

Voorbereiden keukentafelgesprek

Hieronder vindt u een document dat u helpt bij het voorbereiden van een zogenaamd keukentafelgesprek. Dit is een gesprek met een gemeenteambtenaar of een vrijwilliger van een wijkteam die bepaalt in hoeverre u recht heeft op zorg. U kunt er zelf in werken en er dan met één druk op de knop een PDF-bestand van maken. Dat wordt automatisch naar u gemaild na het invoeren van uw mailadres.

In 2015 is het zorgstelsel veranderd. Voor ondersteuning uit de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) moet u voortaan bij uw gemeente aankloppen. Door middel van een zogeheten keukentafelgesprek wil de gemeente samen met u bepalen wat de beste zorg voor u is. Daarbij zal de gemeente als uitgangspunt nemen wat uzelf nog kan en in hoeverre andere mensen die u kent u hierbij kunnen ondersteunen.

In deze checklist leest u wat een keukentafelgesprek is en wat u kunt verwachten tijdens het gesprek. Zo kunt u zich goed voorbereiden op het keukentafelgesprek.

Wat is een keukentafelgesprek?

Een keukentafelgesprek is een gesprek waarbij iemand van de gemeente – of iemand van een wijk of buurtteamteam – gaat bepalen of u hulp nodig hebt uit de Wet maatschappelijke ondersteuning en of u hier ook recht op heeft. Zij bepalen dus of u die hulp ook gaat krijgen. Tijdens dit gesprek vertelt u hoe uw leven eruit ziet en wat u graag wilt bereiken met uw hulpvraag. Ook uw mantelzorger (bijvoorbeeld kind, partner) mag bij het gesprek aanwezig zijn en kan zijn/ haar behoeftes aangeven. Het gesprek vindt plaats bij u thuis of op een andere locatie.

Goed voorbereiden op een keukentafelgesprek is belangrijk

Het is heel belangrijk dat u zich goed voorbereidt op een keukentafelgesprek. Op deze manier kunt u bewust antwoord geven op de vragen wat u wel of niet zelfstandig kan. Ook kunt u voor het gesprek uw vragen op papier zetten, zodat u deze tijdens het gesprek allemaal kunt stellen. Het is ook verstandig om ervoor te zorgen dat u iemand bij zich heeft die mee kan luisteren tijdens het gesprek. Twee horen meer dan één. Vraag bijvoorbeeld of uw kind of partner wil meeluisteren. Ook mag u een onafhankelijk persoon het gesprek laten bijwonen. Als u niemand kent die u kan helpen, dan kan de gemeente iemand voor u regelen.

De onderwerpen die aan bod komen tijdens het keukentafelgesprek

Tijdens het keukentafelgesprek zal de nadruk liggen op twee punten.

1. Uw **gezondheid**. Wat kunt u zelf nog? Wat kunt u zelf niet meer? Welke en ziekten of beperkingen heeft u? Hoe zal het verloop van uw ziekte zijn? Heeft u bijvoorbeeld een prognose van uw arts? Het is verstandig om deze punten

op papier te zetten, en zo nodig medische documenten klaar te leggen. Zo kunt u niets vergeten.

2. Uw **sociale omgeving**. Heeft u mensen in de omgeving die u kunnen helpen? Denk bijvoorbeeld aan kinderen die u kunnen verzorgen, maar ook aan een buurvrouw die u kan helpen met de boodschappen. Denk van te voren vast na of er mensen zijn in uw omgeving die u kunnen ondersteunen. Het is ook verstandig om alvast vooraf met hen te overleggen of zij bereid zijn om u te willen helpen zolang u hulp nodig heeft. Heb ook oog voor eventuele overbelasting van mantelzorgers die u ondersteunen. Mantelzorgers kunnen ook tijdens het gesprek aankaarten wat zij nodig hebben. De gemeente kan mantelzorgers nergens toe verplichten en mag ook geen druk op hen leggen.

De checklist: wat wilt u en wat is belangrijk?

Wat zou u graag zien na afloop van het keukentafelgesprek? Gebruik deze lijst om te bepalen wat voor u belangrijk is. Als u van te voren over al deze punten heeft nagedacht en eventueel uw antwoorden heeft genoteerd, dan kunt u bewuste antwoorden geven. U heeft hier al over na kunnen denken en hoeft dus niet op stel en sprong een beslissing te nemen.