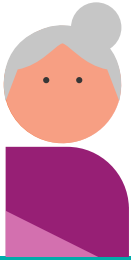




**Samen werken aan
betere zorg en ondersteuning
in uw wijk**





*“Met de tijd meegaan, dat is hoe ik in het leven sta.
Die levenshouding zou ik moeten opgeven wanneer ik niemand
had om op terug te vallen.”*

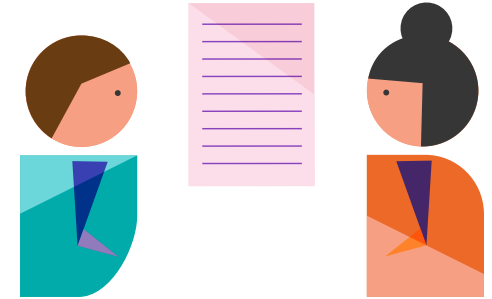
Een mevrouw van 82 jaar

Goede zorg en ondersteuning voor ouderen is belangrijk. Zeker nu het aantal 65-plussers toeneemt en ouderen langer thuis wonen. Het is dan wel belangrijk dat de partijen, die de zorg en ondersteuning bieden, goed samenwerken. Bij de zorg en -ondersteuning aan ouderen zijn vaak veel verschillende mensen betrokken: praktijkondersteuners van de huisartsen, wijkverpleegkundigen, buurtteammedewerkers en anderen uit de wijk. Voor ouderen en hun naasten kan het verwarrend en onplezierig zijn om met veel verschillende personen te maken te hebben.



Eén contactpersoon

Door goede samenwerkingsafspraken met zorg- en hulpverleners kunnen we u helpen om overzicht te houden. Indien nodig en als u dat wenst krijgt u één contactpersoon die weet wat er bij u speelt en wie er bij u komt. De contactpersoon kan de praktijkondersteuner van uw huisarts of een wijkverpleegkundige zijn, maar ook een buurtteammedewerker, een familielid of een vrijwilliger. U kunt met al uw vragen bij hem of haar terecht. Zo hoeft u niet steeds hetzelfde verhaal te vertellen en neemt de kans op misverstanden en tijdverlies af.



Ondersteuningsplan

Als u dat wenst, dan maakt uw contactpersoon samen met u een ondersteuningsplan. Daarin staat precies welke ondersteuning u krijgt en wie daarbij betrokken zijn. Het plan is er om ervoor te zorgen dat u de dingen kunt blijven doen die u belangrijk vindt. Regelmatig wordt er met u besproken of het plan nog klopt met uw wensen en behoeften. Verandert er iets in uw situatie of zijn er bijzonderheden? Dan brengt de contactpersoon uw zorg- en hulpverleners op de hoogte. Medische of andere gevoelige informatie wordt niet gedeeld zonder uw toestemming: u bepaalt wie toegang heeft tot uw informatie. Persoonlijke, duidelijke communicatie en goede samenwerking tussen de zorg- en hulpverleners: daar vaart u wel bij. De zorgverleners en ondersteuners in Utrecht maken het samen mogelijk.

Meer informatie

Kijk op: www.omuutrecht.nl

Contact sociaal domein: www.buurtteamsutrecht.nl

Contact medisch domein:
info@huisartsenutrechtstad.nl of 030 227 16 36

Contact Netwerk Utrecht Zorg voor Ouderen (NUZO):
secretariaatnuzo@umcutrecht.nl of 088 756 81 22





Tijdig signaleren van problemen

De Om U 3.0 werkwijze is volgens een landelijke groep ouderen een voorbeeldproject voor het tijdig signaleren van problemen. ‘Voorkomen is beter dan genezen’ geldt overal, ook bij ouderen. De senior en zijn omgeving zijn erbij gebaat als gezondheidsproblemen en eenzaamheid voorkomen worden. Risico's moeten zo vroeg mogelijk gesignaleerd worden. Er zijn 6 aandachtspunten voor organisaties die zich hier mee bezig houden:

- 1** Kijk niet alleen naar de gezondheid van ouderen, maar naar alle levensterreinen;
- 2** Baken de doelgroep af, niet alle ouderen lopen risico;
- 3** Beschrijf op welke wijze er wordt gesignaleerd;
- 4** Kies voor een benadering die past bij de doelgroep;
- 5** Maak gebruik van vertrouwde personen om met ouderen in contact te komen;
- 6** Laat het niet bij signaleren alleen: zorg voor een vervolgstap indien nodig.