



Vilans

Zelfredzaamheidsmeter

zelf

redzaamheid





Zelfredzaamheidsmeter

Met de zelfredzaamheidsmeter breng je de zelfredzaamheid van je cliënt in beeld. Het betreft tien levensdomeinen van de cliënt.

Voor elk levensdomein ga je kijken in hoeverre de cliënt zelfstandig functioneert en bepaal je dus hoe **zelfredzaam** de cliënt is. Dit doe je op een schaal van 1 tot 4:

- 1 Niet zelfredzaam – er is sprake van ernstige problemen op dit levensdomein
- 2 Beperkt zelfredzaam – iemand redt zich slechts in beperkte mate op dit levensdomein
- 3 Voldoende zelfredzaam – iemand kan zich voldoende redden op dit levensdomein
- 4 Volledig zelfredzaam – dit levensdomein loopt goed

Het kan voorkomen dat je de cliënt tussen twee niveaus in zit. We hanteren daarom ook tussenschalen:

- 1.5 Tussen niet en beperkt zelfredzaam in.
- 2.5 Tussen beperkt en voldoende zelfredzaam in.
- 3.5 Tussen voldoende en volledig zelfredzaam in.

Daarnaast vul je bij elk domein in hoeverre de cliënt de eigen regie heeft over een levensdomein. De antwoordcategorieën staan voor het volgende:

- 1 Geen eigen regie
- 2 Beperkte eigen regie
- 3 Volledige eigen regie
- 4 Niet van toepassing (kan gelden bij een aantal levensdomeinen)

Ook hier geldt dat de cliënt tussen twee niveaus in kan zitten. We hebben als tussenschalen:

- 1.5 Tussen geen en beperkte regie in.
- 2.5 Tussen beperkte en volledige regie in.

Let op! Alle levensdomeinen zijn relevant voor de cliënt. Het kan echter zijn dat een of meerdere levensdomeinen echt niet aan de orde zijn in jouw contact met de cliënt (b.v. financiën). Je kunt dit levensdomein/deze levensdomeinen dan overslaan.

Voor elk levensdomein staan de categorieën apart toegelicht in de meter. Per levensdomein kun je omcirkelen wat de huidige situatie van de cliënt is. Je omcirkelt het cijfer voor het niveau van **zelfredzaamheid** dat onder elk levensdomein staat (een 1, een 1,5, een 2, een 2,5, een 3, een 3,5 of een 4). Dit doe je ook bij **eigen regie** (een 1, een 1,5, een 2, een 2,5, een 3 of een 4). Wanneer binnen een levensdomein de ene activiteit wel goed gaat en de andere minder goed, maak dan een gemiddelde inschatting.

Op basis van de resultaten van de zelfredzaamheidsmeter bepaal je met de cliënt doelen: wat wil de cliënt bereiken, wat is daarvoor nodig, wie kan wat doen, wanneer is het doel bereikt of doe je een tussenevaluatie?



Levensdomein 1 Dagbesteding (vrije tijd, zinvolle activiteiten)						
	Heeft weinig tot niets te doen op een dag en ervaart dit als negatief.	Heeft een aantal activiteiten, maar vindt dit zelf onvoldoende.	Heeft voldoende dagbesteding.	Kan de activiteiten doen die hij leuk of belangrijk vindt (bv hobby's).		
Zelfredzaamheid	1 - niet	2 - beperkt	3 - voldoende	4 - volledig		
	1	1,5	2	2,5	3	3,5
Eigen regie	1 - afhankelijk van anderen om de dagbesteding te organiseren.	2 - afhankelijk van anderen om de dagbesteding te organiseren.	3 - Regelt de eigen dagbesteding helemaal zelf.			
	1 - geen	2 - beperkt	3 - volledig			
	1	1,5	2	2,5	3	



Levensdomein 2		Woonsituatie			
	De woonsituatie is ongeschikt voor deze cliënt. Er moeten grote aanpassingen plaatsvinden of de persoon moet verhuizen. En/of er is sprake van een onveilige situatie.	De cliënt kan zich met de nodige moeite redden in en om het huis. Er zijn aanpassingen nodig en/of het is soms niet veilig.	De cliënt kan zich redelijk redden in huis. Evt. zijn er kleine aanpassingen gewenst.	De cliënt kan zich volledig redden in en om de eigen woning. De woning is geschikt.	
	1 - niet	2 - beperkt	3 - voldoende	4 - volledig	
Zelfredzaamheid					
1	1,5	2	2,5	3	3,5
	1	2	3	4	4
	Is afhankelijk van anderen om aanpassingen of verhuizing te regelen.	Heeft enige hulp nodig bij het regelen van aanpassingen of verhuizing.	Regelt evt. aanpassingen of verhuizing zelf.	Niet van toepassing, de cliënt is volledig zelfredzaam op dit levensdomein.	
	1 - geen	2 - beperkt	3 - volledig	4 - niet van toepassing	
Eigen regie					
1	1,5	2	2,5	3	3



Levensdomein 3 Lichamelijk functioneren				
	Er is sprake van lichamelijke problemen/(chronische) ziekte(n) die regelmatig behandeling of verpleging vereisen. De persoon ervaart ernstige gezondheidsbeperkingen.	Er is sprake van lichamelijke problemen/chronische ziekte(n) en enige gezondheidsbeperkingen. Er is soms behandeling of verpleging nodig.	Er is sprake van lichamelijk problemen of chronische ziekte. De persoon heeft hier weinig last van en ervaart geen of weinig gezondheidsbeperkingen.	Er zijn geen directe of voortdurende medische problemen. De persoon functioneert fysiek gezien goed.
Zelfredzaamheid	1 - niet	2 - beperkt	3 - voldoende	4 - volledig
	1	1,5	2,5	3,5
Eigen regie	1 - geen	2 - beperkt	3 - volledig	4 - niet van toepassing
	1	1,5	2,5	3



Levensdomein 4 Psychisch functioneren						
	Terugkerende psychische problemen in de vorm van somberheid en/of angsten of vermoeden hiervan. De cliënt heeft hier veel last van in het functioneren.	Milde symptomen van somberheid en/of angst of vermoeden hiervan. De stemming van de cliënt is wisselend. Heeft hier enige last van bij het functioneren.	Heeft soms last van somberheid en/of angsten, maar de cliënt wordt hierdoor niet of nauwelijks belemmerd in het functioneren.	De cliënt functioneert goed. De stemming is doorgaans positief. Niet meer dan de dagelijkse beslommeringen of zorgen.		
Zelfredzaamheid	1 - niet	2 - beperkt	3 - voldoende	4 - volledig		
	1	1,5	2	2,5	3	3,5
						4
	Heeft geen of weinig inzicht in het functioneren en/of kan niet goed bepalen of hulp nodig is.	Heeft beperkt inzicht in het eigen functioneren en kan in beperkte mate inschatten of hulp nodig is.	Heeft inzicht in het eigen functioneren en/of kan zelf goed bepalen of hulp nodig is.	Heeft geen problemen bij psychisch functioneren.		
Eigen regie	1 - geen	2 - beperkt	3 - volledig	4 - niet van toepassing		
	1	1,5	2	2,5	3	



Levensdomein 5 Cognitief functioneren						
	Er is sprake van of vermoeden van een sterk verminderd cognitief functioneren.	Er spelen enige problemen in het cognitief functioneren of vermoeden hiervan.	Er is sprake van een voldoende functionerend cognitief vermogen.	Er zijn geen problemen op cognitief gebied.		
Zelfredzaamheid	1 - niet	2 - beperkt	3 - voldoende	4 - volledig		
	1	1,5	2	2,5	3	3,5
Eigen regie	1 - niet in staat om cognitieve problemen te signaleren en kan niet goed bepalen of er behandeling nodig is.	Heeft in beperkte mate inzicht in de cognitieve problemen en schakelt beperkt hulp in.	Heeft volledig inzicht in cognitieve problemen en kan goed bepalen of behandeling nodig is. Houdt zich aan evt. behandeling.	Heeft geen problemen bij het cognitief functioneren.		
	1 - geen	2 - beperkt	3 - volledig	4 - niet van toepassing		
	1	1,5	2	2,5	3	



Levensdomein 6		Huishouden			
	Is niet in staat het huishouden zelf te doen en/of er is sprake van een grote achterstand waardoor sprake is vervuiling van de woning.	Heeft de nodige beperkingen bij het uitvoeren van het huishouden en/of vervuiling dreigt.	De meeste huishoudelijke werkzaamheden kan de persoon zelfstandig doen.	Kan het huishouden volledig zelfstandig doen.	
Zelfredzaamheid	1 - niet	2 - beperkt	3 - voldoende	4 - volledig	
	1	1,5	2	2,5	3
Eigen regie	1 - geen	2 - beperkt	3 - volledig		
					3,5



Levensdomein 7 ADL- vaardigheden				
	Er is sprake van een belangrijk probleem op één of meer gebieden van zelfzorg/ADL vaardigheden (eten, wassen, aankleden, naar toilet gaan). Is (bijna) volledig afhankelijk van anderen.	Heeft problemen bij de sommige gebieden van zelfzorg/ADL-vaardigheden. Kan deels voor zichzelf zorgen en heeft deels hulp nodig.	Kan (met moeite) zelfstandig functioneren als het gaat om ADL-vaardigheden.	Is volledig in staat op alle gebieden van ADL zelfstandig te functioneren.
Zelfredzaamheid	1 - niet	2 - beperkt	3 - voldoende	4 - volledig
	1	1,5	2	2,5
	Is niet in staat zelf de hulpvraag te formuleren en/of te regelen.	Kan deels de hulpvraag bepalen en/of regelen.	Kan zelf bepalen hoe en wanneer hij/zij de hulp wilt ontvangen.	Heeft geen problemen op gebied van ADL.
Eigen regie	1 - geen	2 - beperkt	3 - volledig	4 - niet van toepassing
	1	1,5	2	2,5



Levensdomein 8		Sociaal netwerk			
	Heeft weinig sociale contacten en er is sprake van ernstige eenzaamheidsproblematiek	Er zijn enige contacten. De cliënt zou graag meer contacten hebben. Er is sprake van lichte eenzaamheidsproblematiek.	De cliënt heeft, voor zijn eigen gevoel, voldoende sociale contacten met familie en vrienden. Er is niet echt sprake van eenzaamheidsproblematiek.	Er is sprake van een gezond sociaal netwerk. De cliënt voelt zich niet eenzaam.	
	1 - niet	2 - beperkt	3 - voldoende	4 - volledig	
Zelfredzaamheid	1	1,5	2	2,5	3
					3,5
					4
	Is niet in staat zelf het sociale netwerk te organiseren of sociale contacten aan te gaan.	Is deels in staat zelf het sociale netwerk te organiseren of sociale contacten aan te gaan.	Is in staat het eigen sociale netwerk te regelen of contacten aan te gaan.		
Eigen regie	1 - geen	2 - beperkt	3 - volledig		
	1	1,5	2	2,5	3



Levensdomein 9		Mobiliteit			
	Is niet in staat zich (veilig) buitenshuis te verplaatsen. Bijvoorbeeld om boodschappen te doen of naar mensen of activiteiten te gaan. NB: het gaat er niet om of iemand wel of niet hulpmiddelen heeft of gebruikt.	Is beperkt in staat zich (veilig) buitenshuis te verplaatsen. Bijvoorbeeld om boodschappen te doen of naar mensen of activiteiten te gaan. NB: het gaat er niet om of iemand wel of niet hulpmiddelen heeft of gebruikt.	Kan zich voldoende redden als het erom gaat zich buitenshuis (veilig) te verplaatsen. Bijvoorbeeld om boodschappen te doen of naar mensen of activiteiten te gaan. NB: het gaat er niet om of iemand wel of niet hulpmiddelen heeft of gebruikt.	Heeft geen mobiliteitsproblemen. Is volledig zelfredzaam op dit terrein.	
1	1,5	2	3	4	
Zelfredzaamheid					
1	1,5	2	3	3,5	4
	Heeft geen inzicht in mogelijke oplossingen voor de mobiliteitsproblemen en/of kan dit zelf niet regelen. Bijvoorbeeld een hulpmiddel regelen of iemand vragen mee te gaan	Heeft gedeeltelijk inzicht in mogelijke oplossingen voor de mobiliteitsproblemen en/of kan dit zelf niet regelen. Bijvoorbeeld een hulpmiddel regelen of iemand vragen mee te gaan.	Heeft inzicht in mogelijke oplossingen en/of kan dit zelf regelen.	Heeft geen mobiliteitsproblemen.	
1	1,5	2	3	3	4
Eigen regie					
1	1,5	2	3	3	4



Levensdomein 10 Financiële situatie				
	Onvoldoende inkomsten voor het aanschaffen van basisbehoeften en/of er is sprake van schuldenproblematiek.	Net voldoende inkomsten voor de basisbehoeften.	Voldoende inkomsten voor basisbehoeften en een aantal extra's.	Kan zich financieel goed redden.
Zelfredzaamheid	1 - niet	2 - beperkt	3 - voldoende	4 - volledig
	1	1,5	2	2,5
Eigen regie	1 - geen	2 - beperkt	3 - volledig	
	1	1,5	2	2,5
	Is afhankelijk van anderen om de financiën en/of de administratie te regelen.	Is gedeeltelijk afhankelijk van anderen om de financiën en/of de administratie te regelen.	Regelt de financiën en/of administratie helemaal zelf en schakelt indien nodig of gewenst de juiste hulp in.	