



Op reis naar ons nieuwe zorgstelsel
Met de reablement trein





- Ondernemer
- Veranderkundige
- Verpleegkundige
- Reablement
- Eén been in de praktijk
- De verandering van binnenuit
- Met passie







ELDERLY APOCALYPSE

MORE CARE
NOW!

MORE
SEARE
NOW!

SUPPORT
SENIORS!

MORE
CARE
NOW!

MORE
SENIORS!

SUPPORT
SENIORS

LLDERT
SENIORS



De verzorgingsstaat

Dat vraagt om
verwachtingsmanag
ement!

- Babyboom na de oorlog
- Veel mensen kozen voor de zorg
- Het **bejaardentehuis**: iconisch voor de verzorgingsstaat
- De zorg was dienend
- We hebben **enorm** goed voor mensen gezorgd en ze beschermd
- De belofte van de overheid is: U heeft recht op zorg
- De verwachting is: Dat we de risico's verlagen tot 0

Weerstand

Hoe wil jij later oud worden?

Wat is dan nog écht
belangrijk voor je?



Wat denk je dat je
vader en moeder, of
opa en oma hadden
gezegd toen ze jouw
leeftijd hadden?

Bespreek het
een paar
minuten met
je buurman
of buurvrouw

Greetje (86)

Rust, reinheid en regelmaat

Breien, lezen, kaarten, tv kijken, muziek luisteren, 'de kleinkinderen'

- "Ik hoop dat er iemand is om mij te helpen, want sommige dingen kan ik echt niet meer alleen."
- "Ik vertrouw erop dat de dokter en de zusters weten wat het beste voor mij is."
- "Het is fijn als mensen me even komen bezoeken, want alleen zijn vind ik moeilijk."
- "De wereld is zo veranderd; ik snap niets van al deze technologie."

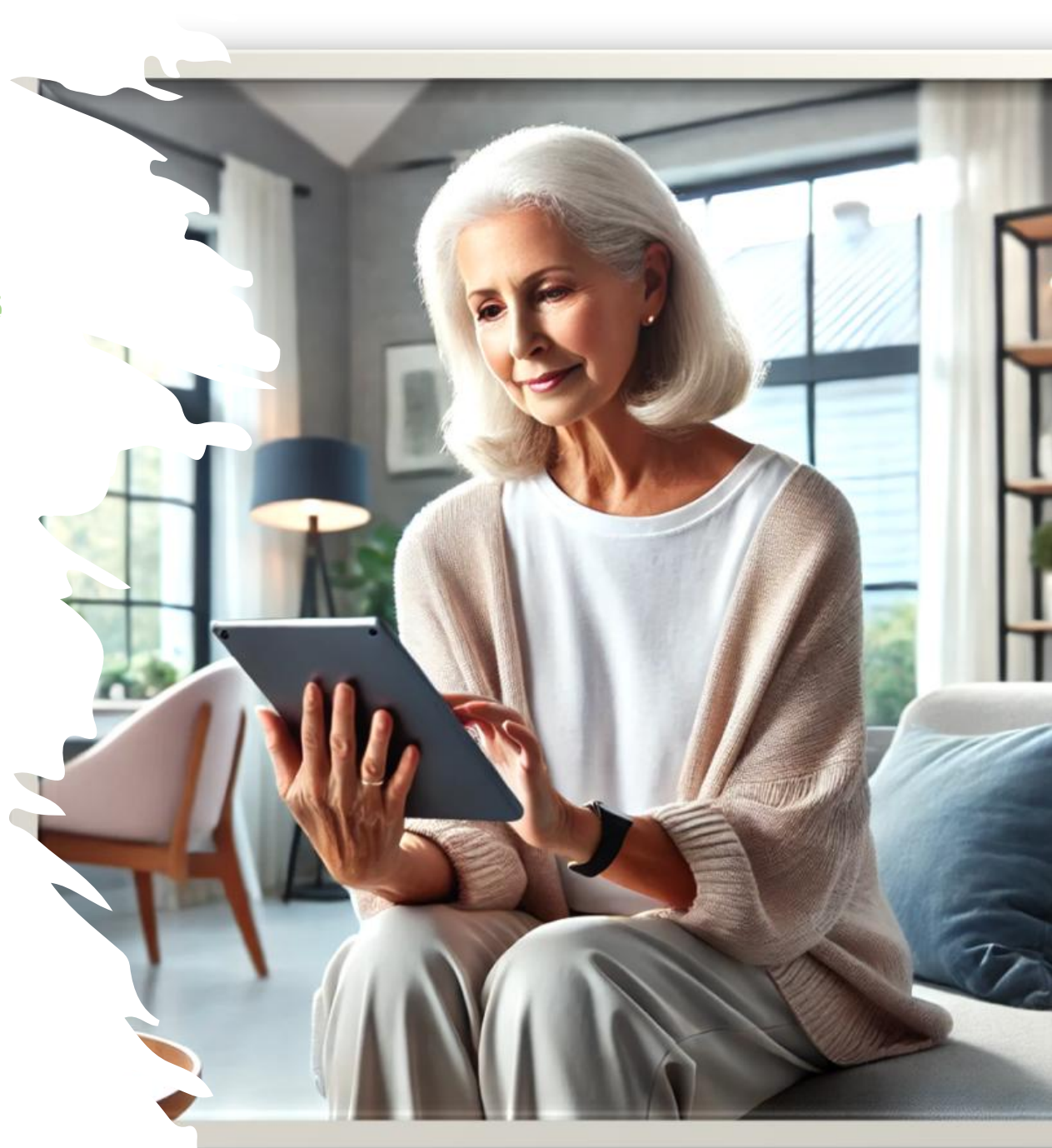


Carolien (74)

Vrijheid, vitaliteit en verbinding

Yoga, fietsen, dansen, reizen, vrijwilligerswerk, Italië

- "Een goed leven betekent voor mij actief blijven, niet achter de geraniums zitten."
- "Ik verwacht dat zorgverleners naar mij luisteren en mijn keuzes respecteren."
- "Ik blijf liever bezig met mijn hobby's en reizen dan afhankelijk te worden van anderen."
- "Technologie gaat mij helpen om zo lang mogelijk te blijven doen wat ik belangrijk vind".



Het nieuwe 'oud'

- **Nieuwe** generatie ouderen
- Met een nieuwe **hulpvraag**
- Een andere **mindset**
- Andere **skillset**
- We leven langer in **goede** gezondheid
- Vitaliteit en zelfredzaamheid steeds **belangrijker**
- We willen leven = geaccepteerde **risico's**
- **Vermogender** dan de stille generatie
- De cijfers (CBS) zijn **hoopvoller** dan geschetst



Van Greetje naar Carolien

De omslag in de ouderenzorg

Oud denken	Nieuw denken
Wij bepalen wat goed is	We luisteren naar wat iemand belangrijk vindt
Zorgen voor mensen	Zorgen dat mensen het zelf kunnen
We nemen over	We trainen en begeleiden
We kijken naar de beperking	We kijken naar mogelijkheden
Het steunsysteem in kaart brengen	Het steunsysteem vergroten en versterken
Risico's vermijden	Risico's accepteren en managen

*"We kunnen praten over de omslag in denken,
maar de kracht zit in wat we daadwerkelijk
dóen."*

Waarom zou Reablement een goed idee zijn?

Waarom doen we wat we doen?





Reablement

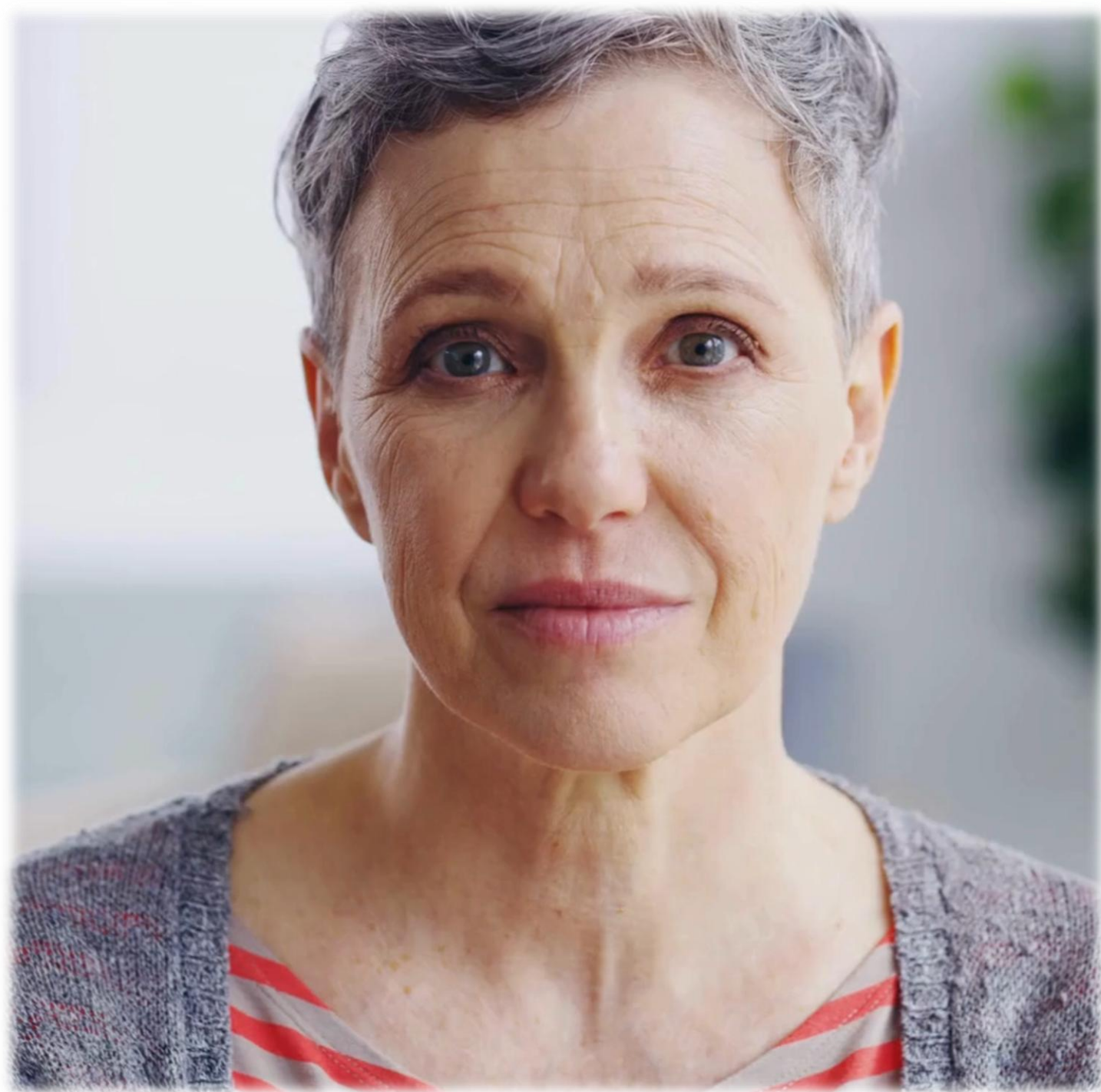
- Het is een **mindset**
- Help de ander **zichzelf** te helpen
- Denemarken, Nieuw-Zeeland
- Recht op een zo **zelfstandig** mogelijk leven
- Door te **luisteren**
- Door **motivatie**
- Doen wat **belangrijk** voor je is
- Met **mensen** die belangrijk voor je zijn
- **Samenwerken** in de breedste zin van het woord
- **Interdisciplinaire** samenwerking
- Investeren aan de **voordeur**: rendement voor **later**

🔑 De kern van reablement:

"Hoe kunnen we iemand ondersteunen om zelf weer de regie te nemen?"

➡ Wat maakt reablement succesvol?

Dat brengt ons bij de drie voorspellers voor een gezonde oude dag.



Wat maakt een gezonde oude dag?

Onderzoek toont aan dat drie dingen bepalend zijn:

1 Doen wat je belangrijk vindt 🍷

→ Activiteiten die je energie en zingeving geven

2 Zelf doen wat je zelf kan 💪

→ *Use it or lose it!* Bewegen en zelfstandigheid behouden

3 Omringd worden door betekenisvolle contacten 👨‍👩‍👧

→ Sociale verbindingen verminderen zorgafhankelijkheid

*“Als we ons hierop focussen, maken we niet alleen ons werk leuker, maar werken we ook beter samen met cliënten en naasten.
En we zorgen onder aan de streep beter voor mensen, terwijl we het verzorgingsvraagstuk aanpakken.”*

➡ **Maar hoe pas je dit toe in de praktijk?** De Schijf van 5 helpt ons daarbij.



De schijf van 5

1

Wat wil u (weer) zelf kunnen doen?
Wat vindt u belangrijk?



2

Hoe kan technologie u ondersteunen?
Welke hulpmiddelen kunnen u helpen?



3

Wat kunnen uw naasten voor u doen?
Wat kunt u voor uw naasten terug doen?



4

Wat kan uw sociale netwerk betekenen?
Hoe kunt u uw netwerk uitbreiden?
Wat kunnen andere instanties?



5

Welke professionele zorg is nodig om uw doelen te bereiken?



Omringd worden door betekenisvolle contacten

- 1 op de 3 volwassenen is 'mantelzorger' (zorgt voor een naaste)
- 5.000.000 mensen
- **Vraag**- en **daad**verlegenheid
- Primaire naaste vaak **overbelast**
- **Systeem**versterkend werken met **leef**
- Waarom gaan **vrienden** niet meer voor elkaar zorgen?





3 voorspellers voor een gezonde oude dag

- Doen wat je belangrijk vindt
- Zelf doen wat je zelf kan
- Omringd worden door betekenisvolle contacten

1

Wat wil u (weer) zelf kunnen doen?
Wat vindt u belangrijk?



2

Hoe kan technologie u ondersteunen?
Welke hulpmiddelen kunnen u helpen?



3

Wat kunnen uw naasten voor u doen?
Wat kunt u voor uw naasten terug doen?



4

Wat kan uw sociale netwerk betekenen?
Hoe kunt u uw netwerk uitbreiden?
Wat kunnen andere instanties?



5

Welke professionele zorg is nodig om uw doelen te bereiken?



Waarom zou Reablement een goed idee zijn?



Zodat: u kan doen wat u belangrijk vindt, zelf kan doen wat u zelf kan en omringd wordt door betekenisvolle contacten, wat bijdraagt aan een gezonde oude dag

Omdat

1. Waarom

Omdat mensen recht hebben op een zo betekenisvol mogelijk leven

2. Hoe

3 voorspellers voor een gezonde oude dag

- Doen wat je belangrijk vindt
- Zelf doen wat je zelf kan
- Omringd worden door betekenisvolle contacten

3. Wat

1

Wat wil u (weer) zelf kunnen doen?
Wat vindt u belangrijk?



2

Hoe kan technologie u ondersteunen?
Welke hulpmiddelen kunnen u helpen?



3

Wat kunnen uw naasten voor u doen?
Wat kunt u voor uw naasten terug doen?



4

Wat kan uw sociale netwerk betekenen?
Hoe kunt u uw netwerk uitbreiden?
Wat kunnen andere instanties?



5

Welke professionele zorg is nodig om uw doelen te bereiken?



Voorbeelden van Reablement programma's en interventies

Naam programma	Welke doelgroep?	Organisaties	Opschaling
Langer Actief Thuis (LAT)	Extramuraal/Wijkverpleging	12 organisaties in M/W Brabant +/- 45 teams	+/- 130 teams in 2026
ZoalsThuis LAT intramuraal	Langdurige zorg	Mijzo en De Wever +/- 8 locaties	+/- 20 locaties in 2026
Aan het roer	Langdurige zorg	De Haven	-
SamenSterker	Geriatrische Revalidatie	De Wever 2 locaties	Onbekend
VanThuisUit	Dagbesteding	Tante Louise	Landelijk
DemenTalent	Dagbesteding	Landelijk	Landelijk

- Interdisciplinaire samenwerking
- Extra aandacht aan de voordeur
- Doen wat belangrijk is
- Naasten actief betrekken



Take home message

“Als we de handen ineenslaan, werken we samen aan een zo zelfredzaam en betekenisvol mogelijk leven voor de ouderen, en lossen we tegelijkertijd het vergrijzingsvraagstuk op.”

Voor nu, en later

Mijn tips

- Vind bevlogen **ambassadeurs** en trek samen de kar
- Ga daar waar de **energie** zit en pak dit momentum, pluk het laaghangend fruit
- Richt het **zorgproces** stap voor stap opnieuw (en zo concreet mogelijk) in
- Denk goed na over de **framing** en **waarom** we dit zo doen
- Kom beslagen ten ijs en schep duidelijke **kaders**
- Organiseer een **inspiratiesessie** met heel het team
- Spreek dezelfde taal in **heel de keten**
- Begin bij **nieuwe** cliënten
- **Luister** écht naar de hulpvrager en zoek naar **intrinsieke motivatie**
- Vergroot en versterk het **steunsysteem**
- **Neem de tijd!**
- Vind plezier in de **nieuwe** manier van werken

Deel succesverhalen, inspireer en **schaal op**

Stelling 1:



*Als een bewoner zegt:
“Ik wil gewoon zorg, daar heb
ik recht op” — dan is dat ook
eigen regie: dus onze taak
om dat te respecteren en
het over te nemen.*



Stelling 2:



“Als familie het eng vindt dat hun vader alleen buiten gaat wandelen, dan moeten we dat respecteren — ook al geloven wij dat hij het veilig aankan.”



Stelling 3:



“In een volle route of drukke dienst is het logisch dat we dingen overnemen. Anders komen we nergens aan toe.”



Stelling 4:



“Collega’s die moeite hebben met reablement, moet je ruimte geven om op hun eigen tempo in te stappen – ook als dat betekent dat hun nog een tijd wél alle zorg overnemen”



