

Kanteling Wmo – Iedereen doet mee

Wmo-loket

In gesprek over wat u nodig heeft aan ondersteuning

Een brochure voor iedereen die ondersteuning nodig heeft vanuit de Wmo.

Vrijwillige ouderenadviseur uit Gelderland kunnen ouderen ondersteunen bij de voorbereiding van het Keukentafelgesprek.

De brochure is opgesteld door Project de Kanteling (CSO, CG-Raad, Programma VCP) en MEE Nederland

De brochure is aangevuld met informatie door de SBOG

juni 2011.

Inhoudsopgave

	pagina	
Inleiding	3	
Leeswijzer	3	
1. Wet maatschappelijke ondersteuning	4	
De gemeente	4	
Het Wmo-loket	4	
Het gesprek	4	
Ondersteuning door een vrijwillige ouderenadviseur	5	5
Aandachtspunten voor het gesprek	5	
2. Het gesprek voorbereiden	6	
Woonsituatie	6	
Huishouden en persoonlijke verzorging	6	
Verplaatsen in huis en buiten het huis	7	
Contact met andere mensen	7	
Activiteiten buitenshuis, dagbesteding en vrijwilligerswerk	8	
Financiële situatie	8	
Gezondheid (lichaam en geest)	8	
Mantelzorgers	9	
3. Tot slot	9	

Inleiding

Wmo-loket: in gesprek over uw situatie en wat u nodig heeft aan ondersteuning.

Heeft u door uw beperking of chronische ziekte moeite om mee te doen in de samenleving? Kunt u niet zelfstandig wonen of een huishouden voeren?

Dan kunt u terecht bij het Wmo-loket van de gemeente. De Wmo staat voor Wet maatschappelijke ondersteuning.

De Wmo zorgt er voor dat iedereen mee kan doen in de samenleving. En dat iedereen zo lang mogelijk zelfstandig kan blijven wonen. De gemeente is verantwoordelijk voor de uitvoering van de Wmo. Dat betekent dat u bij de gemeente terecht kunt voor ondersteuning als u belemmeringen tegenkomt in het leven.

Bij het Wmo-loket krijgt u informatie en advies over algemene en individuele voorzieningen. Ook ondersteunt de consulent van het Wmo-loket u bij het aanvragen van voorzieningen. Samen met de Wmo-consulent kijkt u wat uw situatie is en wat uw behoefte aan ondersteuning is. En hoe u hier iets aan kunt doen.

Voordat u met de Wmo-consulent in gesprek gaat, kunt u thuis vast nadenken over uw vraag. Waar heeft u moeite mee? Wat zijn de dingen die u nodig heeft? En hoe zou u dit kunnen oplossen?

Een vrijwillige ouderenadviseur kan u ondersteunen bij de voorbereiding van het gesprek met de Wmo –consulent. Met deze brochure kunt u zich voorbereiden op het gesprek met de Wmo-consulent.

Leeswijzer

In de brochure staan verschillende onderwerpen waarvoor u bij het Wmo-loket terecht kunt. Bij ieder onderwerp staan vragen. U kunt de vragen beantwoorden van de onderwerpen die u aangaan. Zit er een onderwerp tussen die niet bij uw situatie past? Dan kunt u die overslaan. Zo krijgt u een beeld van uw persoonlijke situatie.

Bij ieder onderwerp staat ook de vraag om na te denken over mogelijke oplossingen.

- Zijn er mensen in uw omgeving waar u een beroep op kunt doen?
- Zijn er voorzieningen in de wijk of stad waar u hulp van kunt krijgen?
- Is er professionele hulp of een individuele voorziening nodig, zoals hulp in het huishouden of een vervoersvoorziening?

Als u zelf geen oplossing weet, is dit geen probleem. U kunt dit verder met de Wmo-consulent onderzoeken. Een goede voorbereiding van het gesprek met hulp van bv een vrijwillige ouderenadviseur raden wij u aan.

U kunt de brochure ook gebruiken wanneer u alleen meer informatie of advies wilt hebben over een onderwerp.

De ingevulde vragenlijst geeft een beeld van uw situatie en uw vragen. U kunt de ingevulde vragenlijst meenemen naar het Wmo-loket.

1. Wet maatschappelijke ondersteuning

De Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) zorgt ervoor dat iedereen mee kan doen in de samenleving. En dat iedereen zo lang mogelijk zelfstandig kan blijven wonen. De Wmo zorgt er ook voor dat iedereen de hulp en ondersteuning krijgt die hij daarbij nodig heeft. Heeft u hulp of ondersteuning nodig om mee te doen in de samenleving? Dan kunt u terecht bij het Wmo-loket van de gemeente. U gaat in gesprek met een Wmo-consulent over uw vragen en over mogelijke oplossingen.

De gemeente

De gemeente is verantwoordelijk voor de uitvoering van de Wmo. Dat betekent dat de gemeente mensen ondersteunt die belemmeringen tegenkomen in het dagelijks leven. Mensen kunnen belemmeringen ervaren door ouderdom, een beperking, chronische ziekte of psychische problemen. Zij kunnen bijvoorbeeld het huishouden niet meer doen, hebben aanpassingen nodig in hun woning of ervaren problemen met het vervoer. Ook kunnen zij problemen hebben bij het meedoen aan activiteiten in de buurt, bijvoorbeeld sport of hobby.

Ook mensen die mantelzorg en vrijwilligerswerk doen, kunnen ondersteuning krijgen vanuit de Wmo.

Het Wmo-loket

Al wordt het niet overal zo genoemd, maar bij het Wmo-loket in uw gemeente kunt u terecht met uw vraag om hulp of ondersteuning. Het Wmo-loket geeft u informatie en advies over algemene en individuele Wmo-voorzieningen. De consulent van het Wmo-loket kan u ook persoonlijk ondersteunen bij het aanvragen van voorzieningen. Denk daarbij aan een woningaanpassing, een scootmobiel, verzorging of hulp in de huishouding.

Iedere gemeente heeft een Wmo-loket. Maar niet overal heet dit het Wmo-loket. Soms heet het een zorgloket of een informatiepunt Wmo.

U kunt in de telefoongids of op de internetsite van uw gemeenten vinden waar u terecht kunt. U kunt ook bellen met het gemeentehuis.

Als u contact opneemt met het Wmo-loket kunt u een afspraak maken voor een gesprek. Hoe snel deze afspraak is, is afhankelijk van de gemeente.

Het gesprek

U kijkt samen met de consulent van het Wmo-loket naar wat uw vraag is. Het doel van het gesprek is om duidelijk te maken wat uw situatie is. Welke problemen komt u tegen en wat is nodig om u verder te helpen? Dat verschilt per persoon.

U hoeft het gesprek niet bij het Wmo-loket te voeren. Dat kan ook bij u thuis. Daar kunt u altijd om vragen. U kunt dan laten zien waar u tegenaan loopt en wat uw problemen zijn. Maar het is misschien voor u ook gewoon makkelijker om het gesprek thuis te voeren.

Er zijn gemeenten waar een medewerker van MEE of een ouderenadviseur namens de gemeente het gesprek voert. Is dat het geval in uw gemeente dan kunt u vragen om met deze medewerker een gesprek te voeren.

U kunt altijd iemand meenemen naar het gesprek. Het maakt niet uit of dat gesprek bij het Wmo-loket is of thuis. Dat kan iemand zijn die vertrouwd is, zoals een familielid, een vrijwillige ouderenadviseur of bekende. Het kan ook iemand zijn die veel van het onderwerp af weet, zoals een medewerker van MEE of een ouderenadviseur.

Ondersteuning door een Vrijwillige Ouderenadviseur

In iedere gemeente in Gelderland zijn vrijwillige ouderenadviseurs actief. Een vrijwillige ouderenadviseur (voa) ondersteunt, bemiddelt of verwijst op verzoek van een oudere op het gebied van wonen, welzijn, zorg, inkomen en recht. Centraal staat het goed kunnen luisteren en samen met de oudere bekijken wat precies de vraag is en waar de oplossing gevonden kan worden. De voa kan mogelijkheden aandragen, de weg wijzen, ondersteunen en helpen. Een voa heeft een opleiding gehad van de SBOG (Samenwerkende Bonden van Ouderen in Gelderland). Voa's worden structureel bijgeschoold door de SBOG. Een voa is lid van een ouderenbond, werkt onafhankelijk, gratis en voor alle ouderen.

Een voa kan u helpen bij de voorbereiding van het gesprek met de Wmo-consulent.

De SBOG is de koepelorganisatie van de drie ouderenbonden, ANBO, KBO en PCOB in Gelderland. Zij voeren de belangenbehartiging voor ouderen gezamenlijk uit.

Aandachtspunten voor het gesprek

Vraag aan een vriend, of familielid of hij u wil ondersteunen tijdens het gesprek. U kunt ook een vrijwillige ouderenadviseur of iemand van MEE vragen om mee te gaan naar het gesprek. Het is wel belangrijk dat u zoveel mogelijk zelf in gesprek bent met de Wmo-consulent.

Kunt u zelf niet naar het loket of heeft u liever het gesprek bij u thuis? Vraag dan of de Wmo-consulent naar u toe wil komen.

Voelt u zich niet zo goed op de dag van het gesprek? Dan kunt u vragen of het gesprek op een ander moment kan plaatsvinden.

Kunt u een vraag niet beantwoorden omdat u de vraag niet begrijpt of omdat u het antwoord niet weet? Vraag dan om uitleg of zeg dat u daar nu geen antwoord op kunt geven.

Geef een zo duidelijk mogelijk beeld van uw situatie. Geef bijvoorbeeld een beschrijving van zowel de moeilijke als minder moeilijke dagen.

Vraag aan de Wmo-consulent wat de vervolgstappen zijn. Welke acties worden er genomen, door wie en wanneer?

Vraag altijd om een verslag van het gesprek. Dan kunt u zien of alle onderwerpen aan bod zijn gekomen en wat de afspraken zijn. Met een verslag kunt u ook zien of de afspraken juist zijn. Of dat u er toch anders tegenaan kijkt.

2. Het gesprek voorbereiden

Soms is het lastig om uit te leggen wat uw vraag of probleem is. Of om te zeggen wat u graag wilt. Het is daarom goed om het gesprek met de Wmo-consulent voor te bereiden.

U kunt bekijken welke problemen u in het dagelijks leven tegenkomt. En u kunt zelf onderzoeken wat mogelijke oplossingen zijn. Dit kunt u samen doen met iemand die u goed kent, een familielid of een vriend. Of met de MEE consulent of de vrijwillige ouderenadviseur.

Onderwerpen die besproken kunnen worden bij het Wmo loket zijn bijvoorbeeld:

- uw woonsituatie
- het huishouden en de persoonlijke verzorging
- hoe u zich kunt verplaatsen in huis en buiten het huis
- contact met andere mensen
- activiteiten buitenshuis, dagbesteding en vrijwilligerswerk
- uw financiële situatie
- uw gezondheid (lichaam en geest)
- mensen die voor anderen zorgen (mantelzorgers).

Woonsituatie

Inhoud

- Iedereen moet kunnen wonen in een schoon en opgeruimd huis.
- Kinderen die in het gezin wonen, moeten goede verzorging krijgen. Zij moeten de dingen kunnen meemaken die alle kinderen meemaken.
- Iedereen moet zich veilig voelen in zijn eigen huis.
- Het huis waarin u woont, moet passen bij uw situatie en beperkingen. U ervaart geen obstakels of belemmeringen. U heeft geen angst om te vallen.
- Iedereen voelt zich veilig in de omgeving, in de buurt en straat waarin u woont.

Vragen

1. Voelt u zich veilig in uw huis?
2. Bent u thuis op uw gemak?
3. Wat zou u willen veranderen aan uw huis?
4. Voelt u zich veilig op straat of in uw buurt?
5. Zorgt u voor kinderen? Of komen uw kinderen wel eens op bezoek?

Oplossingen

Heeft u ondersteuning nodig? Wie of wat kan u helpen? Kan dit iemand of iets zijn uit uw eigen omgeving? Wat kunt u zelf bijdragen aan een oplossing?

Huishouden en persoonlijke verzorging

Inhoud

- Het 'huishouden' gaat over alle zaken en taken rondom het leven in een woning.
- Iedereen moet kunnen wonen in een huis dat op orde is. Het huishouden doen gaat goed, met alles wat daarbij komt kijken. De boodschappen worden gedaan en er staan maaltijden op tafel.
- Iedereen moet zichzelf kunnen verzorgen. Een schoon lichaam, schone kleren.
- Een goed huishouden is noodzakelijk om prettig te kunnen leven.

Vragen

1. Kunt u zelf het huishouden doen of zijn er taken die te zwaar zijn?
2. Krijgt u ondersteuning bij het doen van het huishouden?
3. Zijn er belemmeringen om te winkelen en de dagelijkse boodschappen te doen?
4. Wie verzorgt de dagelijkse maaltijden?
5. Gaat het opstaan en aankleden u makkelijk af?

Oplossingen

Heeft u ondersteuning nodig? Wie of wat kan u helpen? Kan dit iemand of iets zijn uit uw eigen omgeving? Wat kunt u zelf bijdragen aan een oplossing?

Verplaatsen in huis en buiten het huis

Inhoud

- Iedereen moet zich kunnen verplaatsen in huis.
- Alle kamers moeten bereikbaar zijn.
- Iedereen moet zich zelfstandig kunnen verplaatsen. Er zijn geen dingen die in de weg staan. U heeft geen angst om te vallen.
- De tuin en het balkon horen hier ook bij.
- Iedereen moet zich kunnen verplaatsen buiten het huis. Met een vervoermiddel dat past. Een fiets, auto of openbaar vervoer.
- U moet daar kunnen komen waar u wilt. U moet boodschappen kunnen doen, familie kunnen bezoeken, kunnen werken of uw hobby kunnen uitoefenen.
- Het gaat erom dat u kunt komen waar u wilt en daar de geschikte middelen voor heeft. Veilig en zonder valgevaar op straat.

Vragen

1. Kunt u zich goed bewegen in het huis?
2. Wat kunt u zelfstandig en waar heeft u hulp bij nodig?
3. Gaat u met een gerust hart de straat op?
4. Kunt u zich goed redden in het verkeer?
5. Bent u wel eens bang om te vallen?

Oplossingen

Heeft u ondersteuning nodig? Wie of wat kan u helpen? Kan dit iemand of iets zijn uit uw eigen omgeving? Wat kunt u zelf bijdragen aan een oplossing?

Contact met andere mensen

Inhoud

- Iedereen moet contact kunnen aangaan met andere mensen en dit contact kunnen onderhouden (sociale contacten).
- Het gaat bij sociale contacten om het omgaan met vrienden en familie. Maar ook om contacten in de buurt of bij verenigingen waar u lid van bent.
- Niet iedereen heeft mensen om zich heen om mee om te gaan. Wonen mensen alleen en werken zij niet meer, dan is het hebben van sociale contacten erg belangrijk.

Vragen

1. Heeft u contact met familieleden en met vrienden?
2. Heeft u contacten in de straat of in de buurt waar u woont?

3. Hoe zien deze contacten er uit?
4. Kunt u met vragen of hulp bij anderen terecht?
5. Wilt u graag nieuwe mensen leren kennen?

Oplossingen

Heeft u ondersteuning nodig? Wie of wat kan u helpen? Kan dit iemand of iets zijn uit uw eigen omgeving? Wat kunt u zelf bijdragen aan een oplossing?

Activiteiten buitenshuis, dagbesteding en vrijwilligerswerk

Inhoud

- Iedereen moet kunnen deelnemen aan activiteiten buitenshuis (sociale activiteiten). Iedereen moet een dagbesteding kunnen hebben. Iedereen moet ook vrijwilligerswerk kunnen doen.
- Bijvoorbeeld: lid zijn van een vereniging, een hobby beoefenen of een activiteit van een buurthuis bezoeken of begeleiden.
- Een ziekte of beperking mag hier geen belemmering in zijn.

Vragen

1. Bent u tevreden over uw dagbesteding?
2. Welke activiteiten doet u met andere mensen?
3. Heeft u behoefte aan andere activiteiten of hobby's?
4. Heeft u begeleiding nodig om activiteiten buitenshuis te doen?
5. Denkt u wel eens aan vrijwilligerswerk of aan betaalde arbeid?

Oplossingen

Heeft u ondersteuning nodig? Wie of wat kan u helpen? Kan dit iemand of iets zijn uit uw eigen omgeving? Wat kunt u zelf bijdragen aan een oplossing?

Financiële situatie

Inhoud

- Het maakt niet uit wat voor inkomen je hebt; iedereen moet mee kunnen doen in de samenleving en zelfstandig kunnen leven.
- U heeft uw financiële situatie op orde.

Vragen

1. Kent u uw financiële situatie?
2. Hoe is uw financiële situatie?
3. Kunt u rondkomen van uw inkomen of uitkering? Of is dat soms lastig?
4. Beheert u zelf uw financiële administratie? Of is er iemand die u hierbij ondersteunt?

Oplossingen

Heeft u ondersteuning nodig? Wie of wat kan u helpen? Kan dit iemand of iets zijn uit uw eigen omgeving?

Gezondheid (lichaam en geest)

Inhoud

- Uw lichamelijke, verstandelijke of psychische beperking mag geen belemmering zijn om mee te doen in de samenleving.

- Het kan zijn dat u het moeilijk vindt om met uw beperking om te gaan. U vraagt zich af hoe anderen naar u kijken.
- U wilt weten hoe anderen omgaan met hun beperking.

Vragen

1. Hoe is uw gezondheid op dit moment?
2. Welke problemen heeft u met uw gezondheid?
3. Vindt u het wel eens lastig om mensen te ontmoeten of om aan activiteiten mee te doen?
4. Heeft u behoefte aan lotgenotencontact?
5. Heeft u behoefte aan activiteiten samen met lotgenoten?

Oplossingen

Heeft u ondersteuning nodig? Wie of wat kan u helpen? Kan dit iemand of iets zijn uit uw eigen omgeving? Wat kunt u zelf bijdragen aan een oplossing?

Mantelzorgers

Inhoud

- Mantelzorgers zijn mensen die langdurig en onbetaald zorgen voor een chronisch zieke, gehandicapte of hulpbehoevende partner, ouder, kind of vriend.
- Het is belangrijk dat u als mantelzorger niet overbelast raakt door deze drukke taak. U moet mantelzorgwerk zonder belemmeringen kunnen blijven doen.

Vragen

1. Verzorgt u iemand, of helpt u iemand bij de dagelijkse dingen (mantelzorg)?
2. Aan wie geeft u mantelzorg?
3. Hoeveel uur geeft u mantelzorg?
4. Wordt u ondersteund door andere mantelzorgers of door een professional?
5. Wat vindt u het zwaarste aan het mantelzorgwerk?
6. Wat kan u helpen om u te ontlasten?

Oplossingen

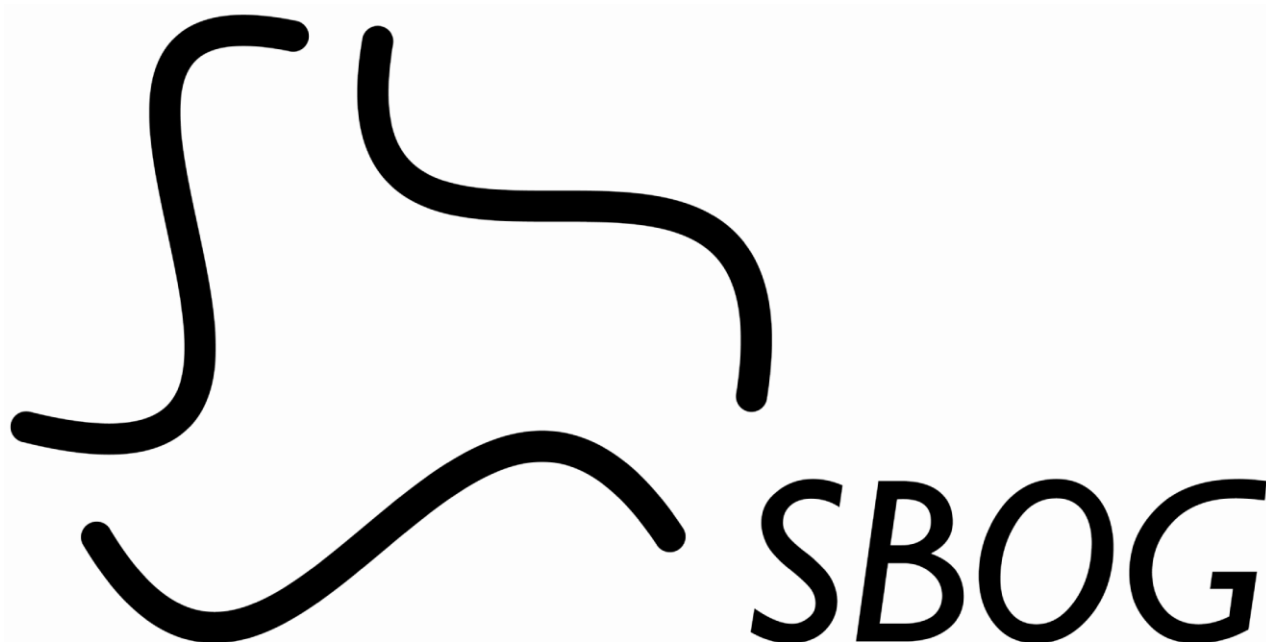
Heeft u als mantelzorger ondersteuning nodig? Wie of wat kan u helpen? Kan dit iemand of iets zijn uit uw eigen omgeving? Wat kunt u zelf bijdragen aan een oplossing?

3. Tot slot

De vragenlijst in deze brochure helpt u om na te denken over uw eigen situatie. U bent zo goed voorbereid op uw gesprek met de consulent van het Wmo-loket.

U heeft voor de verschillende onderwerpen de vragen bekeken en beantwoord. U heeft nu een beeld van wat uw problemen zijn, wat uw behoefte aan ondersteuning is en hoe dit er uit kan zien.

U kunt de ingevulde vragenlijst met antwoorden meenemen naar het gesprek met de consulent van het Wmo-loket. U kunt het gebruiken als geheugensteuntje. Zijn er onderwerpen niet aan bod gekomen of heeft u problemen die niet in de brochure zijn vermeld, dan kunt u die er zelf bijschrijven



Met project de Kanteling willen CSO, CG-Raad en VCP de uitvoering van de Wmo zo 'kantelen' dat participatie van mensen met beperkingen en ouderen centraal komt te staan. Dat vraagt een nieuwe manier van denken en doen: vanuit de hele persoon, vanuit oplossingen en niet vanuit bestaande voorzieningen.

Deze brochure is een coproductie van project de Kanteling en de MEE-organisaties.

Voor meer informatie over project de Kanteling, de activiteiten en de ondersteuningsmogelijkheden die het project kan bieden, kunt u contact opnemen met het projectsecretariaat:

Project de Kanteling

Postbus 1038
3500 BA Utrecht
T 030 2823140

projectdekanteling@cg-raad.nl

Voor meer informatie over de **vrijwillige ouderenadviseur** kunt u contact opnemen met

Samenwerkende Bonden van Ouderen in Gelderland (SBOG)

Deken dr. Mulderstraat 6d
6681 AB Bommel
T 0481 453680

www.sbog.nl