

Bepaal je eigen verhaal

Leidraad voor de denkmomenten over de toekomst van
de ouderenzorg

SUCCES!



Jij bent geïnteresseerd om een denkmoment over de toekomst van de ouderenzorg te organiseren, fantastisch! We wensen je veel succes en een boeiend denkmoment toe!



Om je op weg te helpen, stelde de Vlaamse Ouderenraad deze leidraad op. Hierin geven we je achtergrondinformatie mee over de campagne, vind je een handige materiaal-checklist en ontdek je de stappen die je zal doorlopen tijdens het denkmoment.



Neem deze leidraad zeker door ter voorbereiding van het denkmoment. Heb je na het doornemen van de leidraad nog vragen? Aarzel dan niet om contact op te nemen met onze medewerkster Laurane Berkein. Zij helpt je graag verder. Hieronder vind je haar contactgegevens:

02 209 34 59

laurane.berkein@vlaamse-ouderenraad.be

ACHTERGRONDINFORMATIE

Deze achtergrondinformatie is bedoeld voor jou als begeleider van het denkmoment. Je hoeft dit niet voor te lezen aan de deelnemers. Aan hen geef je op voorhand de nodige info mee via mail (hiervoor kan de Vlaamse Ouderenraad een tekst bezorgen, contacteer ons hier gerust over). Tijdens het denkmoment is ook een beknopte inleiding voorzien.

OVER DE VLAAMSE OUDERENRAAD

De Vlaamse Ouderenraad is het advies- en inspraakorgaan van ouderen bij de Vlaamse regering. De vzw is een overlegplatform van diverse organisaties van en voor ouderen. We streven naar een sterk ouderenbeleid in Vlaanderen, over alle beleidsdomeinen heen.

Vanuit de signalen en ervaringen van ouderen geven we beleidsadviezen, zetten we sensibiliseringsacties op, informeren we ouderen over wat hen aanbelangt en ondersteunen we onderzoek rond ouderen. Tegelijk versterken we de inspraak van ouderen in hun gemeente door lokale ouderenraden ondersteuning te bieden.

Meer informatie vind je op onze website: www.vlaamse-ouderenraad.be.

OVER DE CAMPAGNE

Vroeg of laat worden we allemaal geconfronteerd met de nood aan zorg. Soms bij onszelf, soms bij mensen die we graag zien. Maar voor veel zestigplussers strookt de ouderenzorg van vandaag niet met waar zij op hopen. Ze sluit onvoldoende aan bij hoe zij hun levensverhaal zien.

'Bepaal je eigen verhaal' geeft ouderen een megafoon. Hoe wil jij dat je leven eruitziet wanneer je zorgnoden hebt? Welke hulp wil je daarbij inschakelen? Welke keuzes wil je kunnen maken? Waar lig je wakker van? Wat moet er veranderen? Bepaal je eigen verhaal. Doe mee aan het debat over de toekomst van de ouderenzorg.

Bepaal je eigen verhaal' laat zien dat ouderen wel degelijk wakker liggen van de dag dat ze zorg nodig hebben. En dat ze zelf een stem willen hebben in de zorg die ze krijgen. We willen die stem laten horen en ten volle inzetten in het debat over de toekomst van de ouderenzorg. Dat kan onder andere via een denkmoment. Ouderen gaan samen in gesprek en beantwoorden enkele vragen. Op die manier geven ze aan waar voor hen de prioriteit ligt én welke woon- en ondersteuningsvormen ze zelf in hun leven zien passen wanneer ze zorg nodig zouden hebben.

Later in de campagne gaan we het debat aan met professionals en spraakmakende stemmen in de zorg. Hoe zorgen we dat dromen werkelijkheid kunnen worden? Wat moet er veranderen op het terrein en in het beleid? Welke hefboomen zijn er, en waar botsen pioniers in de sector op? Welke

omwentelingen en doorbraken zijn er nodig? Aan het einde van de campagne resulteren alle denkmomenten, gesprekken, ideeën, ... in een visie op de toekomst van de ouderenzorg - inclusief concrete beleidsvoorstellen met het oog op de verkiezingen van 2024.

Bepaal je eigen verhaal

Doe mee aan het debat over de toekomst van de ouderenzorg op www.bepaaljeverhaal.be



OP VOORHAND

Er zijn enkele zaken waar je best op voorhand aandacht aan besteedt. We bundelden ze voor jou in een handig **'to do'-lijstje**.



LEIDRAAD DOORNEMEN

Neem deze leidraad op voorhand al eens door zodat je een goed zicht hebt op de vragen en werkvormen die aan bod komen. Dit geeft je meteen ook de kans om even **contact op te nemen** als er iets niet helemaal duidelijk is.

DEELNEMERS AANSPREKEN

Verzamel een geïnteresseerde groep deelnemers rond de tafel. Idealiter zitten er **6 tot 8 deelnemers** rond de tafel. Daarbij is het een troef om een mix van leeftijden te betrekken (60'ers, 70'ers, 80'ers, ...). Het is ook interessant als je zowel ouderen zonder zorgnoden betreft als ouderen die al een (beginnende) zorgbehoefte hebben. Voor alle duidelijkheid: dit is een meerwaarde, maar geen must.



Stuur de deelnemers voorafgaand aan het denkmoment **een mailtje** waarin je het doel van de samenkomst nog eens duidt en alle praktische informatie op een rijtje zet. Hiervoor kan de Vlaamse Ouderenraad je een voorbeeld bezorgen, vraag dit gerust even na.



LOCATIE ZOEKEN

Naast een vlotte bereikbaarheid en een beetje gezelligheid, zijn de belangrijkste vereisten voor de locatie een **goede internetverbinding** en de aanwezigheid van een **beamer**. Denk ook aan water, koffie en eventueel een kleine versnapering.



STILSTAAN BIJ JOUW ROL ALS BEGELEIDER

Als begeleider zorg je voor de **logistieke organisatie** van het denkmoment. Je spreekt de deelnemers aan, je brengt hen samen op een geschikte locatie en je zorgt dat het denkmoment vlot verloopt.

Tijdens het denkmoment neem je een **open houding** aan en laat je de deelnemers zoveel mogelijk zelf aan het woord. Je laat hen reageren op elkaar, maar bewaakt dat iedereen de ruimte krijgt om zijn zegje te doen en dat de deelnemers respectvol omgaan met elkaar. Ook de **timing** hou je goed in het oog.

Als begeleider is het jouw taak om de **reacties** van de deelnemers te registreren en die ook online in te geven. Op die manier kan de Vlaamse Ouderenraad de mening van de deelnemers meenemen als basis voor de verdere campagne en beleidsaanbevelingen. Om dit vlot te laten verlopen, volg je de stappen die beschreven staan in deze leidraad.

CHECKLIST MATERIAAL

- Naamkaartjes
- Koffie en koekjes
- Blanco papier voor de deelnemers
- Scoreformulier begeleider (dit vind je achteraan deze leidraad)
- Ideeënbladen (dit vind je achteraan deze leidraad)
- Balpennen

VERLOOP VAN HET DENKMOMENT

Het denkmoment bestaat uit verschillende onderdelen. Hieronder lichten we elke stap uitgebreid toe. Het denkmoment zal in totaal zo'n **3 uur duren, pauze inbegrepen**. Hou de timing van elke stap goed in de gaten, zodat je voldoende tijd hebt om alle vragen aan bod te laten komen.

Surf alvast naar www.bepaaljeverhaal.be/interactievetest Projecteer de webpagina voor de deelnemers via de beamer zodat ze goed kunnen volgen.

TIP: Om de timing te bewaken is het een goed idee om er een timer bij te nemen (bijvoorbeeld op jouw gsm). Dan kun je eenvoudig per onderdeel in de gaten houden hoe lang je al bij een onderdeel stilstand.

WELKOM

Duur	5'
Materiaal	Naamkaartjes
Doel	Een goede start van het denkmoment door in herinnering te brengen waarom de deelnemers samen rond de tafel zitten en praktische afspraken over het verloop van het denkmoment te maken.

JEZELF VOORSTELLEN

Heet de deelnemers welkom op het denkmoment. Als de deelnemers jou nog niet kennen, stel je jezelf kort voor.

DOEL VAN HET DENKMOMENT TOELICHTEN

Licht het doel van het denkmoment toe en verduidelijk wat er zal gebeuren met de inzichten die de deelnemers tijdens het denkmoment meegeven. Onderstaande info kan hierbij richting geven, al hoeft je deze niet letterlijk voor te lezen:

“De Vlaamse Ouderenraad lanceert een campagne over de toekomst van de ouderenzorg. Want iedereen wordt vroeg of laat geconfronteerd met zorg. Misschien omdat je zelf nu of in de toekomst zorg nodig hebt, of misschien omdat iemand in je omgeving zorgnoden krijgt.

De Vlaamse Ouderenraad wil samen met jullie nadenken over hoe dat leven met zorgnoden er dan uit moet zien om tegemoet te komen aan jullie wensen en verwachtingen. Jullie ideeën gaan de campagne van de Ouderenraad mee voeden en liggen mee aan de basis van beleidsaanbevelingen die de Vlaamse Ouderenraad aan het einde van de campagne aan ministers en politieke partijen gaat overhandigen.”

PRAKTISCH

Licht toe hoelang het denkmoment zal duren en schets het verloop. Onderstaande info kan hierbij richting geven, al hoeft je deze niet letterlijk voor te lezen:

“Het denkmoment zal ongeveer drie uur duren. Er is tussendoor een pauzemoment voorzien. Dan kunnen jullie koffie bijvullen, eens naar het toilet gaan of een luchtje gaan scheppen.

Er zullen jullie verschillende situaties en vragen voorgelegd worden. We gaan hier telkens over in gesprek gaan, waarna ik de antwoorden van de groep in zal geven in het online platform. Zo stroomt wat we hier vandaag zeggen rechtstreeks door naar de Vlaamse Ouderenraad.

Iedereen moet vrijuit kunnen praten tijdens dit denkmoment. Er is geen ‘juist’ of ‘fout’, alle ideeën zijn welkom. Het kan al eens voorvallen dat iemand een andere mening heeft dan iemand anders, ook dat is oké.

Laat elkaar uitspreken en onderbreek elkaar niet. Wanneer je het moeilijk vindt om spontaan aan het woord te komen, steek dan je hand op, zo weet ik dat je het woord vraagt.”

TIP: Als deelnemers voortdurend opstaan om koffie te halen, een telefoon te beantwoorden, ... kan dit de dynamiek van het denkmoment verstoren. Vraag daarom aan de deelnemers om dit zoveel mogelijk te beperken. Tijdens de pauze hebben ze hier de tijd voor.

NOG VRAGEN?

Pols of alles voor iedereen duidelijk is. Als dat zo is, kun je écht van start gaan met het denkmoment.

REGISTREREN

Klik op ‘ik ben een groep of organisatie’ en ga van start. Je krijgt de vraag om de naam van je organisatie en het aantal deelnemers in te vullen. Vul deze gegevens in. Klik op volgende, het scherm ‘kennismakingsronde’ zal verschijnen.

KENNISMAKINGSRONDE

Duur	15'
Materiaal	/
Doel	Deze kennismakingsronde dient om de groep wat los te maken en elkaar te leren kennen. Je hoeft tijdens de kennismakingsronde niets online in te geven.

Stel volgende vraag aan de deelnemers:

*“Denk kort en in stilte even na over deze vragen, daarna gaan we samen jullie antwoorden overlopen: **(1)** Ben je al geconfronteerd met zorgnoden, bij jezelf of mensen die je goed kent? **(2)** Waarom is het voor jou belangrijk om deel te nemen vandaag?”*

Je geeft elke deelnemer het woord en laat de persoon zijn/haar naam zeggen en het antwoord delen op de twee vragen. Bewaak hierbij de timing zeer goed: elke deelnemer krijgt maximaal 1 minuut het woord.

Nadat elke deelnemer aan het woord geweest is, bedank je de deelnemers voor de toelichting, en geef je aan dat het nuttige info is om in het achterhoofd te houden bij het bespreken van de komende vragen.

DEEL I: NADENKEN OVER CONCRETE ZORGSITUATIES

Duur	75'
Materiaal	Scoreformulier (dit vind je achteraan deze leidraad), blanco papier voor de deelnemers, balpennen
Doel	Niet iedereen heeft meteen een duidelijke visie over de toekomst van de ouderenzorg klaarstaan. In dit deel laten we deelnemers zich daarom eerst inleven in drie concrete situaties, en vragen we daarbij naar hun voorkeuren. Tegelijk leert ons dat meteen welke woon- en ondersteuningsvormen de deelnemers zelf verkiezen en waarom. In totaal zijn er drie scenario's, met per scenario telkens drie onderwerpen waar we naar vragen.

Leg het verloop van dit eerste deel uit aan de deelnemers. Onderstaande omschrijving kan daarbij richting geven, al hoeft je deze niet letterlijk voor te lezen:

“In dit deel krijgen we telkens een situatie te zien. Ik ga die voorlezen, en jullie vragen je de situatie in te beelden alsof het over jezelf gaat. De situaties nodigen je uit om na te denken over je eigen voorkeuren wanneer je nood zou hebben aan zorg en ondersteuning. Voor de campagne willen we graag weten waar jouw voorkeur naartoe gaat, en waarom dat zo is.

Vervolgens komen er over elke situaties drie vragen. Bij het beantwoorden van die vragen, mag je vertrekken vanuit je eigen leven (heb je een partner, heb je kinderen, heb je goede contacten met je burens, ...) en met je eigen wensen en verwachtingen in het achterhoofd.”

SITUATIE 1 (25')

Klik op de knop ‘volgende’ op je scherm. Zo kom je terecht bij een omschrijving van een eerste zorgsituatie. Lees de situatie voor:

“Beeld je in: Sinds je viel en je heup brak, heb je vaak last van hevige pijn. Die pijn maakt het leven moeilijker. Je bent slecht ter been, en heel wat dagelijkse taken lukken niet meer zonder hulp.”

TIP: Het is handig voor de deelnemers om dit mee te kunnen lezen, zoom daarom in om de tekst groter te maken op het scherm.

Bespreek deze situatie met de groep aan de hand van de drie vragen in de online vragenlijst.

Vraag 1: Om boodschappen te doen, zou ik in deze situatie het liefst hulp krijgen van:

- Mijn partner, kinderen of een goede vriend(in)
- Een online boodschappendienst die mijn boodschappen levert
- Een vrijwilliger uit mijn buurt
- Een hulpverlener, bijvoorbeeld van een dienst voor gezinszorg

Voor deze vraag krijgen de deelnemers elk 3 punten die ze mogen verdelen over de antwoordmogelijkheden die hun voorkeur krijgen. Onderstaande omschrijving kan helpen om de aanpak uit te leggen, al hoeft je deze niet letterlijk voor te lezen:

“Je krijgt 3 punten die je mag verdelen over de opties die jou het meest aanspreken. Je mag zelf beslissen hoe je die punten in wil zetten. Je kan 3 punten geven aan een enkele optie of je kan aan de ene optie 2 punten geven en aan een andere 1 of je kan de 3 punten verdelen over 3 verschillende opties.

Je krijgt nu even de tijd om na te denken over wat jou het meest aanspreekt. Als je dat makkelijk vindt, mag je je scores opschrijven op het papier dat voor jou ligt. Daarna zal ik aan iedereen

vragen aan welke opties je punten hebt gegeven. Ik zal alles optellen en de totaalscore ingeven op het online platform.”

TIP: Gebruik het scoreformulier dat je achteraan deze leidraad vindt om de totaalscores te berekenen per optie. Hier kan je op een handige manier de puntenverdeling bijhouden.

Kijk samen naar de totaalscores en benoem welke opties de meeste punten kregen. Vraag aan de deelnemers waarom deze vorm van ondersteuning hen het meest aanspreekt. In de online vragenlijst is een open tekstveld voorzien om de belangrijkste argumenten voor de meest gekozen keuzes in te vullen. Zaken die eruit springen, kun je hier in enkele woorden noteren.

TIP: Het noteren hoeft niet in mooie volzinnen. Beperk het gerust tot halve zinnen of kernwoorden, zolang de boodschap maar duidelijk is. Zo kan je snel over naar de volgende vraag.

Ga door naar de volgende vraag:

Vraag 2: Om mij te helpen aankleden, zou ik in deze situatie het liefst hulp krijgen van:

- Mijn partner, kinderen of een goede vriend(in)
- Een zorgrobot die me helpt aan- en uitkleden
- Een professionele zorgverlener
- Een vrijwilliger uit mijn buurt

Doorloop hetzelfde proces. De deelnemers hebben opnieuw 3 punten. Laat de deelnemers punten toekennen, tel deze op en geef deze in de online vragenlijst in, om vervolgens te bespreken wat de argumenten zijn voor de meest gekozen keuzes.

Ga door naar de volgende vraag. Voor deze derde vraag gaan we een stapje verder in het verhaal, lees de beschrijving voor:

“Beeld je in: Je hebt nog steeds last van je heup. Je dokter vertelt dat je pijn zal toenemen. Daardoor zal je je steeds moeilijker kunnen verplaatsen en alsmaar meer ondersteuning nodig hebben.”

Vraag 3: Waar zou je dan het liefste wonen?

- Naast of bij mijn kinderen, zoals in een kangoeroewoning of een tijdelijke mantelzorgwoning die bij hun huis staat
- Een woning die ik deel met andere mensen, zoals generatiegenoten of jongere mensen

- Een huis of appartement voor mezelf (en mijn partner)
- Een plek waar er zorgverleners aanwezig zijn die mij doorheen de dag kunnen helpen

Doorloop voor de bespreking hetzelfde proces: laat de deelnemers punten toekennen, tel deze op en geef deze in de online vragenlijst in, om vervolgens te bespreken wat de argumenten zijn voor de meest gekozen keuzes.

SITUATIE 2 (25')

Rond het gesprek over de eerste situatie af en lees de beschrijving van de tweede situatie voor:

“Beeld je in: Je merkt dat je de laatste tijd vaak verward raakt. Koken is niet meer vanzelfsprekend, een recept volgen is steeds moeilijker. Je loopt soms verloren in je eigen buurt. Dat maakt je onzeker.”

Bespreek deze situatie met de groep aan de hand van de drie vragen in de online vragenlijst. De methode is dezelfde: de deelnemers hebben bij elke vraag 3 punten die ze mogen verdelen over de verschillende opties. Laat de deelnemers punten toekennen, tel deze op en geef deze in de online vragenlijst in, om vervolgens te bespreken wat de argumenten zijn voor de meest gekozen keuzes.

TIP: Tijdens de bespreking van deze situatie zullen deelnemers misschien verwijzen naar dementie. Probeer je niet te verliezen in discussies over het leven met (zware) dementie, maar de deelnemers altijd terug te leiden naar de beschrijving van de situatie waarbij het gaat over beginnende moeilijkheden op cognitief vlak.

Vraag 1: Om me te helpen met eten maken, zou ik in deze situatie het liefst hulp krijgen van:

- Een hulpverlener, bijvoorbeeld van een dienst voor gezinszorg
- Een vrijwilliger uit mijn buurt
- Technologie die me ondersteunt om goed en veilig te koken, bijvoorbeeld sensoren die registreren wat ik doe
- Mijn partner, kinderen of een goede vriend(in)

Vraag 2: Om te kunnen blijven genieten van sociale of culturele uitjes, zou ik het liefst hulp krijgen van:

- Een digitale oplossing zodat ik van thuis uit mee kan doen
- Een vrijwilliger, een lid van een vereniging of een buddy uit mijn buurt
- Een professionele hulpverlener van een zorgdienst
- Mijn partner, kinderen of een goede vriend(in)

Voor de derde vraag gaan we een stapje verder. Lees de beschrijving voor:

“Beeld je in: De dokter vertelt dat de kans groot is dat die momenten van verwarring zullen toenemen. Daardoor zal je steeds meer ondersteuning nodig hebben.”

Vraag 3: Waar zou je dan het liefste wonen?

- Een woning die ik deel met andere mensen, zoals generatiegenoten of jongere mensen
- Een plek waar er zorgverleners aanwezig zijn die mij doorheen de dag kunnen helpen
- Een huis of appartement voor mezelf (en mijn partner)
- Naast of bij mijn kinderen, zoals in een kangoeroewoning of een tijdelijke mantelzorgwoning die bij hun huis staat

SITUATIE 3 (25')

Rond het gesprek over de tweede situatie af en lees de beschrijving van de derde en laatste situatie voor:

“Beeld je in: Je krijgt al jarenlang hulp aan huis. Maar door gewrichtspijnen, evenwichtsproblemen en kortademigheid lukt het nu echt niet meer om thuis te blijven wonen. Daarvoor is je nood aan zorg en ondersteuning te groot. Verhuizen naar een plek waar continu zorgverleners aanwezig zijn, lijkt de beste keuze.”

Benadruk dat we de deelnemers vragen zich in te leven in een situatie met zwaardere zorgnoden, die het onmogelijk maken om goed en veilig thuis te blijven wonen. Veel mensen hopen dat dit nooit het geval zal zijn, maar toch willen we voor deze campagne graag weten wat voor hen van belang is moesten ze zich in zo'n situatie bevinden.

Wat is voor jou het belangrijkste om je daar goed te voelen?

- Iets kunnen blijven betekenen voor anderen
- Samenleven met een klein groepje mensen
- Elke dag valt er iets leuks te beleven
- Rust ervaren
- Er samen met mijn partner kunnen wonen
- Mijn hobby's blijven doen
- Een huiselijke inrichting
- Veel contact met mensen, verenigingen, leuke plekken ... in de buurt
- Perfecte medische zorg
- Zelf mee kunnen bepalen hoe alles er verloopt
- Een warme band met het personeel
- Andere, namelijk:

Deze vraag heeft meer antwoordopties, maar verder ziet de bespreking er hetzelfde uit: de deelnemers hebben elk 3 punten die ze mogen verdelen over de opties. Je berekent de totaalscores van de verschillende opties en geeft ze online in.

Over deze situatie volgt nog een open vraag: **'Zijn er dingen die je tegenhouden om naar zo'n woonzorgvoorziening te willen verhuizen?'** Noteer de voornaamste argumenten van de groep in het open tekstveld in de online vragenlijst.

Klik op 'volgende' en kondig aan dat het tijd is voor een koffiepauze. Deze kan een kwartier tot een half uur duren.

PAUZE

Duur		15'
Materiaal		/

DEEL II: DEEL JE IDEE

Duur	60'
Materiaal	Ideeënbladen (die vind je achteraan deze leidraad)
Doel	De deelnemers vrij hun ideeën laten delen over de toekomst van de ouderenzorg.

In dit tweede deel van het denkmoment krijgen de deelnemers de kans om al hun ideeën over de toekomst van de ouderenzorg mee te geven. Je vertrekt vanuit de vraag: **Wat willen jullie zeker zien veranderen in de ouderenzorg?**

IDEEËN SPROKKELEN (30')

De deelnemers zetten zich nu samen in groepjes van 2 of 3. Elk klein groepje krijgt 1 ideeënblad met daarop telkens een vraag om over na te denken:

1. Hoe kan zorg warm en kwaliteitsvol zijn?
2. Hoe kunnen woonvormen op maat van ouderen met zorgnoden eruitzien?
3. Hoe kan technologie ouderen met zorgnoden ondersteunen?
4. Welk advies wil je geven aan de minister van ouderenzorg?

De deelnemers krijgen telkens **5 minuten** om hun ideeën op te schrijven op het blad dat voor hen ligt. Na 5 minuten wordt het blad doorgegeven aan het volgende groepje. Zij lezen wat er al op het blad staat en vullen verder aan. Ze kunnen daarbij voortbouwen op de ideeën die al op het blad staan, of ze kunnen een nieuw idee toevoegen.

IDEEËN SELECTEREN (30')

Je overloopt met de hele groep elk ideeënblad één voor één. Je start met de vraag 'Hoe kan zorg warm en kwaliteitsvol zijn?' Je overloopt de ideeën die op het blad staan en vraagt waar nodig verduidelijking. Vervolgens vraag je aan de deelnemers welke twee ideeën zij het sterkst vinden. Laat de groep samen beslissen welke twee ideeën dit zijn en geef deze vervolgens in, in het open tekstveld dat voorzien is in de online vragenlijst.

Doorloop dezelfde stappen voor de andere ideeënbladen en geef telkens de twee ideeën die de groep selecteert in, in de online vragenlijst.

Als je klaar bent, klik je op volgende. De antwoorden van de groep zullen later verschijnen op de 'deel je idee'-zone op de website.

SLOT

Duur	5'
Materiaal	/
Doel	Een warme afronding en bedanken van de deelnemers.

LAATSTE VRAGEN

Tot slot stellen we nog twee korte vragen om een goed beeld te krijgen van de groep. Geef in de online vragenlijst telkens in hoeveel deelnemers tot welke categorie behoren.

DEEL DE KEUZES VAN DE GROEP

Wanneer je de vragenlijst voltooit, word je automatisch naar een webpagina geleid waar je een visueel overzicht vindt van de voornaamste keuzes die de groep maakte tijdens dit denkmoment. De iconen zijn meer of minder gevuld, naargelang de groep meer voor deze woon- of ondersteuningsvorm koos. Daarnaast verschijnen ook alle ideeën die de groep deelde tijdens het tweede deel van het denkmoment op de ideënmuur op www.bepaaljeverhaal.be.

Vergeet zeker niet om [de keuzes van de groep te delen via sociale media](#). Zo kun je jouw organisatie in de kijker zetten en tonen dat jullie meedoen aan het debat over de toekomst van de ouderenzorg.

DANKJEWEL

Het denkmoment zit erop! Bedank de deelnemers voor hun aanwezigheid en om hun mening te delen. Herhaal nog eens dat de input gebruikt zal worden in de campagne van de Vlaamse Ouderenraad en dat de deelnemers op de hoogte gehouden zullen worden van de verdere stappen van de campagne en de uiteindelijke beleidsvoorstellen die geformuleerd worden. Dit zal verlopen via het e-mailadres dat de groep registreerde in de online vragenlijst.

Vragen de deelnemers naar de volgende stappen in de campagne? Die zien er als volgt uit:

- In het **voorjaar** van 2023 vinden de denkmomenten plaats. Er zullen ook inzoomsessies georganiseerd worden rond specifieke onderwerpen, hierover communiceert de Vlaamse Ouderenraad via de campagnewebsite en andere kanalen.
- Tijdens de **zomer** van 2023 zullen er op www.bepaaljeverhaal.be opiniestukken van spraakmakende stemmen en artikels over vernieuwende initiatieven te lezen zijn.

- Op **26 oktober** 2023 volgt een grote debatdag waarop zowel ouderen, mantelzorgers vertegenwoordigers van de zorgsector als beleidsmakers uitgenodigd zullen zijn. Samen denken ze na en hakken ze knopen door. Ook de deelnemers aan het denkmoment zijn welkom! Meer informatie hierover volgt.
- In **aanloop naar de verkiezingen** lanceert de Vlaamse Ouderenraad in het voorjaar van 2024 zijn aanbevelingen voor de toekomst van de ouderenzorg.

Scoreformulier situatie 1 / vraag 2

Sinds je viel en je heup brak, heb je vaak last van hevige pijn. Die pijn maakt het leven moeilijker. Je bent slecht ter been, en heel wat dagelijkse taken lukken niet meer zonder hulp.

Om mij te helpen aankleden, zou ik in deze situatie het liefst hulp krijgen van:

	Score 1	Score 2	Score 3	Score 4	Score 5	Score 6	Score 7	Score 8	Totaal
Partner, kinderen of een goede vriendin									
Zorgrobot									
Professionele zorgverlener									
Vrijwilliger uit mijn buurt									

Scoreformulier situatie 1 / vraag 3

Je hebt nog steeds last van je heup. Je dokter vertelt dat je pijn zal toenemen. Daardoor zal je je steeds moeilijker kunnen verplaatsen en alsmaar meer ondersteuning nodig hebben.

Waar zou je dan het liefste wonen?0									
	Score 1	Score 2	Score 3	Score 4	Score 5	Score 6	Score 7	Score 8	Totaal
Naast of bij mijn kinderen									
Woning die ik deel met andere mensen									
Huis of appartement voor mezelf (en mijn partner)									
Plek waar er zorgverleners aanwezig zijn									

Scoreformulier situatie 2 / vraag 1

Je merkt dat je de laatste tijd vaak verward raakt. Koken is niet meer vanzelfsprekend, een recept volgen is steeds moeilijker. Je loopt soms verloren in je eigen buurt. Dat maakt je onzeker.

Om me te helpen met eten maken, zou ik in deze situatie het liefst hulp krijgen van:

	Score 1	Score 2	Score 3	Score 4	Score 5	Score 6	Score 7	Score 8	Totaal
Hulpverlener									
Vrijwilliger uit mijn buurt									
Technologie die me ondersteunt									
Partner, kinderen of een goede vriend(in)									

Scoreformulier situatie 2 / vraag 2

Je merkt dat je de laatste tijd vaak verward raakt. Koken is niet meer vanzelfsprekend, een recept volgen is steeds moeilijker. Je loopt soms verloren in je eigen buurt. Dat maakt je onzeker.

Om te kunnen blijven genieten van sociale of culturele uitjes, zou ik het liefst hulp krijgen van:

	Score 1	Score 2	Score 3	Score 4	Score 5	Score 6	Score 7	Score 8	Totaal
Digitale oplossing									
Vrijwilliger, lid van een vereniging of een buddy									
Professionele hulpverlener									
Partner, kinderen of een goede vriend(in)									

Scoreformulier situatie 2 / vraag 3

De dokter vertelt dat de kans groot is dat die momenten van verwarring zullen toenemen. Daardoor zal je steeds meer ondersteuning nodig hebben.

Waar zou je dan het liefste wonen?									
	Score 1	Score 2	Score 3	Score 4	Score 5	Score 6	Score 7	Score 8	Totaal
Woning die ik deel met andere mensen									
Plek waar er zorgverleners aanwezig zijn									
Huis of appartement voor mezelf (en mijn partner)									
Naast of bij mijn kinderen									

Scoreformulier situatie 3

Je krijgt al jarenlang hulp aan huis. Maar door gewrichtspijnen, evenwichtsproblemen en kortademigheid lukt het nu echt niet meer om thuis te blijven wonen. Daarvoor is je nood aan zorg en ondersteuning te groot. Verhuizen naar een plek waar continu zorgverleners aanwezig zijn, lijkt de beste keuze.

Wat is voor jou het belangrijkste om je daar goed te voelen?									
	Score 1	Score 2	Score 3	Score 4	Score 5	Score 6	Score 7	Score 8	Totaal
Iets kunnen blijven betekenen voor anderen									
Samenleven met een klein groepje mensen									
Elke dag valt er iets leuks te beleven									
Rust ervaren									
Er samen met mijn partner kunnen wonen									
Mijn hobby's blijven doen									
Een huiselijke inrichting									

	Score 1	Score 2	Score 3	Score 4	Score 5	Score 6	Score 7	Score 8	Totaal
Veel contact met mensen, verenigingen, leuke plekken, ... in de buurt									
Perfekte medische zorg									
Zelf mee kunnen bepalen hoe alles er verloopt									
Een warme band met het personeel									
Andere, namelijk ...									

Ideeënblad:

Hoe kan zorg warm en kwaliteitsvol zijn?



Ideeënblad:

Hoe kunnen woonvormen op maat van ouderen met zorgnoden eruit zien?



Ideeënblad:

Hoe kan technologie ouderen met zorgnoden ondersteunen?



Ideeënblad:

Welk advies wil je geven aan de minister van ouderenzorg?

