



➤ [SAMEN BESLISSEN](#)

Wil je **samen beslissen** (meer) toepassen in de zorg voor jouw cliënt? En wil je jouw team of organisatie hierin meenemen? Deze materialen voor ouderen en chronisch zieken helpen je op weg!

➤ [POSITIEVE PSYCHOLOGIE](#)

Positieve psychologie werkt met het beïnvloeden van gedachten en emoties. Negatieve gedachten hoeven echter niet te (blijven) overheersen, is het idee. Positieve psychologie kan de veerkracht van mensen vergroten en daarmee het vermogen tot zelfmanagement versterken.

➤ [ZELFREDZAAMHEIDSRADAR](#)

De zelfredzaamheidsradar is een breed gebruikt instrument om de zelfredzaamheid van je cliënt in kaart te brengen en samen te bedenken hoe je die kunt verbeteren, met en zonder hulpmiddelen of slimme technologie. De radar bestaat uit 15 domeinen die je elk een cijfer kunt geven. Als de cliënt op een bepaald domein lager scoort, ga je zoeken naar verbeteringen.

➤ [ZELFMANAGEMENTWEB](#)

Het zelfmanagement web is een gesprekshulpmiddel om te achterhalen hoe een cliënt met een chronische aandoening omgaat met uitdagingen voor zelfmanagement op verschillende levensgebieden. Deze tool geeft patiënten de mogelijkheid om de agenda van het consult met de zorgverleners te bepalen.

➤ [TERUGVRAAGMETHODE](#)

Met **de terugvraagmethode** kun je als zorgprofessional nagaan of jouw boodschap goed is overgekomen. Je doet dit door de cliënt te vragen om in eigen woorden te vertellen wat jullie zojuist hebben besproken. Hierna kun je je verhaal, indien nodig, bijstellen of aanvullen.

➤ [MANTELSCAN](#)

De mantelscan is een instrument voor professionals in zorg en welzijn om samen met zorgvragers en mantelzorgers een (mantel)zorgnetwerk in kaart te brengen. Aandacht gaat uit naar de kracht én de risico's van het netwerk. De scan biedt visuele hulpmiddelen die helpen bij het structureren van alle informatie over een netwerk.

➤ [APP VOOR JONGE MANTELZORGERS](#)

Kinderen van ouders met een chronische ziekte helpen graag mee, maar het kan hen ook te veel worden. Deze empowerment-app geeft kinderen de mogelijkheid te testen hoe ze met de situatie thuis omgaan en of ze daardoor in de toekomst problemen kunnen krijgen.

➤ [KANKER NAZORG WIJZER](#)

Dit online zelfmanagement-programma geeft mensen die herstellende zijn van kanker informatie en advies-op-maat over de grote verscheidenheid aan problemen die zij tijdens hun herstel kunnen tegenkomen.

➤ [ONLINE TRAINING: OMGAAN MET VERANDEREND GEDRAG BIJ DEMENTIE VOOR MANTELZORGERS](#)

De online training 'Omgaan met veranderend gedrag bij dementie' bestaat uit video's en daaraan gekoppelde vragen voor mantelzorgers. Tijdens de training kan er contact worden opgenomen met een dementieverpleegkundige.