



## **Actief voor Zorg Verandert; dit hebben we te bieden**

Ben je actief voor Zorg Verandert en organiseer jij bijeenkomsten voor mensen die op zoek zijn naar passende oplossingen nu de zorg veranderd is? Vanuit het Zorg Verandert netwerk faciliteer je mensen actief in die zoektocht. Met de dialoog als instrument faciliteren we tijdens bijeenkomsten mensen in het komen tot eigen regie. Passend bij eigen wensen en mogelijkheden. Door gelijkwaardig met elkaar in gesprek te gaan. En met ruimte voor het delen van ervaringen waarbij mensen elkaar inspireren en motiveren tot oplossingen.

### **Bouwstenen**

Inmiddels heeft Zorg Verandert een breed aantal mogelijkheden of 'bouwstenen' om mensen te faciliteren richting eigen regie:

1. Een losse dialoog
2. Workshop 'Welke stap zet jij?'
3. Workshop Keukentafelgesprek
4. Een 3-luik
5. Een brede dialoog
6. Een dialoog bij een instelling
7. Lokale informatie bijeenkomst met dialoog
8. Een proeverij

### **Combineren**

Deze bijeenkomsten zijn los te organiseren maar juist ook in combinatie met elkaar. Denk bijvoorbeeld aan een dialoog met een bepaalde doelgroep zoals bijvoorbeeld ouders van kinderen die vallen onder de jeugdwet. Waarna je een brede dialoog organiseert met meerdere doelgroepen, bijvoorbeeld ouders en gemeenteambtenaren.

De bouwstenen bieden allerlei mooie combinatiemogelijkheden. En waar nodig is maatwerk ook mogelijk. Heb je een goed idee of een specifieke aanvraag van een organisatie die wil samenwerken? Bel of mail ons om te sparren:

Margina van Ommeren: [margina.zorgverandert@gmail.com](mailto:margina.zorgverandert@gmail.com), 06-19695381

Margret Hintze: [margret.zorgverandert@gmail.com](mailto:margret.zorgverandert@gmail.com), 06-51415192



## Bouwstenen Zorg Verandert

### Een losse dialoog

Wat gebeurt er:

Mensen gaan met elkaar in gesprek om samen op zoek te gaan naar mogelijkheden binnen de veranderende zorg. De rust in de dialoog geeft deelnemers ruimte om stil te staan bij zichzelf, hun eigen situatie en behoeften. Door te luisteren naar de ander ontstaat de kans om mee te denken en te leren van elkaars ervaringen. In dit gesprek ervaren deelnemers hoe het is om niet tegenover elkaar te staan, maar samen op constructieve wijze aan het werk te gaan, met elkaar en met zichzelf.

Voor wie is het:

Mensen met een zorgvraag en/of hun naasten, mantelzorgers of vrijwilligers die door de veranderingen in de zorg op zoek zijn naar nieuwe oplossingen. 10 a 15 deelnemers

Resultaat:

De openheid in het gesprek bevordert het wederzijds begrip en respect. En biedt inzicht in welke stappen nodig zijn in de eigen situatie om tot nieuwe oplossingen te komen.

Tijdsduur: 1,5 – 2 uur

### Workshop 'Welke stap zet jij?'

Wat gebeurt er:

In deze workshop denkt de deelnemer na over welke behoefte hij of zij heeft in zorg en ondersteuning nu en in de nabije toekomst. In de workshop maakt de deelnemer zijn wensen helder en deelt de eventuele zorgen om deze wensen te realiseren. Deelnemers inspireren elkaar om deze wensen om te zetten in een concreet stappenplan.

Voor wie is het:

mensen met een zorgvraag en/of hun naasten, mantelzorgers of vrijwilligers die door de veranderingen in de zorg op zoek zijn naar nieuwe oplossingen. 10 a 15 deelnemers

Resultaat: Na de workshop gaan deelnemers naar huis met een concreet stappenplan om wensen te realiseren.

Tijdsduur: 3 uur

*Deze workshop is goed inzetbaar als onderdeel van een reeks.*



### **Workshop Keukentafelgesprek: 'Het kan. Start met uw persoonlijk plan.'**

#### **Wat gebeurt er:**

In deze workshop bereiden deelnemers zich voor op het keukentafelgesprek met de gemeente. De workshop bestaat uit twee delen. Eerst leren de deelnemers om beter te verwoorden wat zij belangrijk vinden in hun leven, welke zorg of ondersteuning zij daarbij nodig hebben en hoe deze er volgens hen uitziet. In het tweede deel ontwikkelen deelnemers uit deze inzichten een persoonlijk plan ter voorbereiding op het gesprek met de gemeente. Ook oefenen zij het keukentafelgesprek.

#### **Voor wie is het:**

De workshop is bedoeld voor mensen die zelf zorg of ondersteuning nodig hebben én hun omgeving, zoals mantelzorgers, familie en vrijwilligers. 10 a 15 deelnemers

#### **Resultaat:**

Na deze workshop ziet de deelnemer met meer vertrouwen het keukentafelgesprek tegemoet.

Tijdsduur: 4 of 6 uur. Deze workshop is beschikbaar in een versie van 4 of 6 uur beschikbaar. Beide vormen bieden een goede basis in de voorbereiding op het keukentafelgesprek. Het verschil zit in het oefenen voor het gesprek. In de versie van 4 uur is dit zeer beperkt opgenomen.

*Ook deze workshop kan onderdeel van een reeks zijn.*

*Deze workshop wordt altijd gegeven door een daarvoor opgeleide trainer.*

### **Een 3-luik**

#### **Wat gebeurt er:**

Dit 3-luik is een combinatie van 2 dialoogbijeenkomsten en de workshop 'welke stap zet jij?'. In een eerste dialoog maakt een groep deelnemers kennis met elkaar en verkennen zij elkaars verhaal. Vervolgens doen zij samen de workshop 'Welke stap zet jij' om een concreet stappenplan te formuleren. Hierin inspireren zij elkaar. Daarna zien zij elkaar nog een keer in een dialoogbijeenkomst om de stappen te evalueren en te bekijken wat nog nodig is om verdere stappen te zetten.

#### **Voor wie is het:**

Het 3-luik is bedoeld voor mensen die zelf zorg of ondersteuning nodig hebben én hun omgeving, zoals mantelzorgers, familie en vrijwilligers. 10 a 15 deelnemers

**Resultaat:** Door in een reeks met een vaste groep aan het werk te gaan inspireren de deelnemers elkaar om te komen tot concrete stappen om de regie te nemen in hun eigen leven.

Dit 3-luik is bedoeld om tot concreet handelen te komen.

Tijdsduur: 2x 2 uur (dialogen) en 1x 3 uur (workshop).

*Een 3-luik wordt altijd begeleid door een trainer + een gespreksbegeleider.*



### **Een brede dialoog**

Wat gebeurt er:

In een brede dialoog gaan verschillende groepen met elkaar in gesprek. Bijvoorbeeld bestuurders en zorgvragers. Het verschil met de losse dialoog is dat er verschillende belangen spelen. Ook kan het gesprek zich richten op een afgebakend onderwerp. Bij deze vorm is het extra belangrijk dat het doel en de opzet van deze dialoog altijd vooraf bekend is bij alle deelnemers. In het gesprek neemt iedereen deel als mens en niet vanuit de bijvoorbeeld de bestuurdersrol. De focus voor het gesprek is net als in alle bijeenkomsten altijd positief en gericht op het maakbare.

Voor wie is het:

Zorgvragers en hun naasten/mantelzorgers, Wmo-raden, Wijkteams, raadsleden, participatieraden, wethouder etc. 10 a 15 deelnemers

Resultaat: groepen met verschillende belangen kunnen elkaars inzichten delen. Wederzijds begrip en dieper inzicht in elkaars beweegredenen.

Tijdsduur: 1,5 – 2 uur

*Deze dialoog wordt altijd begeleid door in ieder geval 1 trainer (of een gespreksbegeleider, dan in overleg met de regio-coördinator of trainer).*

### **Een dialoog bij een instelling**

Wat gebeurt er:

In deze vorm gaan bewoners of bezoekers van een instelling met elkaar in gesprek. In een klein groepje over hun ervaringen met en eventuele zorgen over de veranderende zorg. Er is altijd een begeleider aanwezig die gelijkwaardig meepraat en meedenkt. Samen overdenken de deelnemers wat hun ervaringen zijn en welke oplossingen beschikbaar zijn.

Voor wie is het :

Bewoners of bezoekers van een instelling die te maken krijgen met de veranderingen in de zorg. Kleinere groep 8-12 deelnemers

Resultaat:

De openheid in het gesprek bevordert het wederzijds begrip en respect. En biedt inzicht in welke stappen nodig zijn in de eigen situatie om tot nieuwe oplossingen te komen.

Tijdsduur: 2 uur of meer met ruimte voor korte pauzes

*Deze dialoog wordt altijd begeleid door in ieder geval 1 trainer (of een gespreksbegeleider, dan in overleg met de regio-coördinator of trainer).*



### **Lokale informatiebijeenkomst met dialoog**

**Wat gebeurt er:**

Deze bijeenkomst start met een kort stuk informatievoorziening over hoe de zorg lokaal geregeld is. Lokale partijen geven deze informatie. Hierna volgt een dialoog waarin deelnemers hun ervaringen met de veranderende zorg delen. En samen op zoek gaan naar oplossingen.

**Voor wie is het:**

Mensen met een zorgvraag en/of hun naasten, mantelzorgers of vrijwilligers die door de veranderingen in de zorg op zoek zijn naar nieuwe oplossingen. 10 a 15 deelnemers

**Resultaat:**

De openheid in het gesprek bevordert het wederzijds begrip en respect. En biedt inzicht in welke stappen nodig zijn in de eigen situatie om tot nieuwe oplossingen te komen.

Tijdsduur: 2-2,5 uur

### ***Proeverij***

Om partijen kennis te laten maken met Zorg Verandert en de dialoog, is een proeverij altijd mogelijk. Bijvoorbeeld door een dialoog in te zetten, bedoeld als kennismaking.

Tijdsduur is een uur of minder en vaak zijn er meer dan 15 deelnemers. Door de combinatie van geringe tijdsduur en het aantal deelnemers wordt er tijdens een proeverij veelal 'minder diepgang' bereikt en blijft het vaak beperkt tot ontmoeten en delen. Belangrijk is altijd vooraf te benoemen dat het om een kennismaking gaat en dat de mogelijkheid bestaat dat ZV een echte dialoog (of een reeks) verzorgt.

### **Vragen of suggesties?**

e-mail: [info@zorgverandert.nl](mailto:info@zorgverandert.nl)

telefoon: 030-720 00 39