

Van 'voorzorg' naar 'voor zorg' En nu?

Een praatplaat om in gesprek te gaan over groter wordende zorgvragen

Gesprekstoel voor initiatiefnemers en partners

Een Voorzorgcirkel wordt 'uit voorzorg' opgezet. Er is op dat moment misschien nog geen grote vraag naar zorg, maar die kan op termijn wel ontstaan. Het is waardevol om op tijd met elkaar in gesprek te gaan over wat er mogelijk op je afkomt en hoe je elkaar daarin kunt ondersteunen. In deze praatplaat is er onderscheid gemaakt tussen de rol van buurtbewoners, mantelzorgers en professionals.

Deze praatplaat kan je op verschillende manieren gebruiken, bijvoorbeeld:

- **Bij de start van een Voorzorgcirkel**
- **Als je merkt dat de zorgvragen toenemen**
- **Als je merkt dat de draagkracht van de cirkel afneemt**

Hoe ontstaat een 'goed gesprek'?



Neem de tijd, dit helpt om beter te luisteren én te voelen.



Durf anders te kijken dan je gewend bent en sta open om het perspectief van de ander te zien.



Stem eerst af waarom een gesprek over dit onderwerp nodig is – zo geef je focus.



Laat iedereen aan tafel meepraten: buurtbewoners, mantelzorgers én professionals.



Zorg voor rust. Een fijne en bekende plek maakt de gesprekken makkelijker.

Hoe gebruik je de praatplaat?

1.

Gebruik de vragen op de achterkant als ingang om in gesprek te gaan. Ze zijn bedoeld als hulp, kies wat past.

2.

Denk samen na. Wat hoor je en valt je op? Wat betekent dit voor jezelf of voor de groep?

3.

Wat leer je van dit gesprek over je eigen rol, je kijk op zorg of hoe jullie 'als team' samenwerken?

4.

Bespreek vervolgstappen. Wat is nu belangrijk om te doen?



Wil je meer informatie en andere publicaties lezen? Scan dan de QR-code.

Dit product is ontwikkeld binnen het project 'Bewonersinitiatieven in de leefomgeving voor langer gezond thuis wonen door ouderen in Flevoland'. GGD Flevoland en Hogeschool Windesheim werkten hierin samen, met steun van ZonMw. De Almeerse initiatieven De BinnenHaven en de Voorzorgcirkels speelden een centrale rol.



Werkplaats Sociaal Domein Flevoland



ZonMw



Bewonersinitiatieven in Flevoland



hogeschool Windesheim
Dichter bij jou



Buurtbewoners

- Welke signalen zie jij soms bij buurtbewoners die misschien extra hulp nodig hebben?
- Wat heb jij nodig om op tijd hulp te kunnen vragen?
- Wat zou je graag geregeld willen hebben voor als de nodige ondersteuning te groot wordt voor de buurtbewoners?
- Wat kan jij betekenen – voor jezelf of iemand in je omgeving – als de nodige ondersteuning (te) zwaar wordt voor de mensen in de cirkel?



Mantelzorgers

- Zou jij als mantelzorger van een deelnemer bereikbaar willen zijn voor andere mensen binnen de cirkel?
- Hoe wil jij bereikbaar zijn voor professionals of buurtbewoners?
- Hoe zou jij als mantelzorger ondersteund willen worden door professionals of buurtbewoners?
- Weet je als mantelzorger waar je een beroep op kunt doen?

Bereikbaarheid

Voorzorgcirkels en grote zorgvragen

Hoe blijven we in balans als de zorgvraag in een Voorzorgcirkel groeit?

Signalering

Korte lijntjes



Professionals & organisaties

- Wat is jouw rol als professional in een Voorzorgcirkel?
- Hoe kun jij als professional of organisatie voorzien in de behoeften van bewoners en/of mantelzorgers?
- Wat heeft jouw organisatie te bieden?
- Hoe kan je ondersteuning bieden aan de leden van de Voorzorgcirkels, zonder hun eigenaarschap weg te nemen?
- Wat heb jij als professional of organisatie nodig om buurtbewoners en/of mantelzorgers te kunnen ondersteunen?
- Wat kan er gebeuren in de samenwerking tussen professionals en organisaties?

Ondersteuning