



**VitaDem-studie: vitaal blijven en meedoen,
ondersteuning op maat voor mensen met
dementie en hun naasten**

VitaDem interventies

Protocol 3

Uitbreiding en inzet van sociaal netwerk

maart 2018

Jacomine de Lange, Willeke van Staalduinen, Carola Döpp, Hanny Groenewoud

Kenniscentrum Zorginnovatie, Hogeschool Rotterdam/TNO

Cliëntpaarcodenummer:

Datum:

Door cliëntpaar bepaald doel:

Bespreek het doel van de interventie en leg uit wat de stappen zijn

Het doel van deze interventie is om het sociaal netwerk in te zetten voor gezelschap of activiteiten ondernemen, praktische hulp, emotionele steun of advies. Gezelschap bij mensen met dementie kan moeilijk zijn omdat mensen uit het sociaal netwerk niet weten waarover ze moeten praten; het kan prettig zijn als ze samen een activiteit kunnen ondernemen die ze beiden leuk vinden. Bespreek dit in het licht van het door het cliëntpaar gekozen doel.

Uiteindelijk doel is: sociale inclusie en verhoging van de kwaliteit van leven van het cliëntpaar en verminderen van de belasting van de mantelzorgers.

Daartoe wordt eerst in kaart gebracht welke behoeftes er zijn bij de persoon met dementie en bij de mantelzorger (Stap 1). Belangrijk is dat zowel gekeken wordt naar hun afzonderlijke behoeftes als naar gezamenlijke behoeftes. Soms zal het nodig zijn iemand in te schakelen die iets gaat ondernemen met de persoon met dementie, zodat de mantelzorger zijn of haar eigen contacten kan onderhouden.

Vervolgens wordt het sociaal netwerk in kaart gebracht (Stap 2). Daarna worden mogelijkheden en belemmeringen om mensen uit het sociaal netwerk in te zetten besproken (Stap 3). Als het cliëntpaar mogelijkheden ziet, wordt besproken hoe ze dat zouden kunnen aanpakken en of daar hulp bij nodig is en wie daar mogelijk bij zou kunnen helpen (iemand uit het sociaal netwerk, een vrijwilliger, de casemanager). Als er belemmeringen zijn, wordt besproken hoe die belemmeringen weggenomen kunnen worden.

Er wordt een plan opgesteld en het cliëntpaar gaat dit plan al dan niet met behulp van iemand anders uitvoeren (Stap 4). Ook wordt bepaald wanneer evaluatiemomenten zijn (Stap 5).

Stap 1 In kaart brengen van behoeften aan contact, samen activiteiten doen of praktische hulp

1 Welke informatie is al bekend uit de behoefte-inventarisatie?

(Hoeft niet opnieuw nagevraagd te worden maar herhaal dit uit de behoefteanalyse)



Ga afhankelijk van het gekozen doel door met vraag A (contacten), B (activiteiten) of C (praktische hulp). Als het nog niet zo duidelijk is, ga ze dan alle drie na.

A Behoeftte aan contact

Afhankelijk van hoe specifiek de behoefte aan contact gemaakt is in de behoefte-inventarisatie kies je ervoor om deze eerst verder te specificeren. Als de behoefte al heel specifiek is, ga je vooral in op de belemmeringen.

A.1 Welke behoefte aan contact heeft de persoon met dementie?

A.2 Welke behoefte aan contact heeft de mantelzorger?

Denk aan: gezelschap, gezelligheid, praatje maken, dingen uitwisselen, hart luchten.

A.3 Wat geldt voor samen?

A.4 Wat zijn belemmeringen om deze behoeften te vervullen?

Persoon met dementie	Mantelzorger	Samen	Belemmeringen

B Behoeftte aan activiteiten samen met iemand

B.1 Welke behoefte aan samen activiteiten doen binnenshuis en buitenshuis heeft de persoon met dementie? Met wie zou hij/zij dat samen willen doen?

Tip

Voorbeelden van activiteiten die mensen met dementie leuk vinden:

- Remiscentie: herinneringen ophalen van vroeger met behulp van voorwerpen of foto's, I-pad
- Intellectuele activiteiten: spelletjes, spreekwoorden raden, woorden afmaken (bv met boek: Kien), braintrainer
- Activiteiten in het huishouden: tafel dekken, afwassen, aardappels schillen
- Muziek luisteren, muziek maken, zingen
- Bewegen: gym, wandelen, spel met een bal of een ballon, sjoelen
- Aroma-activiteiten: handmassage met lavendelolie
- Naar natuurfilms kijken

Als de persoon met dementie het moeilijk vindt om iets te bedenken, kun je gebruik maken van de lijst Plezierige Activiteiten (toolkit Sociaal netwerk, tool 1) of het document 100 activiteiten voor mensen met dementie van Alzheimer-Nederland (toolkit Sociaal netwerk, tool 2)

B.2 Welke behoefte aan samen activiteiten doen binnenshuis en buitenshuis heeft de mantelzorger? Met wie zou hij/zij dat samen willen doen?

B.3 Wat zijn op dit moment belemmeringen om deze behoefte te vervullen? Belemmeringen bij persoon met dementie en/of belemmeringen bij mantelzorger/belemmeringen bij anderen.

Persoon met dementie	Mantelzorger	Samen	Anderen

C Behoeftte aan praktische steun en hulp

C.1 Wat is de behoefte aan praktische steun van de persoon met dementie?

Denk aan huishoudelijk werk, boodschappen, administratie, vervoer, maaltijden, oppas. Van wie zou hij/zij die hulp willen krijgen?

--

C.2 Wat is de behoefte aan praktische steun van de mantelzorger?

Van wie zou hij/zij die hulp willen krijgen?

--

C.3 Wat zijn belemmeringen om deze behoefte te vervullen?

Persoon met dementie	Mantelzorger	Samen	Anderen

--	--	--	--

Stap 2 Breng de sociale contacten van het cliëntpaar in kaart

Gebruik hiervoor het Ecogram (ook de contacten met zorgverleners en vrijwilligers). Zie

https://www.movisie.nl/sites/movisie.nl/files/bestanden/documenten/ecogram-maken_4.pdf

Door dit te doen, wordt mogelijk duidelijk dat er nog meer mensen zijn die iets zouden kunnen doen dan degenen die het koppel in stap 1 genoemd heeft,

Nodig: groot wit vel papier, zwarte en rode pen, handleiding.

Tip

Steunvragen (Uit QueZ; vragen naar zelfregie):

Welke mensen zijn belangrijk voor u?

Met welke mensen heeft u regelmatig contact?

Bij wie voelt u zich op uw gemak?

Welke mensen steunen/helpen u?

Aan wie verleent u zelf steun?

Wie is er betrokken bij uw situatie?

Wie merken er iets van als er iets verandert in uw situatie?

Op welke manier heeft u contact met anderen? Ook via social media?

Zijn er mensen bij wie u zich betrokken voelt met wie u geen contact meer heeft?

Wilt u iets veranderen in de contacten die u heeft?

Wie wilt u betrekken bij uw situatie?

Welke familie en vrienden zou u willen vragen u te ondersteunen/helpen?

Welke professionals of vrijwilligers zijn al betrokken?

Op welke manier vraagt u anderen om hulp?

Wilt u dat ik u ondersteun in het betrekken van anderen? Zo ja, hoe

Stap 3 Bespreek met elkaar de mogelijkheden en belemmeringen

om personen uit het ecogram te vragen om de behoeftes uit vraag 2, 3 en 4 te vervullen.

Als er belemmeringen zijn, ga dan na wat er nodig is om die weg te nemen (zie toolkit Sociaal netwerk, tool 6)

Bepaal of het cliëntpaar de belemmeringen zelf kan wegnemen of dat er hulp nodig is (denk eerst aan iemand uit het netwerk, dan aan een vrijwilliger en dan aan een professional. Is informatie, begeleiding of coaching nodig? (Denk aan familiegesprek, bezoek Alzheimer café)

Mogelijkheden	Belemmeringen	Hoe wegnemen?	Zelf? Met hulp?

Stap 4 Maak samen een plan waaraan gewerkt gaat worden

Bepaal een specifiek doel waaraan de komende tijd gewerkt gaat worden. Probeer dit SMART te formuleren:

Specifiek: bv inzet van (persoon) bij (activiteit); deelname van (pmd en/of mz) aan (activiteit)

Meetbaar: bv 1 keer per week

Aansprekend: aansluitend bij een specifieke wens of behoefte van de persoon met dementie of mantelzorg

Realistisch: niet te moeilijk, maar ook niet te gemakkelijk om te bereiken

Tijdgebonden: bv binnen drie maanden: voor (datum)

Bespreek wie de regie heeft (mantelzorg, ander lid van het netwerk, casemanager).

Bespreek hoe dit geëvalueerd wordt met de casemanager: telefonisch, e-mail, bezoek.

Bespreek of er informatie aan de netwerkleden nodig is door de casemanager (bv over dementie en de gevolgen voor het cliëntpaar, tips voor de omgang (zie toolkit Sociaal netwerk, tool 4)).

Bespreek of er coaching van de netwerkleden door de casemanager nodig is.

Tip

Denk bij het bevorderen van contacten ook aan technologische hulpmiddelen:

- Fototelefoon (foto's ipv cijfers)
- Beeldtelefoon
- I-pad met foto's en spelletjes
- Skypen
- Zorgriem met GPS
- E-mailen
- Gebruik van Mantellink, app voor familieleden om contact met elkaar te houden over de zorg aan de persoon met dementie

Zie toolkit, tool 6 Top Tien Technologie bij dementie

Tip

Denk ook aan activiteiten in de buurt en wijk, deelnemen aan clubs en verenigingen, kerkelijke groepen, ondersteuning in de buurt, vrijwilligerswerk voor mensen met dementie in de buurt, inschakelen welzijnswerk

Tip

Stel dit plan eventueel samen met een betrokken familielid op.

Of organiseer een familieberaad (toolkit tool 7) of als het erg ingewikkeld is een Eigen Kracht Conferentie (EKC) (zie inspiratieboekje, toolkit tool 8)

PLAN VAN AANPAK INZET SOCIAAL NETWERK

Wat?	Wanneer?	Door wie?	Hulp van de casemanager nodig?

Stap 5 Evaluatie

Bespreek samen hoe het met de uitvoering van de plannen gegaan is.

Als er belemmeringen waren, bespreek hoe die weggenomen kunnen worden. Maak een nieuw plan voor de komende weken.

- Is het aan het begin opgestelde doel bereikt?
- Helemaal, niet helemaal, meer dan verwacht

- In hoeverre is de gedefinieerde onvervulde behoefte in stap 1 nu vervuld?

- Is de persoon met dementie tevreden over het resultaat?

- Is de mantelzorger tevreden over het resultaat?

- Zijn de ingeschakelde personen tevreden over het resultaat?

- Is er een gevoel van wederkerigheid, autonomie, waardigheid, saamhorigheid?

- Is het netwerk uitgebreid qua omvang, stabiliteit, en complexiteit?

- Wat ontbreekt er in de huidige mogelijkheden voor inzet van het sociaal netwerk, dat ontwikkeld zou moeten worden?
- Moet er een nieuw plan opgesteld worden?