

Langer Actief Thuis

Een interdisciplinair programma gericht op het optimaliseren van de zelfredzaamheid van zelfstandig wonende ouderen gebaseerd op de principes van reablement.

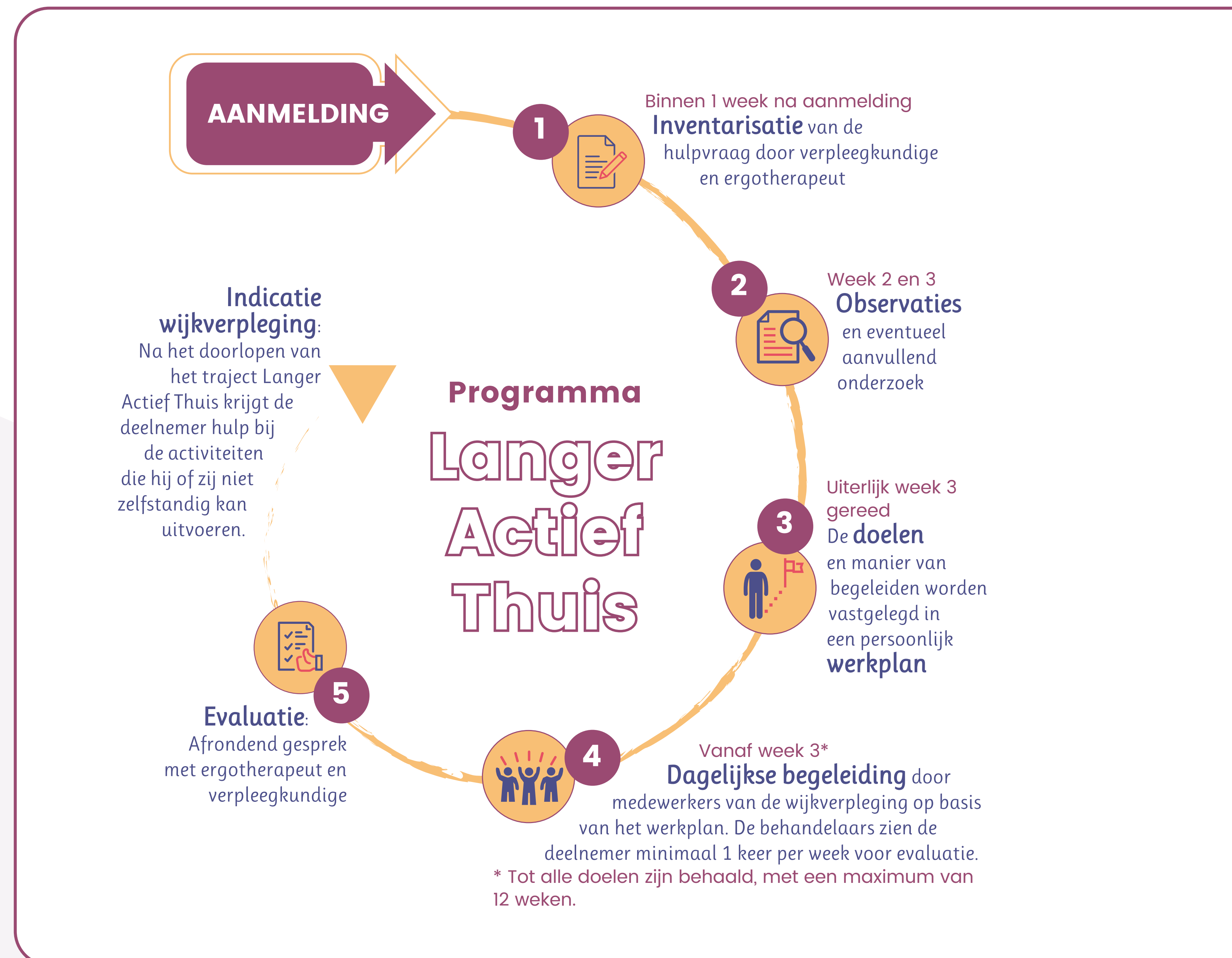
De Nederlandse ouderenzorg is aan het veranderen. Ouderen willen zo lang mogelijk zelfstandig thuis blijven wonen. Tegelijkertijd is er sprake van een groeiend tekort aan verpleegkundigen en verzorgenden. Bij Mijzo wordt mede daardoor de maatschappelijke opdracht gevoeld om de ouderenzorg anders te organiseren, met meer aandacht voor preventie van functionele achteruitgang en het optimaliseren van zelfredzaamheid.

Langer Actief Thuis

Het programma Langer Actief Thuis is gebaseerd op de uitgangspunten van reablement en is erop gericht ouderen zo lang en zelfstandig mogelijk in hun eigen woning te laten functioneren, met de ondersteuning die ze nodig hebben. Hierbij gaan we uit van de mogelijkheden en bieden begeleiding om deze optimaal te benutten. De inhoud van de interventie verschilt, afhankelijk van de individuele doelen van de deelnemer. Het programma duurt maximaal 12 weken.

Voor wie?

Langer Actief Thuis is bedoeld voor iedereen die belemmeringen ervaart bij het uitvoeren van de dagelijkse activiteiten.



Evaluatie pilot

Ouderen zijn blij dat ze activiteiten weer zelfstandig kunnen uitvoeren:

"Het is geweldig om weer zelf te douchen. Ik ben blij dat ik het kan. Ik let op wat ze gezegd hebben. Ik leg alles klaar. Dan hoef ik niet zo op en neer te lopen."

"Dat ik zelf kan bepalen wanneer ik onder de douche ga; dat noem ik 'vrij zijn'."

Een goede onderlinge **communicatie** en **betrokkenheid** van het hele team zijn van belang om het programma LAT verder te implementeren en te borgen in de organisatie.

Vier van de zes ouderen hebben geen wijkverpleging meer nodig en één oudere heeft minder wijkverpleging nodig. In totaal een **afname** van **9,4 uur** wijkverpleging per week bij de zes ouderen die het programma hebben afgerond.

12,2
2,8

Afname uren per week

8,5

Professionals geven het programma LAT een **8,5**. Ze zijn enthousiast om door te gaan met werken volgens LAT. Ze vinden het mooi om samen met de ouderen vanuit hun doelen te werken aan de zelfredzaamheid. De professionals ervaren dat de **interdisciplinaire samenwerking** bijdraagt aan het zo snel mogelijk optimaliseren van de zelfredzaamheid van de ouderen.

In de periode maart tot juni 2021 heeft een pilot plaatsgevonden van het programma Langer Actief Thuis. Aan het eind van de pilot is vastgesteld in hoeverre de doelen van de deelnemers behaald zijn.

| LANGER ACTIEF THUIS | | | Aantal minuten wijkverpleging per week | | | |
|---------------------|---------------------------------------|---------|--|------------|------------|--------------------------|
| Deel-nemer | Doelen | Behaald | | START | EINDE | AFNAME |
| | | Ja | Nee | | | |
| 1 | Zelfstandig steunkousen aantrekken | ● | | 225 | 0 | -225 |
| | Zelfstandig boodschappen doen | ● | | | nvt | |
| | Zelfstandig koken | ● | | | nvt | |
| 2 | Zelfstandig douchen | ● | | 75 | 0 | -75 |
| | Aantrekken braces | ● | | 120 | 0 | -120 |
| | Handelen met minder pijn in de handen | ● | | | nvt | |
| 3 | Stabiel lopen | ● | | | nvt | |
| | Zelfstandig steunkousen uittrekken | ● | | 195 | 125 | -70 |
| | Zelfstandig douchen | ● | | 75 | 0 | -75 |
| 4 | Handelen in de keuken | | ● | | nvt | |
| | Staan handelen | | ● | | nvt | |
| | Schoenen vastmaken | | ● | 45 | 45 | - |
| TOTAAL | | | | 735 | 170 | -565 (9,4 uur) |



Meer informatie

Scan de QR-code of neem contact op met Elly Branderhorst, ergotherapeut en projectleider LAT via elly.branderhorst@mijzo.nl.