



Reablement werkwijze

Wat kan iemand (weer) zelf? Dáár ligt de kracht van reablement.

Gebaseerd op reablement: lessen uit een domeinoverstijgende samenwerking in gemeente Buren.

Wat kan iemand nog zelf? En wat heeft hij of zij daarvoor nodig? Die twee vragen staan centraal in Langer Zelfstandig. Niet de hulpvraag is het vertrekpunt, maar de mogelijkheden van de persoon zelf. De aanpak is preventief: je bereikt mensen het liefst vóórdát formele zorg nodig is of wanneer de vraag nog klein is.

1. De werkwijze in 5 stappen



Stap 1: Eerste gesprek aan de keukentafel

Een duo komt bij de inwoner thuis. Dat kan een professional samen met een vrijwilliger zijn, maar ook twee professionals. Ze voeren een open gesprek op basis van Positieve Gezondheid: wat gaat goed, wat is lastig, wat wil iemand nog kunnen? Ze kijken breed, niet alleen naar de directe hulpvraag, maar ook naar welbevinden, netwerk en dagelijks leven. Vaak zit er een vraag achter de vraag. Die boven tafel krijgen vraagt tijd en vaardigheid.

Stap 2: Formuleer samen een concreet doel

De inwoner stelt zelf een doel op: wat wil iemand weer kunnen? Het doel is van hem of haar. De professional helpt het concreet en haalbaar te maken.



Stap 3: Zoek de lichtste passende oplossing

1. Wat kan de inwoner zelf (her)leren of oppakken?
2. Wat kan iemand uit de eigen omgeving doen?
3. Wat is beschikbaar vanuit welzijn of informele ondersteuning?
4. Wat vraagt formele zorg of een Wmo-voorziening?



Dit is geen afvinklijst, maar een denkrichting. Het doel is altijd zo licht en passend mogelijk.

Stap 4: Begeleiding gedurende acht weken

Het duo blijft betrokken, niet om over te nemen, maar om te ondersteunen, te motiveren en bij te sturen waar nodig. Contactmomenten zijn op maat en doelgericht.



Stap 5: Evaluatie na acht weken

Is het doel behaald? Wat heeft gewerkt? Wat is nog nodig? Leg de uitkomsten vast. Ook als iets niet volledig is gelukt, levert dat waardevolle informatie op. Gebruik hiervoor een korte vragenlijst op basis van Positieve Gezondheid; bij aanvang én na afloop. Houd de lijst kort: een te uitgebreide vragenlijst wordt in de praktijk simpelweg niet ingevuld.



2. Wat maakt dat het werkt?

Begin met een goede basis.

Investeer tijd in het leren kennen van elkaars werkwijzen, rollen en perspectieven. Doe dit nog vóóordat de trajecten starten. Vertrouwen groeit door regelmatig contact. Verschillende vertrekpunten zijn prima, als ze uiteindelijk samenkomen in een gedeelde richting.

Werk in duo's.

Twee mensen samen komen sneller tot de kern van een vraag en vullen elkaar aan vanuit verschillende disciplines. Wat in theorie complex lijkt, blijkt in de praktijk goed uitvoerbaar.

Zet welzijn, zorg én gemeente samen aan tafel.

Deze driehoek is krachtig en komt in de praktijk nog te weinig voor. Zorg dat alle drie de partners vanaf het begin inhoudelijk betrokken zijn. Niet als formaliteit, maar als noodzaak.

Laat de grens tussen Wmo en reablement los.

Elke hulpvraag, ook een lichte, kan een reablement-traject zijn.

Gebruik de POH als vindplaats.

De praktijkondersteuner huisarts is laagdrempelig en vertrouwd. Veel vragen komen hier vroeg binnen. Actieve samenwerking levert nieuwe instroom op.

Betrek vrijwillige ouderenvertegenwoordigers.

Zij bewaken dat de aanpak echt aansluit bij wat inwoners nodig hebben en voorkomen dat professionals redeneren vanuit hun eigen logica in plaats van die van de inwoner.

Communiceer in gewone taal

'Reablement' is te abstract voor inwoners. 'Langer zelfstandig' werkt veel beter. Gebruik 'reablement' intern en in trainingen; spreek naar buiten in begrijpelijke taal.

3. Waar gaat het mis?

Een eenmalige training is niet genoeg.

Het gedachtegoed begrijpen is één ding; het structureel toepassen vraagt herhaling, intervisie en oefening. Plan dat van tevoren in. Start met intervisie zodra de eerste trajecten lopen.

Preventief bereiken is lastig.

Mensen die nog geen zorg nodig denken te hebben, melden zich niet. Zoek hen actief op via vertrouwde plekken in de wijk, zoals de huisartsenpraktijk of huizen van de buurt.

Zonder AVG-proof registratie stokt de samenwerking.

Informatie over inwoners kun je niet zomaar via Teams of e-mail delen. Investeer hier vroeg in. Het lijkt een technisch detail, maar het blokkeert de praktijk als het niet geregeld is.

Borging is geen sluitstuk, maar een startpunt.

Verbreed de insteek naar 'Langer Zelfstandig' als overkoepelend thema: reablement raakt welzijn op recept, valpreventie en wijkactiviteiten. Door die verbinding te maken wordt het geen losstaand project, maar een duurzame werkwijze. Verankering vraagt inzet op twee niveaus: professionals die anders kijken en werken én bestuurlijk commitment dat ruimte en mandaat geeft.

Nieuwe collega's leren het nu te veel 'on the job'

Dat is onvoldoende voor duurzame inbedding. Ontwikkel een structurele onboarding, zodat nieuwe medewerkers het gedachtegoed en de werkwijze vanaf de start meekrijgen.

Kort samengevat

Doelgroep	Thuiswonende ouderen met een (lichte) ondersteuningsvraag
Werkwijze	Duo-gesprekken → gezamenlijk doel → lichtste oplossing → 8 weken begeleiding → evaluatie
Fundament	Positieve Gezondheid, eigen regie, samenwerking welzijn, zorg en gemeente
Structuur	Projectgroep voor sturing en een werkgroep met vaste ambassadeurs per organisatie
Communicatie	'Reablement' intern; 'Langer Zelfstandig' naar buiten
Borging	Verankeren in beleid, subsidies én onboarding