouderen of zieke zorgt, die taken opneemt.
Vaak intensief betrokken. Draagkracht van de mantelzorger?
- * **De naasten**
Dit zijn al de mensen die deze persoon kent, familie, vrienden,
collega's, bureu.
Volwassenen maar ook kinderen.
- * **Derden**
vb. scholen, kinderopvang, werkgevers, hulpverleners enz.



8

ZORG OP MAAT!

9

Ondersteunen

Persoon zelf

- Mantelzorgpremie, palliatieve premie, zorgbudget... op welke premie's heb ik recht?
- Hoe kan ik zo lang mogelijk thuis blijven wonen en wat zijn de mogelijkheden?
- Informatie en advies
- Welke behandelingen wil ik nog wel en welke niet?
- Mijn negatieve wilsverklaring hoe begin ik hieraan?
- Uitvaartwensenboek opmaken?
- Welke informatie kunnen mijn naasten gebruiken na mijn overlijden om alles te regelen?
- Draaiboek voor naasten, hoe begin ik hieraan?
- Wat met mijn huisdier na mijn overlijden?
- Ik weet hoe ik het einde van mijn leven zie, hoe bespreek ik dit met mijn kinderen
-

Mantelzorger

- Ik wil mijn zorgbehoevende moeder in huis nemen, hoe begin ik hieraan?
- Een mantelzorgpremie heb ik daar recht op en hoe vraag ik dit aan?
- Ik ben op! De hulp voor mijn vader wordt te zwaar.
- Ik moet met verschillende diensten contact opnemen voor hulp, maar ik kom hier niet toe.
- Mijn vader is overleden, wat moet ik allemaal regelen?
- Wat is het verschil tussen een zorgvolmacht en bewindvoering? En hoe vraag ik dit aan?
- Heb ik als mantelzorger recht op verlof om voor mijn moeder te kunnen zorgen?
-

10

Ondersteunen

Naasten

- Welke hulp is er mogelijk?
- Informatie en advies
- Op welke manier betrek ik mijn kleine kinderen bij heel dit proces en hoe pak ik dit aan?
- Mijn moeder is overleden, wat moet er geregeld worden?
- Mijn beste vriend is palliatief. Hoe ga ik met hem het gesprek hierover aan. Hoe kan ik nog zeggen tegen hem wat ik wil zeggen?
- Mijn dochter heeft vragen over de dood, wat zeg ik wel en niet?
- Zijn er boeken rond euthanasie die ik kan gebruiken voor mijn zoon hierover wat uitleg te geven?

Derden

- In mijn klas is de mama van een kindje overleden. Hoe maak ik dit bespreekbaar in de klas?
- Een medewerker is overleden, hoe gaan we hier mee om op de werkvloer?
- Ik zoek voor in mijn klas een boekje rond het thema dood gaan. Welk boek gebruik ik hiervoor het beste?

11

Ondersteunen

Diensten die jou kunnen ondersteunen of doorverwijzen naar de juiste hulp



- * Mutualiteit
- * Sociale Huis/ OCMW
- * Thuiszorgdiensten
- * Sociale dienst Ziekenhuis
- * Thuisverpleging
- * LEIF/ Huis van de mens
- * Palliatief netwerk van jouw regio
- * Lotgenotencontacten of steungroepen
- * Dag Opa
- * Enz

Op zoek naar hulp?
www.desocialekaart.be

12

Bedankt voor uw aandacht!



Dag Opa

*Ondersteunen, koesteren,
bewustmaken
bij leven en bij afscheid*



Meer informatie?

www.dagopa.be

Volg ons op Facebook , Instagram of LinkedIn

Contactgegevens:

Dag opa
Leen Schoolmeesters
Info@dagopa.be
0492 54 26 65