

**WAT
IK
WIL**

zeggen

notities over mijn leven, mijn wensen

hulp/zorg zoveel mogelijk
afstemmen op uw
behoefte en wensen

WAT WIL IK EN WAT WIL IK NIET?

In de regio Oost-Veluwe vinden we het belangrijk om zorg op maat te bieden.

Dit betekent dat hulp en zorg zoveel mogelijk wordt afgestemd op de

behoefte en wensen van mensen die ziek zijn en van hun naasten.

Uit ervaring is duidelijk geworden dat het helpt om te bespreken wat u

wel of juist niet wilt, zowel met uw arts als met uw familie en vrienden.

Als wensen worden opgeschreven, blijken ze vaker uit te komen dan wanneer dit niet gebeurt.

Daarom hebben wij dit boekje voor u gemaakt. U kunt hierin (eventueel

met iemand samen) noteren wat u belangrijk vindt en wat er is afgesproken

met uw behandelaren en zorgverleners. Achter in dit boekje vindt u informatie

over hulpaanbod in de regio. Het is handig om dit boekje mee te nemen bij

een bezoek aan uw zorgverlener. Neem dan ook altijd uw actuele

medicijnlijst mee.

MIJN GEGEVENS

naam

adres

postcode

woonplaats

telefoonnummer

e-mailadres

geboortedatum

BSN

contactpersoon

relatie tot mij

telefoonnummer

e-mailadres

WIE OF WAT IS BELANGRIJK VOOR MIJ

(bijvoorbeeld gezin, werk, sport, hobby, etc)

>

Ik heb aan mijn buren
gevraagd of ze af en toe
voor mij willen koken

MIJN ZIEKTEGESCHIEDENIS

>

Wat u nu bedenkt
hoeft niet voor altijd
uw koers te zijn

allergieën

zijn er medicijnen waar u slechte ervaringen mee heeft?

dieet

TELEFOONNUMMERS

functie	naam	telefoonnummer
eigen huisarts		
huisartsenpost		0900 6009000
thuiszorg		
verpleegkundige palliatieve zorg		
medisch specialist (+ functie)		
overig		

WAT IEDERE ZORGVERLENER VAN MIJ MOET WETEN



VRAGEN OM TE ONTDEKKEN WAT U ECHT WILT

- Welke dagelijkse dingen doen u goed?
- Van welke activiteiten of bezigheden krijgt u energie?
- Waar bent u trots op?
- Wat put u juist uit?
- Waar was u als kind al graag mee bezig?
- Welke dingen doet u moeiteloos?

MIJN WENSEN ROND

voeding

beweging

rust

medicatie

MIJN WENSEN ROND

levensbeschouwing

sociale contacten (bijv. met familie, vrienden, buren, collega's)

ondersteuning (bijv. door vrijwilligers of een geestelijk verzorger)

intimiteit en seksualiteit

opname ziekenhuis

reanimatie

euthanasie

palliatieve sedatie

MIJN WENSEN ROND

plaats van overlijden

mijn uitvaart

overig

BELANGRIJKE DOCUMENTEN

ik heb een wilsverklaring (of behandelbeleid)

ja

nee

ik heb een euthanasieverklaring

ja

nee

ik ben orgaandonor

ja

nee

overig

HOE IS HET NU?

lichamelijk

aandachtspunten

datum

naam

zorgbehoefte

aandachtspunten

datum

naam

HOE IS HET NU?

sociale situatie		
aandachtspunten	<i>datum</i>	<i>naam</i>
<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>		

zingeving		
aandachtspunten	<i>datum</i>	<i>naam</i>
<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>		



TIPS VOOR UW HULPVERLENER(S)

tip	datum	naam
-----	-------	------

tip	datum	naam
-----	-------	------

TIPS VAN UW HULPVERLENER(S)

tip	datum	naam
-----	-------	------

tip	datum	naam
-----	-------	------

REGIONALE ADRESSEN

Alle zorgverleners die palliatieve zorg verlenen zijn hier voor u gebundeld.

Het ziekenhuis

Dit is meestal de plek waar mensen te horen krijgen dat ze niet meer beter zullen worden. Palliatieve patiënten en hun naasten worden intensief begeleid tijdens het behandeltraject, er is een palliatief consultatieteam en er zijn gespecialiseerde verpleegkundigen.

055 - 581 81 81
www.gelreziekenhuizen.nl

Huisarts

Huisartsen leveren zorg van de wieg tot het graf, waarbij alle aspecten van het welzijn (lichamelijk, geestelijk, sociaal en spiritueel) van belang zijn. Het is belangrijk om zelf aan te geven bij de huisarts welke verwachtingen er zijn zodat de regie gezamenlijk opgepakt kan worden. Het helpt om twijfels, vragen en andere aandachtspunten

voorafgaand aan een gesprek op papier te zetten. Of om iemand mee te nemen.

Palliatieve zorg thuis

Er is een sterke voorkeur van mensen om de laatste fase van hun leven thuis door te brengen. Overdag en 's nachts kan verpleging en verzorging thuis gegeven worden, ook zeer gespecialiseerde zorg zoals inzet van pompjes bij pijnbestrijding. Ook als thuiszorg (nog) niet nodig is, is het mogelijk om begeleiding te krijgen van gespecialiseerde verpleegkundigen. Informeer bij huisarts of thuiszorgorganisatie.

Atlant

055 - 506 74 56 / www.atlant.nl
Attend24uurszorg
06 - 5172 8699
www.attend24uurszorg.nl/apeldoorn
Buurtzorg
Via het landelijke nummer 0900 - 690 69 06 zijn de plaatselijke teams te vinden.
www.buurtzorgnederland.com

De Goede Zorg

0800 - 06 04 / www.degoedezorg.nl
Hanzeheerd
038 - 444 58 51 / www.hanzeheerd.nl
Nusantara
088 - 539 08 00 / www.nusantara.nl
Palliaterm
06 - 1600 7076 / www.palliaterm.nl
Privazorg
055 - 356 07 12
www.privazorgapeldoorn.nl
Riwis Zorg en Welzijn
0900 - 242 42 41 / www.riwis.nl
Thuiszorg Beers
055 - 312 03 90
www.thuiszorgbeers.nl
Verian
088 - 126 31 26 / www.verian.nl
Viattence
0578 - 668 449 / www.viattence.nl
WZU Veluwe
0578 - 763 708 / www.wzuveluwe.nl
Zorggroep Apeldoorn
055 - 549 52 49
www.zorggroepapeldoorn.nl
Zorgmensen
055 - 548 45 00
www.zorgmensen.nl

Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg (VPTZ)

Goed opgeleide vrijwilligers zijn beschikbaar om de ondersteuning en zorg thuis en in hospicevoorzieningen zo goed mogelijk te laten verlopen. Zij bieden hulp en aandacht om sterven in de eigen gekozen omgeving beter mogelijk te maken. Deze hulp is gratis en kan door patiënt, naaste, de huisarts of een verpleegkundige worden aangevraagd.

De Kap

055 - 529 55 20
www.dekap.nl
Mens en Welzijn Voorst
06 - 3369 7667
www.mensenwelzijn.nl
De Kruidelschaar
06 - 2379 5462
www.kruidelschaar.nl
Voor mekaar Hattem
06 - 2206 6754
www.voormekaarhattem.nl

Stichting Nabij

Voor mensen zonder/met klein sociaal netwerk
085 - 016 33 33
www.nabij.nu
Palliamaat
06 - 3656 0859
www.palliamaat.nl

Hospice

Een hospice biedt een gastvrij verblijf in een veilige en huiselijke omgeving in de laatste levensfase, bij een levensverwachting van ongeveer drie maanden. Een opname kan de beste oplossing zijn als het thuis niet meer gaat. Er is 24 uur zorg aanwezig die wordt geboden door verpleegkundigen, geschoolde vrijwilligers en verzorgenden. Naasten kunnen dag en nacht aanwezig zijn en meehelpen met de zorg. Soms bestaat de mogelijkheid tot tijdelijke opname (respijt). Sommige hospices hebben een eigen hospicearts, anderen maken gebruik van de eigen huisarts van de gast.

Hospice Apeldoorn

055 - 506 11 09
www.hospiceapeldoorn.nl
Hospice De Spreng in Beekbergen
055 - 506 61 80
www.zorggroepapeldoorn.nl/despreng
Hospice Casa Vera in Oene
06 - 2379 5462
www.kruidelschaar.nl

Andere doelgroepen

's Heeren Loo en Zozijn bieden zorg aan mensen met een verstandelijke beperking. Beide organisaties hebben een palliatief team.

Zozijn

088 - 575 39 00
www.zozijn.nl
's Heeren Loo
088 - 036 60 00
palliatief.team-apeldoorn@sheerenloo.nl
www.sheerenloo.nl

>>

GGNet

Voor mensen met meervoudige psychiatrische en psychosociale problemen.

088 - 933 11 00
www.ggnet.nl

Iriszorg

Maatschappelijke opvang voor mensen met en zonder verslavingsproblematiek.

088 - 606 16 00
www.iriszorg.nl

MeerZorg de Wending

Voor mensen met verslavingsproblematiek en dak- en thuislozen, waarbij de somatiek (tijdelijk) op de voorgrond staat.

088 - 090 18 10
www.legerdesheils.nl/gelderland/meerzorg

Palliatieve zorg voor kinderen

Algemene informatie:
www.kinderpalliatief.nl

Palliatieve zorg voor jong volwassenen

Een ernstige ziekte op jonge leeftijd brengt andere behoeften, vragen, angsten, twijfels en zorgen met zich

mee, dan wanneer dit op oudere leeftijd gebeurt.

Stichting Aanmij

Denkt en helpt mee rond persoonsgerichte zorg die voldoet aan de specifieke behoeften en vragen van jonge mensen.

06 - 1480 4482
www.aanmij.com

ONTMOETINGSPLEKKEN

Café Doodgewoon

Trefpunt voor mensen met een levensbedreigende ziekte, hun vrienden, familie en andere belangstellenden. Hier worden actuele thema's over palliatieve zorg besproken. Data, locatie en onderwerpen zijn te vinden op de website.

06 - 1315 9144 / 06 - 3658 1651
www.netwerkpalliatievezorg.nl/oostveluwe

Inloophuizen

Voor ontmoeting met lotgenoten, het delen van ervaringen. Over leven met kanker of over het omgaan met

kanker als partner, vriend(in) of familielid ziek is. Of over verder leven na overlijden van een dierbare.

'kLEEF! - Apeldoorn

055 - 576 26 76
www.stichtingkleef.nl

De Zonnestein - Hattem

06 - 1218 8146
www.inloophuisdezonnestein.nl

WENSEN?

De Veluwe Wens Ambulance

Maakt het mogelijk dat mensen hun (laatste) wens, geheel kosteloos, in vervulling kunnen laten gaan.

06 - 1846 7719
www.veluwewensambulance.nl

Stichting Vaarwens

Vaart gratis dagtochten met mensen die een korte levensverwachting hebben door een levensbedreigende ziekte.

06 - 5136 8198
www.stichtingvaarwens.nl

De Opkikker

Verzorgt opkikkerdagen voor gezinnen met een langdurig ziek kind, zodat na veel vervelende dagen de leuke dagen toch nét iets langer duren!

036 - 5386 660
www.opkikker.nl

Make-A- Wish

Vervult de liefste wens van kinderen met een levensbedreigende ziekte.

0348 - 40 80 60
www.makeawishnederland.org

Wensstichting Shamajo

Wil bij zoveel mogelijk meervoudig gehandicapten meer kleur in hun leven brengen.

06 - 2738 9625
www.shamajo.nl

OVERIG

Er is een groot aanvullend aanbod. U kunt hierbij denken aan kunstzinnige therapie (www.kunstzinnigetherapie.nl), complementaire zorg, het bezoeken van bezinningsplekken (o.a. www.hofvankairos.nl),

psychosociale ondersteuning (o.a. www.hdi.nl), mindfulness of ondersteuning bij levensvragen (www.zorgvoorbeter.nl/ouderenzorg/mentaal-welbevinden-pril).

Digitale wegwijzer overheid

Er is een digitale wegwijzer waar alle zorg en ondersteuning te vinden is: www.kiesbeter.nl

Uitvaart Informatie Hulplijn

Iedereen met een vraag die te maken heeft met een overlijden, uitvaart of nazorg kan 7 dagen per week gedurende 24 uur terecht bij de Uitvaart Informatie Hulplijn. 0800 - 444 40 00 (gratis)
www.uitvaartinformatiehulplijn.nl

Landelijk Steunpunt Rouw (LSR)

Voor hulp en advies bij rouw en verlies. Via deze landelijke organisatie zijn regionale adressen te vinden van hulpverleners in onze regio. 033 - 461 68 96
www.landelijksteunpuntrouw.nl

Vergoeding van kosten

Dit is bij elke soort zorg anders geregeld. Het is daarom belangrijk vooraf bij de zorgverzekeraar na te vragen wat vergoed wordt en in welke vorm: is er een verplicht eigen risico en/of een inkomensafhankelijke bijdrage? Voor zorg thuis kan zelf contact opgenomen worden met een zorgaanbieder. Hulp bij het huishouden en voorzieningen als een rolstoel of woningaanpassing zijn bij de gemeente via de Wet Maatschappelijke ondersteuning (WMO) aan te vragen. In veel gevallen is er een indicatie nodig van het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ) nodig. 088 - 789 16 00
www.ciz.nl

Adviespunt Zorgbelang

Voor vragen en klachten over zorg en welzijn. Adviespunt Zorgbelang is onafhankelijk van zorgaanbieders, zorgverzekeraars en gemeenten. 0900 - 243 70 70
www.adviespuntzorgbelang.nl

NOTITIES



Kijk voor actuele informatie op
www.netwerkpalliatievezorg.nl/oostveluwe

Dit boekje is een uitgave van het Netwerk Palliatieve Zorg Oost-Veluwe. De werkgroep die dit heeft ontwikkeld bestaat uit: huisartsen Joke Breugem en Marieke Dijkzeul, wijkverpleegkundigen Janneke Blaauw en Irmi Bassen, manager zorg en welzijn Gerlinde Vorderman en de netwerkcoördinatoren Trudy Willems en Berdine Koekoek. Veel andere zorgverleners, patiënten en mantelzorgers hebben advies gegeven.

Ontwerp en opmaak: ivon jansen (www.ivonjansen.nl)

© Netwerk Palliatieve Zorg Oost-Veluwe / uitgave 2017



www.netwerkpalliatievezorg.nl/oostveluwe