

Wat als thuis wonen niet meer mogelijk is?

**Brochure ter ondersteuning van de mantelzorger bij
opname van een naaste met dementie in een
woonzorgcentrum.**



Inhoudstafel

Inleiding

1. Wat kan ik doen ... (lang) voordat er sprake is van een opname in een woonzorgcentrum?

Tip: Maak (toekomstige) zorg bespreekbaar, bespreek tijdig ieders wensen

Tip: Weet waar advies en ondersteuning voor u als mantelzorger te vinden is

2. Wat kan ik doen ... ter voorbereiding van de overstap naar een woonzorgcentrum?

Tip: Een beslissing die u niet alleen maakt

Tip: Neem de tijd om u te oriënteren

Tip: Weet waar u op kan letten

3. Wat kan ik doen ... bij de overstap naar een woonzorgcentrum?

Tip: Gebruik de reeds eerder ingevulde checklists

Tip: Bereid uw naaste goed voor op de verhuizing

Tip: Begrijp de weerstand

4. Wat kan ik doen ... tijdens het verblijf?

Tip: Maak van de nieuwe woning een thuis

Tip: Ga op bezoek

5. Wat kan ik doen ... voor mezelf als mantelzorger?

Tip: Sta stil bij uw eigen gedachten en gevoelens bij de opname

6. Wat te doen bij een crisisopname?

Checklists

- Bijlage 1: Checklist 'Waarden en voorkeuren'
- Bijlage 2: Checklist 'Wat is in de dagprijs van een woonzorgcentrum inbegrepen?'
- Bijlage 3: Checklist 'Welke aspecten zijn voor ons belangrijk bij de keuze van een woonzorgcentrum?'
- Bijlage 4: Checklist 'Concrete aandachtspunten tijdens het kennismakings-/opnamegesprek in een woonzorgcentrum'
- Bijlage 5: Checklist 'Maak van de nieuwe woning een thuis: concrete aandachtspunten'
- Bijlage 6: Informatie over beschikbare plaatsen in Vlaamse woonzorgcentra

Bronnen

Meer informatie en contact

Inleiding

Op dit ogenblik leven naar schatting 122.000 mensen met dementie in Vlaanderen. 70 % van hen woont thuis, de woonplaats die ieders voorkeur geniet. De overgang naar residentiële zorg, oftewel een opname in een woonzorgcentrum, is een belangrijk moment in het leven van alle betrokkenen, zowel emotioneel als financieel. Velen wensen een opname bijgevolg zo lang mogelijk uit te stellen.

Onderzoek heeft een aantal risicofactoren tot opname in een zorginstelling aangetoond. Een zeer belangrijke factor is de mate waarin de mantelzorger van de persoon met dementie stress en draaglast ervaart. Ondanks de inzet van de mantelzorger en hulp van thuiszorgondersteunende diensten (thuiszorg, dagopvang, nachtopvang, kortverblijf, enz.), kunnen de voortdurende zorg, een onaangepaste omgeving en/of de graad van zorgbehoefte van de persoon met dementie, ertoe leiden dat thuis wonen geen haalbare kaart meer is.

Een opname is een ingrijpende gebeurtenis voor uw naaste met dementie. Maar zeker ook voor u en uw familie. Omschakelen van de vertrouwde naar een onbekende omgeving brengt veel onzekerheden met zich mee. Hoe plant u best een opname? Welke overwegingen dient u te maken? Hoe betreft u de persoon met dementie erbij? Hoe zal hij/zij reageren? Wat verandert er voor u nu u de zorg met anderen moet delen? Duidelijk is dat een goede voorbereiding van cruciaal belang is om weloverwogen keuzes te maken en de overstap naar een nieuwe leefomgeving vlot te laten verlopen.

Hoewel het maatwerk blijft, tracht deze brochure u als mantelzorger en uw naaste met dementie tips mee te geven om een opname in een woonzorgcentrum zoveel als mogelijk naar ieders wensen te laten verlopen. Deze tips zijn te vinden in 5 hoofdstukken, die als fasen in het keuzeprocess opgevat zijn:

1. Wat kan ik doen ... (lang) voordat er sprake is van een opname in een woonzorgcentrum?
2. Wat kan ik doen ... ter voorbereiding van de overstap naar een woonzorgcentrum?
3. Wat kan ik doen ... bij de overstap naar een woonzorgcentrum?
4. Wat kan ik doen ... tijdens het verblijf?
5. Wat kan ik doen ... voor mezelf als mantelzorger?
6. Wat te doen bij een crisisopname?

De checklists, achteraan deze brochure, bieden u daarnaast handvatten om een eventuele opname van uw naaste met dementie bespreekbaar te maken. Deze brochure wil u helpen om, samen met uw naaste met dementie en uw familie, keuzes te maken en beslissingen te nemen.

1. Wat kan ik doen ... (lang) voordat er sprake is van een opname in een woonzorgcentrum?

Tip: Maak (toekomstige) zorg bespreekbaar, bespreek tijdig ieders wensen

Wanneer u nadenkt over de zorg die u later nodig heeft, rekening houdend met uw voorkeuren en wensen, en u dit bespreekt met uw naasten (en hulpverleners), dan doet u aan 'vroegtijdige zorgplanning'. Door tijdig te bespreken hoe u zorg ziet en wat u belangrijk vindt, maakt u het gemakkelijker om later beslissingen te nemen en samen voor u of uw naaste(n) te zorgen.

Voorbeelden van vroegtijdige zorgplanning zijn:

- U praat met uw huisarts over wat u belangrijk vindt, wat u wil en wat u verwacht;
- U duidt een vertegenwoordiger aan en u bespreekt uw wensen met hem of haar;
- U maakt wilsverklaringen op. Dat zijn documenten waarin u verklaart welke zorg en behandeling u (niet) wil als u zelf niet meer kan beslissen;
- ...

Met elkaar bespreken wat kan gebeuren als de zorg in de thuissituatie op een bepaald ogenblik niet meer haalbaar is, is eveneens een voorbeeld van vroegtijdige zorgplanning. Wat als een opname in een woonzorgcentrum zich opdringt? Welke woonzorgcentra genieten dan uw voorkeur? Waarom?

Iedereen kan aan vroegtijdige zorgplanning doen: jong en oud, gezond, ziek of zorgbehoevend. Vroegtijdige zorgplanning is nooit af, bouwt op en verandert doorheen de tijd.

Expertisecentrum Dementie Contact realiseerde 'Mijn belevingswijzer'. Dit document is een richtingaanwijzer van iemands beleving. Iedere persoon is immers uniek en heeft een eigen, specifieke beleving. Wie en wat is belangrijk in uw leven? Wat zijn uw voor- en afkeuren? Welke gewoonten en gebruiken hanteert u meestal? Hoe wilt u bejegend worden? Hoe en waar wilt u later verzorgd worden? Waarmee moeten de zorg- en hulpverleners rekening houden als zij u verzorgen? Al deze antwoorden en nog veel meer kunnen ingevuld worden in dit document.

Stel dat u op een bepaald moment niet meer in staat bent om zelf uw wensen te formuleren voor uw verzorging dan kan u op voorhand in deze wijzer toestemming geven aan uw mantelzorger(s), zorg- en hulpverleners om deze belevingswijzer te raadplegen. Zo kunnen zij voortdurend rekening houden met uw persoonlijke behoeften, mogelijkheden en voorkeuren. Bespreek dit ook met uw familieleden/vertrouwenspersonen zodat zij later uw wensen kunnen respecteren. Hoe beter zij zich kunnen inleven in uw levenservaringen, hoe gemakkelijker zij persoonsgerichte en belevingsgerichte zorg op maat kunnen aanbieden. Op deze manier kunnen zij geborgenheid bieden, 'zinvolle' contacten met u hebben en leuke activiteiten mogelijk maken. U kan [hier](#) de belevingswijzer terugvinden.

Vragen? Meer info over vroegtijdige zorgplanning krijgt u bij:

- uw (huis)arts

- uw maatschappelijk werker
- uw vertrouwde hulpverlener
- [Brochure “Wegwijs in voorafgaande zorgplanning”](#)

Tip: Weet waar advies en ondersteuning voor u als mantelzorgers te vinden is

In Limburg bieden heel wat organisaties informatie, advies en ondersteuning aan aan mantelzorgers van mensen met dementie. Het aanbod van informatie en advies, begeleiding, toelichtingen, lotgenotencontacten, etc. is te vinden in de verwijsgids dementie Limburg, die u [hier](#) kan vinden.

2. Wat kan ik doen ... ter voorbereiding van de overstap naar een woonzorgcentrum?

Tip: Een beslissing die u niet alleen maakt

Het is mooi als u en uw familieleden hetzelfde denken over een eventuele opname van uw naaste met dementie. U voelt zich dan gesteund bij deze moeilijke beslissing. Helaas komt het ook voor dat niet alle naasten niet op een zelfde manier kijken naar nodige zorg. Kinderen kunnen bijvoorbeeld de situatie onhoudbaar vinden en op een opname aandringen. Terwijl de verzorgende partner juist steun bij hen zoekt voor het voortzetten van de verzorging thuis. Andersom ziet de naaste omgeving vaak niet waarom het thuis spaak loopt. Zij zeggen bijvoorbeeld: “Als u wat rustiger zou reageren op zijn verwarde buien, zou hij nog best thuis kunnen blijven”. U krijgt dan het advies door te blijven gaan met de verzorging, ook al kunt u dit nu juist niet meer opbrengen. Het is belangrijk er over te praten met alle betrokkenen. Maak een afspraak met iedereen, vraag eventueel een zorgoverleg aan (www.listel.be) en bespreek al deze punten met elkaar.

Tips voor een goed familiegesprek

- Spreek een tijdsduur af. Zorg dat er genoeg tijd is, bijvoorbeeld anderhalf of twee uur
- Luister naar wat anderen te zeggen hebben. Probeer u te verplaatsen in hun standpunt, ook al bent u het er niet mee eens
- Luister actief; uw lichaamstaal speelt een belangrijke rol in gesprekken
- Stel ook vragen aan de ander(en), bijvoorbeeld: ‘Hoe heb jij dat ervaren?’ of ‘Wat vind jij ervan?’
- Zorg dat iedereen aan het eind van het gesprek alles gezegd heeft wat hij of zij wilde zeggen. Is dat niet zo, plan dan een moment om verder te praten. Soms komt u tot betere resultaten als u een onderwerp even hebt laten liggen.

Belangrijk is dit ook steeds te bespreken met de betrokkene. Houd er rekening mee dat dit niet altijd mogelijk is in groep. Bij een individueel gesprek of in een beperkt gezelschap is het voor de persoon met dementie gemakkelijker om zijn aandacht bij het gesprek te houden. Ga na wat jouw waarden en voorkeuren zijn en bekijk kritisch of deze overeenkomen met de

waarden en voorkeuren van de persoon die opgenomen zal worden. Ga na welk woonzorgcentrum hier het best bij aanleunt.

Checklist van waarden en voorkeuren. [Zie bijlage 1.](#)

Tip: Neem de tijd om u te oriënteren

De keuze maken van een nieuwe woon- en leefomgeving voor uw naaste met dementie vraagt heel wat tijd en energie. Twee zaken die niet evident zijn in de zorg voor personen met dementie. Dergelijke beslissing wordt bijgevolg vaak voor zich uitgeschoven. Om crisisbeslissingen en onnodige ziekenhuisopnames te voorkomen, is het ten zeerste aangeraden om vroeger – op een moment dat een opname nog niet aan de orde is – op zoek te gaan naar een mogelijke nieuwe thuis voor de betrokkene. Dit is als het ware een voorzorgsmaatregel en geeft een antwoord op de vraag ‘wat als er mij, hem of haar iets overkomt?’. Het tijdig inschrijven van de persoon met dementie (en partner) op de wachtlijst van één of meerdere woonzorgcentra die uw voorkeur genieten, zorgt er immers voor dat de zorg voor de betrokkene(n) voortgezet kan worden, ook in geval van crisis.



Tip: Weet waar u op kan letten

Een woonzorgcentrum biedt permanente opvang en verzorging aan 65-plussers die niet meer thuis kunnen wonen. Naast een permanente verblijfplaats wordt huishoudelijke hulp, hulp bij dagdagelijkse taken, tot (lichaams-)verzorging en verpleging geboden.

Alle woonzorgcentra in Vlaanderen zijn erkend door het Agentschap Zorg en Gezondheid. Ze moeten voldoen aan erkenningsvoorwaarden en -normen, moeten een erkenning aanvragen en krijgen periodiek inspectie over de vloer. De woonzorgcentra meten ook bepaalde onderdelen van hun dienstverlening met kwaliteitsindicatoren. Er bestaan echter heel wat verschillen tussen de erkende woonzorgcentra, zowel wat de faciliteiten als wat de (dag)prijzen betreft.

Wat is in de dagprijs van een woonzorgcentrum inbegrepen? [Zie bijlage 2](#).

Stilstaan bij de financiële aspecten is een belangrijk gegeven. Tijdig de financiële situatie bespreken (Wat is het beschikbare budget? Is de opname financieel haalbaar? Wat als dat niet zo is? ...) en afspraken maken binnen de familie (Wie beheert de gelden? Wie is de aanspreekpersoon voor het woonzorgcentrum wanneer het om het financiële gaat? ..) zorgt voor duidelijkheid en zekerheid. Voor specifieke vragen over mogelijke tussenkomsten en tegemoetkomingen kan u ten rade bij de sociale dienst van het OCMW (van de woonplaats van de betrokkene). Voor advies over juridische aspecten (bijvoorbeeld beheer van onroerend goed) neemt u best contact op met een notaris.

Elk woonzorgcentrum heeft een eigen visie, een eigen aanbod, grootte, sfeer, etc. Ga na wat de voor- en nadelen zijn, welke omgeving uw voorkeur geniet. Een geschikt woonzorgcentrum sluit immers aan bij de wensen en (zorg)behoeften van uw naaste maar ook bij die van uzelf. Besef wel dat geen enkel woonzorgcentrum aan al uw wensen en behoeften kan voldoen. Laat uw keuze vooral bepalen door de domeinen / onderdelen van checklist 1 die u, samen met uw naaste met dementie, de hoogste scores gaf. Houd daarnaast ook rekening met de praktische aspecten in een woonzorgcentrum ([Zie bijlage 3](#)) om uw keuze(s) te bepalen.

Bezoek enkele woonzorgcentra vooraf. Ga een kijkje nemen, een koffie drinken, een kennis bezoeken. Betrek de persoon met dementie hierbij. Dit is niet altijd gemakkelijk maar het loont de moeite, u opent het gesprek en ziet hoe hij/zij reageert op deze omgeving.

Beslist u over te gaan tot een kennismakings-/ opnamegesprek, besef dan dat dit een emotioneel moment kan zijn. Omdat u dan gevraagd wordt naar de achtergrond van uw naaste met dementie, is het verstandig van te voren wat dingen op te schrijven.

Mogelijke aandachtspunten tijdens het kennismakingsgesprek in een woonzorgcentrum. [Zie bijlage 4](#).

3. Wat kan ik doen ... bij de overstap naar een woonzorgcentrum?

Tip: Gebruik de reeds eerder ingevulde checklists

Indien het moment is aangebroken dat de overstap naar het woonzorgcentrum noodzakelijk is, gebruik dan zeker uw reeds eerder ingevulde checklists. Zo neemt u een meer overwogen beslissing in het belang van de goede zorg voor uw naaste en vermijdt u het opduiken van schuldgevoelens.

Tip: Bereid uw naaste goed voor op de verhuizing

Veel mensen zitten met de vraag hoe zij hun naaste met dementie moeten voorbereiden op een opname in een woonzorgcentrum. Moet/kan erover gepraat worden of is het beter om erover te zwijgen?

Tal van redenen om de persoon met dementie erbuiten te laten, kunnen opgesomd worden: 'hij/zij begrijpt het toch niet', 'hij/zij is het straks toch weer vergeten', 'hij/zij wordt er alleen maar onrustig van', 'hij/zij zal er verdriet van hebben', 'hij/zij zal boos op ons worden', ... We besluiten ook soms te snel dat een persoon met dementie geen keuzebekwaamheid of wilsvrijheid meer heeft. In het rechtssysteem is een persoon wilsbekwaam of niet wilsbekwaam, maar de psychologische werkelijkheid is veel complexer.

Het betrekken van een persoon met dementie in het beslissingsproces is zeer belangrijk. De mate van betrokkenheid kan uiteraard verschillend zijn naargelang de fase van het dementieproces waarin hij/zij zich bevindt. Echter, welke de fase ook is, het geven van informatie (aangepast aan zijn/haar mogelijkheden) is essentieel. Ook al vermoedt u dat de persoon in kwestie de boodschap niet goed begrijpt, dan nog is het aangesproken worden op zich van belang voor het zelfwaardegevoel.

Daarnaast wordt aangenomen dat voor het nemen van beslissingen het geheugen slechts een relatieve invloed heeft. Denk maar aan de moeilijke beslissingen die u zelf soms moet nemen. Eerder dan het geheugen is het vaak een aanvoelen of zijn het andere aspecten die bepalend zijn.

Probeer zo duidelijk mogelijk uit te leggen hoe de opname zal verlopen. Dit is niet eenvoudig als uw naaste opstandig reageert. Vertel hem/haar dan dat u het graag anders had gewild en dat de beslissing u ook boos en verdrietig maakt.

Moeilijke beslissingen vragen tijd en dialoog. Als er de tijd voor genomen wordt en u herhaaldelijk praat met de betrokkene, dan is het niet uitgesloten dat u op een bepaald ogenblik tot een gezamenlijke beslissing komt. Zelfs indien de persoon met dementie zich blijft verzetten en u op een bepaald ogenblik toch een moeilijke beslissing moet nemen, dan hebt u het toch geprobeerd. Bedenk steeds: 'Mocht ik de persoon met dementie zijn, hoe zou ik zelf willen dat dit proces met mij verloopt?'.



Tip: begrijp de weerstand

Moeten nadenken over een verhuis naar een woonzorgcentrum is vaak moeilijk voor alle betrokkenen. Verwarring, angst, onbegrip en weerstand zijn emoties die in de periode vóór de verhuis vaak voorkomen.

Uw naaste kan zich om verschillende redenen verzetten of negatief uitlaten over een verhuizing naar een woonzorgcentrum:

- Hij/zij vindt dat er (nog) niks aan de hand is
- Hij/zij wil de oude, vertrouwde omgeving niet verlaten
- Hij/zij heeft een negatief beeld van woonzorgcentra in het algemeen, of van het woonzorgcentrum waarnaar hij/zij gaat verhuizen
- Hij/zij is bang om de regie over zijn/haar leven te verliezen
- ...

Ook u als mantelzorger kan twijfelen door:

- Angst voor eenzaamheid na de opname van de persoon met dementie in het woonzorgcentrum
- Schuldgevoelens en het gevoel niet genoeg te hebben gedaan voor uw naaste
- Een negatief beeld van een woonzorgcentrum
- Een verschil van mening in de familie over de opname
- ...

Besef dat negatieve gevoelens en weerstand tegen verhuizen meestal voortkomen uit angst voor het onbekende. Het is begrijpelijk dat u uw naaste met dementie niet wilt belasten met gesprekken over het moment van verhuizen, maar probeer er toch over te praten, zodat hij/zij gaat begrijpen waarom het beter is dat hij/zij naar een omgeving gaat waar voortdurend goede zorg beschikbaar is. Kies een rustig moment en een rustige plaats uit om dit gesprek met uw naaste met dementie aan te gaan. Zorg ervoor dat u niet gestoord en uw naaste niet afgeleid wordt. Maak er geen groot drama van, probeer te tonen dat jullie er samen door moeten. Reageert uw naaste afwijzend, boos of agressief, laat het dan even rusten en probeer later nog eens.

Wat kan ik doen ... tijdens het verblijf?

Tip: Maak van de nieuwe woning een thuis

Het is belangrijk dat de persoon met dementie zich veilig voelt in zijn/haar nieuwe woonomgeving. Het helpt als de inrichting van de nieuwe kamer lijkt op de inrichting van de vorige woning. Bespreek daarom welke spullen er mee verhuizen en probeer dit van tevoren te regelen. Als uw naaste bij binnenkomst vertrouwde spulletjes ziet, zoals zijn/haar favoriete stoel, foto's of een schilderij, zal hij/zij zich sneller op het gemak voelen.

Ook goed afscheid nemen van het oude vertrouwde huis is van groot belang. Sta er even bij stil op het moment dat jullie samen het huis verlaten: 'Kijk nog maar even rond. Je hebt hier veertig jaar gewoond en een fijne tijd gehad. Nu ga je ergens wonen waar er goed voor je gezorgd wordt.

Concrete aandachtspunten om van de nieuwe woning een thuis te maken. [Zie bijlage 5.](#)



Tip: Ga op bezoek

Voor veel mensen met dementie is de eerste periode na de opname lastig. Het is wennen aan een nieuwe omgeving, andere gewoontes, het ontbreken van de partner en/of familie(lid). Deze gewenningsperiode duurt voor de persoon die verhuisd is, gemiddeld 6 weken. Bij het bezoeken van uw naaste ervaart u als mantelzorgers mogelijk een dilemma: "Moet ik nu langer blijven, mijn naaste vaker mee naar huis nemen of juist wegblijven?". Dat laatste wordt vaak ingegeven omdat het afscheid nemen emotioneel kan zijn. De persoon met dementie voelt zich onveilig of onprettig als u vertrekt. Hier is geen eenduidig advies te geven. Probeer structuur te brengen in uw afscheid door steeds op dezelfde manier afscheid te nemen (een kus, een hand, een schouderklop,..). Blijf uw gevoel volgen en bespreek de mogelijkheden met het verzorgend personeel.

Op bezoek gaan en samen activiteiten ondernemen, kan voor u beiden aangenaam zijn. Uw aanwezigheid hoeft niet te betekenen dat u altijd een gesprek gaande moet houden.

Gewoon samen zitten, wat lezen of fruit klaarmaken kan al prettig zijn. En gaat praten niet meer zo goed? Dan is een zoen of een arm al heel veelzeggend.

Als uw naaste u niet meer herkent, twijfelt u misschien aan de zin van uw bezoek. Houd echter voor ogen dat als hij/zij uw naam niet meer weet of geen blijk van herkenning geeft, hij/zij uw bezoek toch als waardevol kan ervaren. En ook al lijkt het van niet, vaak herkent uw naaste wel het vertrouwde stemgeluid, een bepaalde geur of een aanraking.



Inspiratie kan u vinden in het boek 'Op bezoek bij een dierbare met dementie' van Annie Kramer en Marcelle Mulder.

Zoek het echter niet te ver, ga uit van een reeds eerder ingevulde [belevingswijzer](#) of het levensverhaal. Speel in op vroegere interesses of ontdek samen nieuwe dingen. Behoud waar mogelijk de rol van de persoon en ga na waar hij/zij op dat moment nood aan heeft en/of van geniet. Denk eraan: structuur biedt rust.

Tracht met de betrokken familieleden en andere naasten goede afspraken te maken over het bezoek. Wie gaat wanneer op bezoek? Wie doet de was?, .. Maak mogelijks een beurtroelsysteem. Behoedt u wel voor beloften die u moeilijk kan naleven om geen valse verwachtingen op te wekken bij uw naaste met dementie.

4. Wat kan ik doen ... voor mezelf als mantelzorger?

Tip: Sta stil bij uw eigen gedachten en gevoelens bij de opname

Een opname is voor zowel de persoon met dementie als voor u als naaste een emotioneel proces. Het is een moment van afscheid nemen, dat gepaard kan gaan met rouwgevoelens. Naast een stukje opluchting ervaren mantelzorgers vaak ook schuldgevoelens en vinden ze dat ze tekortschieten. Vragen als “Heb ik het wel goed gedaan?, Was het niet te vroeg?, Kon hij/zij toch niet langer thuis blijven wonen als ik...?” zijn zeker niet ongewoon. Praten over deze gevoelens kan u helpen ermee om te gaan. Dat kan bijvoorbeeld met familie, vrienden, maar ook met de huisarts of een andere hulpverlener.

Vindt u het moeilijk de zorg over te dragen aan het personeel van het woonzorgcentrum? Ga dan ook met hen in gesprek en maak afspraken over uw betrokkenheid als mantelzorger. U kan bijvoorbeeld voorstellen op bepaalde tijdstippen aanwezig te zijn en te helpen met eten geven. Met goede afspraken zorgt u er samen voor dat uw naaste het zo goed mogelijk naar zijn zin krijgt in zijn nieuwe omgeving.

Het is normaal dat de persoon met dementie de eerste tijd moet wennen. Meestal gaat men na een gewenningsperiode (van gemiddeld 6 weken) weer beter functioneren. U ervaart dat de kwaliteit van leven opnieuw vooruit gaat en bent opgelucht.

Meestal bespreekt u met het multidisciplinaire team na een zestal weken hoe het verblijf van uw naaste verloopt. Het is goed om dit moment voor te bereiden zodat u voor uzelf alle punten die u wilt noemen op een rijtje hebt. Voor een goede verzorging van de betrokkene is een goed contact tussen u en het verzorgend personeel heel waardevol.

Blijft u toch met vragen of zelfs met klachten zitten, probeer dan de dialoog te blijven aangaan. Vraag na wat de klachtenprocedure van het woonzorgcentrum inhoudt en bij wie u terecht kan. Ook de Woonzorglijn kan u inschakelen: 078 15 25 25.

5. Wat te doen bij een crisisopname?

Het is niet altijd mogelijk om een opname goed voor te bereiden. Door een onverwacht voorval of plotse achteruitgang in het dementieproces kan een opname noodzakelijk zijn. Hierbij hebben de betrokkenen vaak weinig keuze en moet men ingaan op het aanbod van het woonzorgcentrum dat op dat moment een kamer vrij heeft.

Wees u ervan bewust dat het soms niet anders kan en uzelf hier geen schuld aan treft. De persoon met dementie heeft er immers het meeste baat bij als u ook in deze situatie rust kan uitstralen.

Neem de beslissingen die er moeten genomen worden steeds met een open blik. Ga na wat u kan doen om de opname alsnog zo vlot mogelijk te laten verlopen. Heb daarbij zeker aandacht voor de ondersteunende tips bij punten 3 en 4 in deze brochure.

Eventueel kan op een later tijdstip overwogen worden uit te kijken naar een woonzorgcentrum dat beter aansluit bij de waarden en voorkeuren van de betrokkenen. Een nieuwe verhuis voor een persoon met dementie is echter geen ideaal gegeven.

Checklists

Op basis van de info die u in alle volgende checklists vergaart, kan u, samen met uw naaste met dementie, beslissen naar welk woonzorgcentrum/welke woonzorgcentra uw voorkeur uitgaat. Neem contact op met de opnameverantwoordelijke van deze organisatie(s).

Een contactenlijst van de Limburgse woonzorgcentra kan u terugvinden in de Verwijsgids Dementie Limburg (<http://www.dementie.be/ecdcontact/zorgaanbod-in-limburg/verwijsgids-dementie-limburg/>) en <https://www.zorg-en-gezondheid.be/woonzorgcentra>.

Bijlage 1: Checklist 'Waarden en voorkeuren'

In deze checklist kunnen u en (indien mogelijk) uw naaste met dementie aankruisen hoeveel belang u hecht aan onderstaande waarden. Ga na of uw waarden samenvallen met die van uw naaste met dementie en of u deze waarden en voorkeuren terugvindt in een woonzorgcentrum.

- 5 = zeer belangrijk
- 4 = belangrijk
- 3 = minder belangrijk
- 2 = niet belangrijk
- 1 = liever niet
- 0 = zeker niet

	Persoon met dementie						U als mantelzorg					
	5	4	3	2	1	0	5	4	3	2	1	0
AUTONOMIE												
Mijn zelfwaarde												
Zelf beslissingen kunnen nemen												
Mezelf kunnen zijn												
Inspraak hebben												
Keuzemogelijkheden krijgen												
Contact met familie hebben												
Privacy hebben												
Telefonisch contact												
Zelf contacten leggen												
Contact met lotgenoten												
Eigen spullen												
Eigen beheer van geld												
Zicht hebben op in medische toestand en medicatiegebruik												
Uitslapen												
Mijn dag indelen zoals ik het wil												
Mijn toekomst												
Vroegtijdige zorgplanning												
Zelfstandigheid												
Mijn eigen plek												
Geïnformeerd worden												
Zorg op maat												
EMOTIONELE WAARDEN												
Mijn eigen gevoelens												
Herinneringen												
Vertrouwdheid												
Waardering												
Gemoedstoestand												

	Persoon met dementie						U als mantelzorger					
	5	4	3	2	1	0	5	4	3	2	1	0
Alleen zijn												
Een luisterend oor krijgen												
Respect												
Zekerheid en houvast												
Mensen om me heen												
VERZORGING												
Er goed uit zien												
Hygiëne												
Lichaamsverzorging												
Kleding												
Mogelijkheid om hulpmiddelen te gebruiken												
Lekker eten												
Veiligheid												
TIJDSBESTEDING												
Interesses												
Bijleren												
Bewegen												
Actief bezig zijn												
Op vakantie /uitstap gaan												
Uitdagingen krijgen												
Buiten zijn												
Bezoek krijgen												
Contact met dieren												
Aandacht voor gewoontes en rituelen												
Hulp kunnen bieden												
Hulp kunnen krijgen												
Ontspannende activiteiten												
ANDERE												

Bijlage 2: Checklist ‘Wat is in de dagprijs van een woonzorgcentrum inbegrepen?’

Deze kosten zijn verplicht inbegrepen in de dagprijs van een woonzorgcentrum:

- de woongelegenheid met bijhorende infrastructuur:
 - o een bed (volledig uitgerust),
 - o hang- en legkast,
 - o nachtkastje,
 - o tafel,
 - o stoel en leunstoel,
 - o een wastafel met stromend warm en koud water,
 - o een oproepsysteem,
 - o verwarming,
 - o als sanitair, koelkast of kamersleutel aanwezig zijn, zijn ze vervat in de dagprijs;
 - o alle inrichtingskosten van de kamer;
 - o wand- en vloerbekleding,
 - o schilderwerken,
 - o gordijnen,
 - o alle andere inrichtingskosten van de kamer;
- gebruik van gemeenschappelijke ruimten
- de verpleging en verzorging;
- de gewone animatie;
- incontinentie- en ander verzorgingsmateriaal dat in de tegemoetkomingen van het RIZIV inbegrepen is, zoals ontsmettingsmiddelen, verbanden, steriele compressen, en injectiemateriaal;
- de voeding, ook de door een arts voorgeschreven dieetvoeding;
- onderhoud en herstel van gebouw en tuin;
- dagelijks onderhoud, zowel van individuele als collectieve vertrekken, inclusief het reinigen en verversen van het bedlinnen;
- het energieverbruik, bv. van de koelkast of tv.
- opslaan en verwijderen van huisvuil;
- de verzekering tegen brand en burgerlijke aansprakelijkheid;
- alle administratieve kosten, belastingen en taksen die verband houden met het verblijf.

Deze kosten mag een woonzorgcentrum aanrekenen als supplement bovenop zijn dagprijs:

- sondevoeding: het surplus op de gebruikelijke voedingskost, na aftrek van de door het RIZIV terugbetaalde tegemoetkoming;
- dokterskosten, paramedische kosten en medicatie;
- kapper;
- abonnement op kabeldistributie;
- telefoonkosten;
- reiniging van persoonlijke kleding;

- kamerbediening (buiten medische redenen).

De gefactureerde supplementen moeten uitdrukkelijk in de overeenkomst tussen de bewoner en het woonzorgcentrum vermeld staan.

Bijlage 3: Checklist ‘Welke aspecten zijn voor ons belangrijk bij de keuze van een woonzorgcentrum?’

In deze checklist kunnen u en (indien mogelijk) uw naaste met dementie aankruisen welke aspecten belangrijk zijn bij de keuze van een WZC.

- 5 = zeer belangrijk
- 4= belangrijk
- 3= minder belangrijk
- 2= niet belangrijk
- 1= liever niet
- 0= zeker niet

	Persoon met dementie						U als mantelzorger					
	5	4	3	2	1	0	5	4	3	2	1	0
De zorgorganisatie heeft een duidelijke visie over de zorg voor de bewoners met dementie												
De familie wordt betrokken in de zorg ('partner in de zorg')												
De visie is religieus geïnspireerd												
De zorgorganisatie heeft een fixatie-arm beleid												
Bewoners met dementie wonen samen												
Autonomie en vrijheid												
Veiligheid primeert op bewegingsvrijheid												
Nood aan privacy												
De bewoner verblijft altijd op dezelfde kamer												
Het is een open huis												
Er wordt een vertrouwenspersoon aangewezen												
In het belang van de zorg												
Permanent toezicht												
24/24 bereikbaar voor familie												
Een afzonderlijke afdeling voor personen met dementie												
Een gemeenschappelijke ruimte												
Mogelijkheid om op de kamer te blijven												
Extra beveiliging voor wegglopedrag												
Aanwezigheid van dieren												
Animatie en aangepaste												

activiteiten													
Zelfstandig naar buiten kunnen gaan													

Onderstaande opsomming bevat daarnaast nog bijkomende aspecten om over na te denken:

- Welke omgevingsfactoren vinden de persoon met dementie en u belangrijk?
 - Landelijke omgeving: veel groen, rust, ...
 - Stadsomgeving: winkels in de nabijheid, drukte op straat, ...
 - Openbaar vervoer in de omgeving
 - Gemakkelijk bereikbaar met de auto en parkeergelegenheid
 - In de eigen gemeente blijven
 - Dichtbij een ziekenhuis
 - In de nabijheid van de vertrouwde huisarts
 - In de omgeving van familie, kennissen, ...
 - Een wandelomgeving met voetpaden en beveiligde oversteekplaatsen
 - ...

- Welke architectonische aspecten vinden de persoon met dementie en u belangrijk?
 - Nieuwbouw
 - Veel licht
 - Kleinschalig (weinig bewoners)
 - Grootschalig (veel bewoners)
 - Afmeting van de kamer
 - Badkamer
 - Douche op de kamer
 - Eigen meubilair
 - Gezellige leefruimte
 - ...

- Welke diensten moeten aanwezig zijn voor u en de persoon met dementie?
 - Wasserij
 - Pedicure
 - Kapsalon
 - Keuken en restaurant
 - Psychiater – tandarts – psycholoog – ergotherapeut – animatie
 - Referentiepersoon dementie
 - vrijwilligers
 - Technische dienst
 - Bemande receptie
 - Huiskrantje
 - Aanwezigheid van dieren
 - ...

- Welke ruimtes moeten aanwezig zijn voor u en de persoon met dementie?
 - Cafetaria
 - Winkeltje
 - Toegankelijke tuin
 - Beschut terras in tuin
 - Gebedsruimte of stille ruimte
 - Aparte ruimte om familie te ontvangen
 - Rookzaal
 - ...

- Welke aspecten vinden de persoon met dementie en u belangrijk in de woon- en slaapkamer?
 - Hoog/laag bed
 - Standaardmeubilair
 - Eigen meubilair kunnen meebrengen
 - Een combinatie van eigen meubels en standaardmeubels
 - Aanwezigheid van televisie en telefoon
 - Gemakkelijk hanteerbaar oproepsysteem
 - Rookdetectoren
 - Voldoende ruimte voor rolstoelgebruik
 - Eigen wasgelegenheid, douche en toilet met hulpmiddelen (handgrepen)
 - Verlichtingspunten
 - Ramen die open kunnen
 - Airconditioning
 - De kamer mogen aankleden naar believen (gordijnen, kaders, verven, ...)
 - Kleine frigo
 - ...

- Hoe ziet u uw eigen betrokkenheid?
 - Op bezoek kunnen komen zonder beperkingen
 - Persoon met dementie kunnen meenemen buiten de instelling
 - Vragen kunnen stellen, kunnen overleggen met zorgteam en ander personeel
 - Mee beslissen (familieraad, aanwezigheid op bewonersbespreking, ...)
 - Mee zorg dragen (eten geven, wassen, ...)
 - Vrij deelnemen aan activiteiten
 - Geïnformeerd worden over het instellingsgebeuren
 - Vrijwilligerswerk
 - ...

Bijlage 4: Checklist 'Concrete aandachtspunten tijdens het kennismakings- /opnamegesprek in een woonzorgcentrum'

- Neem checklists 1 en 3 mee en bevrage zeker de domeinen die voor jou en/of je naast met dementie belangrijk zijn (de hoogste scores van de checklists).
- Houd daarnaast de ingevulde [belevingswijzer](#) bij de hand ter inspiratie.
- Vraag naar de visie van het huis. Heeft men een specifieke visie over de zorg voor de bewoners met dementie? Bedenk of u hier als mantelzorger kan achterstaan?
- Bedenk hoe u als mantelzorger betrokken wil blijven in de zorg voor uw naaste. Zou u graag op bezoek kunnen komen zonder beperkingen, zou u graag uw naaste kunnen meenemen buiten het woonzorgcentrum, zou u graag mee zorg dragen (eten geven, wassen, ..), zou u graag inzage hebben in het zorgdossier en vragen kunnen stellen, kunnen overleggen met het zorgteam, etc? Bevrage de mogelijkheden.
- Bij wie kan u terecht met vragen, met eventuele klachten?
- Is er een referentiepersoon dementie werkzaam in het woonzorgcentrum? Wat is zijn/haar taak?
- Als u uw naaste inschrijft op de wachtlijst, mag u eventueel weigeren als er een plek vrijkomt? Hoe vaak kan dat en betekent dat een wijziging in de volgorde?
- Op welke afdeling zou uw naaste met dementie verblijven? Kan u daar reeds een kijkje gaan nemen?
- Is er een vaste dagindeling? Is er een aangepast activiteiten aanbod voor bewoners met dementie (vrij of verplicht)?
- Welke voorzieningen biedt het woonzorgcentrum? Wordt de was centraal gedaan of doet de familie de was? Is een kapster en/of pedicure aanwezig? Etc.
- Wat is standaard in de kamers voorzien? Is er ruimte voor eigen meubels? Kan aan de inrichting gewijzigd worden?
- Welke zijn de kosten die een opname met zich meebrengt? Wat zit in de dagprijs, wat zijn supplementaire kosten?
- ...

Bijlage 5: Checklist 'Maak van de nieuwe woning een thuis: concrete aandachtspunten'

- Informeer het verzorgend personeel over belangrijke aspecten, zoals het medicijngebruik en de persoonlijke verzorging. Zet dit ook op papier voor hen. Neem op de dag van de opname in ieder geval de medicijnen mee die de betrokkene op dat moment gebruikt en geef door of er een bepaald dieet gevolgd moet worden.
- Maak de [belevingswijzer](#) op en geef deze aan de zorg- en hulpverleners van het woonzorgcentrum zodat zij op een persoonsgerichte en belevingsgerichte manier kunnen omgaan met uw naaste met dementie.
- Stel een album samen met foto's die u (als mogelijk samen met de persoon met dementie) hebt uitgezocht. Maak onder meer foto's van de oude woning en belangrijke plekken van de woonomgeving. Schrijf erbij om welke mensen en gebeurtenissen het gaat.
- Maak een afspraak met een familielid of vriend om op de dag van de opname met u mee te gaan. U kan ongetwijfeld zelf ook wat steun of een luisterend oor gebruiken. Daarnaast rijdt u beter niet zelf met de wagen.
- Vraag aan het verzorgend personeel of u hen 's avonds nog even mag telefoneren. Zo bent u op de hoogte en kan u rustiger de nacht ingaan.
- Zoek spulletjes uit waaraan de persoon gehecht is of veel plezier aan beleeft.
- Merk spullen met een naam of code.
- Maak een keuze van muziek die de betrokkene graag hoort. Dit kan het vertrouwen verhogen. Behoudt indien mogelijk de vertrouwde radio.
- Maak een verjaardagskalender (verjaardagen, huwelijksdagen van kinderen, familie,...).
- Maak een adressenboekje met telefoonnummers van kinderen, familie, vrienden,...

Bijlage 6: Informatie over beschikbare plaatsen in Vlaamse woonzorgcentra

Wie een plekje zoekt in een woonzorgcentrum of assistentiewoning, of wil investeren in een assistentiewoning, kan sedert 2014 terecht op www.woonzorgweb.be. Sinds de lancering werd de website al 1,5 miljoen keer bezocht en werden meer dan 26.000 rechtstreekse aanvragen verstuurd. Daarom voegden initiatiefnemers Tim Mertens en Bart Noppen een nieuwe functionaliteit toe. Via de melding 'onmiddellijk beschikbaar' zie je meteen waar er vrije kamers of flats zijn.

Bronnen:

- <https://dementie.nl/informatie-en-tips/impact-opname-verpleeghuis-op-mensen-met-dementie>
- Keuzewijzer tussen thuiszorg en residentiële zorg, Bart Deltour
- Tips ter voorbereiding op een definitieve opname, Alzheimer Nederland
- Als thuiswonen niet meer gaat, Alzheimerassistent.nl
- www.home-info.be
- Het woonzorgcentrum in de 21e eeuw: een gezellige woonomgeving, zorg incl., Koning Boudewijnstichting
- Is psycho-education a smart tool to tackle dementia? J. Verschraegen et al. (2017)
- Zal ik nog zijn wie ik ben? Personen met dementie beslissen mee. R. Vanbosseghem et al. (2017)

- foto's en cartoons via www.onthoumens.be



Meer informatie en contact:

Het Limburgse dementiekompas en de Verwijsgids dementie Limburg (<http://www.dementie.be/ecdcontact/zorgaanbod-in-limburg/>) maken u wegwijs in het aanbod van diensten en organisaties voor mensen met dementie in Limburg.

Deze brochures bieden u meer informatie over de ziekte dementie:

- 'Dementie, als je niet meer weet dat je vergeet' (Christelijke Mutualiteit)
- 'Wegwijs in de zorg voor personen met dementie' (De Voorzorg)
- 'Omgaan met personen met dementie, een gids voor mantelzorgers' (Liberale Mutualiteit)

U kan terecht eveneens terecht bij de dienst maatschappelijk werk van uw mutualiteit en Expertisecentrum Dementie Contact (ecd.contact@hogeveijf.be; 011/88.83.84).

Deze brochure is een realisatie van Expertisecentrum Dementie Contact en Myriam Dhulst, seniorenconsulent 'seniorenTHUISadvies', in samenwerking met Christelijke Mutualiteit Limburg, Liberale Mutualiteit Limburg, De Voorzorg Limburg en Hulpkas Ziekte- en Invaliditeitsverzekering.

