

Signaleren kwetsbaarheid

bij ouderen door vrijwilligers

WAAROM SIGNALEREN

- Omzien naar elkaar
- Problemen voorkomen
- De juiste hulp op het juiste moment

MEERDERE FACTOREN KUNNEN EEN ROL SPELEN

- Persoonlijke factoren: ingrijpende levensgebeurtenissen als overlijden partner of vrienden, scheiding, achteruitgang gezondheid, verminderde sociale vaardigheden, weinig zelfvertrouwen, moeilijk problemen kunnen oplossen
- Maatschappelijke factoren: geen deelname aan de samenleving, inkomensachteruitgang, een ongewenste woonsituatie of onveilig voelen
- Leefsituatie: ontbreken van (mantel)zorg, overbelasting mantelzorger, weinig vrienden of familie in de buurt, geen contact met de burens

SIGNALLEN

- Klachten van vermoeidheid, nergens zin in hebben
- Lichamelijke ongemakken als hoofdpijn, huiltuien, slapeloosheid, beperkt in bewegen, vallen
- Teleurstelling, verdriet en eenzaamheid
- Mensen op afstand houden of juist claimen
- Negatief zelfbeeld, weinig zelfvertrouwen
- Slecht kunnen concentreren
- Plotseling opvallend gedrag
- Leven in het verleden
- Toenemend alcoholgebruik, slecht eetpatroon
- Problemen met het bijhouden van de huishouding

ACTIES

→ **Bespreek signalen met betrokkene(n)**

→ **Wat te doen bij 'niet-pluis 'gevoel**

Bespreek de signalen met betrokkene(n) en vraag toestemming voor overleg met uw coördinator. Volg de afspraken binnen uw organisatie over het melden en bespreken van signalen. Wijs de betrokkene(n) op het Sociaal Loket Houten, consulent Welzijn/Steunpunt Mantelzorg Houten of huisarts.

10 tips

voor een ondersteunend gesprek

- 1** Neem de tijd voor een gesprek, benader met respect, ieder mens is anders
- 2** Luister ook naar de gevoelens achter de feiten
- 3** Laat met uw lichaamstaal zien dat u luistert
- 4** Weet dat het verhaal aan iemand kwijt kunnen al verlichtend kan zijn
- 5** Wees niet te gefixeerd op het zoeken naar een oplossing
- 6** Geef in eigen woorden weer wat u van de ander hoort en vraag of dit klopt
- 7** Vraag om verduidelijking als u iets niet begrijpt
- 8** Blijk geven van herkenning is prima, maar trek de aandacht niet naar uzelf
- 9** Wees voorzichtig met het geven van advies en tast eerst af of iemand informatie nodig heeft of het kan horen
- 10** Vraag of er al iets aan gedaan wordt door hulpverleningsinstanties. Overleg wat betrokkene zelf kan oppakken, geef een tip over waar hij/zij terecht kan: Sociaal Loket Houten, consulent Welzijn & Steunpunt Mantelzorg of huisarts

Sociaal Loket Houten

T 030 6392611

E info@sociaalokethouten.nl

'van Houten&co'

Consulent Welzijn/Steunpunt
Mantelzorg Houten

T 030 7001500

E info@vanhoutenenco.nl

Medische Centra Houten

Voor openingstijden en telefoonnummers zie www.zorginhouten.nl



DuurSaamHouten

Ondersteuning en zorg
voor ouderen

