



# Langer zelfstandig door Samen Sterker Thuis





# Langer zelfstandig door Samen Sterker Thuis

Samen Sterker Thuis ondersteunt inwoners in de gemeente Oude IJsselstreek. Het gaat er daarbij om dat inwoners op een veilige en prettige manier, langer zelfstandig kunnen blijven wonen. Samen Sterker Thuis richt zich in principe op mensen van 65 jaar of ouder die thuis wonen en een hulpvraag hebben bij het dagelijks functioneren, of deze verwachten te krijgen. We bieden u een nieuwe vorm van ondersteuning waarbij het in de kern gaat om het vergroten van uw zelfredzaamheid. Komt uw vraag binnen bij Samen Sterker Thuis? Dan bespreken de teamleden of uw vraag aansluit bij het Samen Sterker Thuis-traject.

In deze folder informeren wij u over de mogelijkheden van Samen Sterker Thuis. We vertellen u over de samenstelling van het team en het huisbezoek. En geven voorbeelden van inwoners

die eerder, met een succesvol resultaat, door het team werden ondersteund. We hopen dat u met de ondersteuning die u krijgt zo lang mogelijk, veilig en prettig thuis kunt blijven wonen.



### Team met professionals

Wijkverpleegkundigen en Wmo-consulenten werken met elkaar in één team. Zij krijgen vanuit de samenwerkende organisaties de ruimte om te doen wat nodig is voor u als inwoner. Samen Sterker Thuis is een samenwerkingsverband van de zorgorganisaties Azora en Sensire en de gemeente Oude IJsselstreek.

### Het huisbezoek

Het traject van Samen Sterker Thuis start altijd met een huisbezoek. De teamleden nemen daarbij de tijd om samen met u te onderzoeken wat u belangrijk vindt in uw leven. Waar u energie van krijgt en wat bij u past. Wat uw eigen mogelijkheden zijn en wat er nodig is om iets te behouden of te behalen om zo zelfstandig mogelijk te leven. Aan de hand daarvan stelt u samen

een plan op maat op en werkt u gericht aan uw eigen doelen. Hierbij gaat het team uit van wat u zelf kunt en welke vaardigheden u (opnieuw) kunt leren, eventueel met behulp van uw omgeving of gebruiksvriendelijke (technische) hulpmiddelen. Als ondersteuning nodig is, wordt dit georganiseerd in overleg met u, op een manier die het beste bij u past.

### Langer veilig en prettig thuis wonen

Ook kijkt het team of uw familie,

vrienden of kennissen iets voor u kunnen betekenen. Wilt u activiteiten ondernemen dan bespreekt het team de mogelijkheden in uw omgeving. In de praktijk zien we dat inwoners, na de ondersteuning van Samen Sterker Thuis, minder een beroep doen op de gangbare zorg en hulp en daardoor zelfredzaam blijven. Maar bovenal blijkt dat inwoners die inmiddels hebben deelgenomen, het fijn vinden om met de ondersteuning, langer en met meer (leef)plezier zelfstandig te kunnen blijven wonen.



# Praktijk ervaringen

## Uw omgeving

Het team en de inwoner gaan samen na wat het netwerk van familie, vrienden en kennissen, kan betekenen. Kinderen helpen bijvoorbeeld bij het regelen van de financiën. Als kinderen op afstand wonen, zijn er mogelijkheden om goed contact te houden. Er kan gebruik gemaakt worden van een eenvoudig te bedienen tablet om zo de kinderen via beeldbellen een rol te geven in het op tijd innemen van medicijnen.

## Het huisbezoek

Tijdens het huisbezoek wordt besproken wat de inwoner zelf (weer) kan leren. Of wat hij/zij kan doen om gezond te blijven. Het komt voor dat iemand nog actief is en in staat om de huishouding zelf te doen, maar niet goed kan bukken bijvoorbeeld door een heupaandoening. Als men dan niet kan stofzuigen, gaat het team na wat de mogelijkheden zijn. Denk hierbij aan hulpmiddelen zoals een robotstofzuiger. Maar er is ook een voorbeeld van een inwoner die op de kleinkinderen past en

de kinderen vervolgens zijn huishouding organiseren.

## Zelfstandig douchen

Inwoners vinden het fijn om zichzelf weer te douchen op een tijdstip dat zij dat willen en om niet afhankelijk te zijn van anderen. Dan overlegt het team welke hulpmiddelen nodig zijn, zodat een inwoner zich zelfstandig kan douchen. Soms gaat dat om eenvoudige hulpmiddelen, zoals een douchestoel, wandbeugel of tenenwasser op steel. Om te zorgen dat inwoners zich zelfstandig kunnen aankleden als men steunkousen nodig heeft, kan een steunkous hulpmiddel ingezet worden zodat de inwoner zelf de steunkousen aan kan trekken. Of denk bijvoorbeeld aan een verlengde schoenlepel en schoenen met elastische veters. Afhankelijk van het soort hulpmiddel schaffen inwoners dit aan of betalen een eigen bijdrage.

## Vorbereiden operatie

Als iemand geopereerd wordt, ontstaan er allerlei problemen en

men vraagt zich dan vaak af hoe een en ander op te lossen. Als een inwoner zich voor de operatie meldt, maakt het team van Samen Sterker Thuis een afspraak. Samen kijken zij naar heel basale dingen: kan er eten ingekocht worden voor in de diepvries? Hoe is het huis ingericht? Hoe zorgen we ervoor dat iemand vanuit de eigen woning kan revalideren. Daarvoor wordt dan bijvoorbeeld vooraf contact gelegd met behandelaren zoals een fysiotherapeut.

## Hulpmiddelen

Er wordt gekeken welke hulpmiddelen nodig zijn zoals krukken, een drempelhulp, sokaantrekker of douchestoel. Als er kinderen zijn, worden zij ook betrokken zodat ze op tijd weten welke hulp zij kunnen bieden. Mensen zijn vaak heel blij dat zij ook iets kunnen doen in de voorbereiding en niet alleen maar zitten te wachten op de operatie."





## Interesse?

Bent u inwoner van de gemeente Oude IJsselstreek? En wilt u meer informatie voor uzelf of uw naaste over het ondersteuningstraject van Samen Sterker Thuis?

Dan kunt u zich aanmelden via e-mail: [info@samensterkerthuis.nl](mailto:info@samensterkerthuis.nl). Het team van Samen Sterker Thuis maakt dan een afspraak met u voor een huisbezoek.

Samen Sterker Thuis is ook bereikbaar via de samenwerkende partners:

- **Gemeente Oude IJsselstreek:**  
(0315) 292 292 optie 2 Wmo
- **Azora:**  
(0315) 33 82 22
- **Sensire:**  
(0315) 23 72 55

