

# Langer Actief Thuis: Zelfstandig thuiswonende ouderen door reablement

De Nederlandse ouderenzorg is aan het veranderen. Het aantal ouderen neemt toe en er zijn niet genoeg verzorgenden en verpleegkundigen om de zorg in zorginstellingen aan te blijven bieden. Tegelijkertijd willen de ouderen zelf zo lang mogelijk zelfstandig thuis blijven wonen. Ouderenzorgorganisatie [Mijzo](#) zet daarom in op de preventie van functionele achteruitgang en het optimaliseren van zelfredzaamheid van ouderen. Zij ontwikkelden het programma Langer Actief Thuis (LAT) gebaseerd op de principes van reablement.

## Van 'zorgen voor' naar 'zorgen dat'

Het programma Langer Actief Thuis is gebaseerd op de principes van reablement. Het doel is om samen met de ouderen te kijken hoe zij zo lang mogelijk zelfstandig in hun eigen woning kunnen wonen. Er wordt gekeken naar het benutten van mogelijkheden voor zelfstandigheid op het gebied van zelfzorg, huishoudelijke activiteiten, mobiliteit en ontspanning. Dit vraagt om een andere manier van denken, voor zowel de medewerkers als de ouderen. In plaats van 'zorgen voor' de ouderen, ligt de nadruk op 'zorgen dat' de ouderen de activiteiten die voor hen belangrijk zijn zo zelfstandig mogelijk kunnen uitvoeren en daarmee langer thuis kunnen blijven wonen.

Voor elke cliënt duurt het programma maximaal 12 weken. Er wordt gekeken welke activiteiten een oudere lastig vindt en weer zelfstandig zou willen doen. Denk hierbij aan koken, fietsen en aankleden. De interventies worden hier inhoudelijk op afgestemd. Met een interdisciplinaire samenwerking tussen de wijkverpleegkundige, verzorgenden, ergotherapeut en fysiotherapeut proberen ze de ouderen die activiteiten opnieuw te leren. Zo kunnen ze zo lang mogelijk zelfstandig blijven functioneren. Overige disciplines worden betrokken waar dat nodig is.

In de onderstaande video kun je zien hoe het project in de praktijk werkt:

<https://www.youtube.com/watch?v=CQpoA7yNjEg>

## Interdisciplinaire samenwerking

De interdisciplinaire samenwerking binnen het programma is als volgt. De werkafspraken per cliënt wordt opgenomen in het elektronisch cliëntdossier (ECD) en gekoppeld aan de persoonlijke doelen van de cliënt. De werkafspraken zorgen ervoor dat de cliënt door iedereen op dezelfde manier begeleid wordt naar zo zelfstandig mogelijk functioneren. In de samenwerking is iedere discipline verantwoordelijk voor het rapporteren van bijzonderheden. Daarnaast hebben zij tweewekelijks een overleg om de voortgang per deelnemer te bespreken. Zo kan er tussentijds afgestemd worden welke vorm van begeleiding passend is.

Het programma bestaat uit een aantal fasen. Bekijk deze hieronder:



Meer informatie over het programma? [Download de brochure.](#)

## Van een eerste pilot tot 60% zorgonafhankelijke ouderen

Een medewerker van Mijzo stuitte tijdens een studie op een Scandinavisch model rondom reablement. Deze manier van werken past bij de visie en uitgangspunten van Mijzo. Op basis van dit literatuuronderzoek is een pilot binnen Mijzo opgezet voor zes cliënten. Dit resulteerde in vier cliënten die weer zelfstandig gingen wonen, één cliënt waarvoor de zorg afgeschaald werd en één cliënt waar de zorgvraag onveranderd bleef. Op basis van deze pilot verminderde de inzet met 9,4 zorguren per week.

In 2022 zijn alle teams binnen Mijzo met de werkwijze aan de slag gegaan. Inmiddels zijn er 100 cliënten opgenomen in het programma. De verandering in denkwijze was even wennen voor de zorgprofessionals, maar de resultaten zijn uitstekend. Ongeveer 70% van de ouders kunnen door het programma zelfstandig of met beduidend minder professionele zorg door het leven. Gemiddeld heeft een cliënt na het doorlopen van LAT 1,7 uur per week minder zorg nodig dan bij de start van het programma.

Inmiddels zijn in totaal tien VVT-zorgorganisaties in Brabant met de werkwijze gestart. De ambitie van Mijzo is om het project op te schalen in de eigen organisatie, bijvoorbeeld door het bij intramurale teams te introduceren. Daarnaast ook om meer externe organisaties mee te nemen in de werkwijze.

## Tips en risico's

# Wil je meer weten of heb je vragen over dit Koploperinitiatief? Neem contact op met Elly Branderhorst

### **Elly Branderhorst**

Ergotherapeut/ projectleider LAT

[0630120950](tel:0630120950)

[Elly.Brandhorst@mijzo.nl](mailto:Elly.Brandhorst@mijzo.nl)