

## Handleiding: Hoe gebruik je de ZelfredzaamheidsRadar?

Hieronder lees je in 5 stappen hoe je de ZelfredzaamheidsRadar gebruikt:

### 1 Pak de ZelfredzaamheidsRadar erbij

Ga naar de [digitale ZelfredzaamheidsRadar](#) en ga rustig zitten met je cliënt of vraag de cliënt de radar voor jullie gesprek zelf al in te vullen. Als de cliënt het prettiger vindt om de radar op papier in te vullen: ze zijn ook op [papier verkrijgbaar](#).

### 2 Geef elk domein een cijfer

De ZelfredzaamheidsRadar heeft 15 domeinen. Samen met je cliënt geef je elk domein een cijfer van 1 t/m 5:

- 1 = volledig afhankelijk
- 2 = grotendeels afhankelijk
- 3 = deels afhankelijk
- 4 = deels zelfstandig
- 5 = (vrijwel) volledig zelfstandig

### 3 Vul de scores in op de radar

De scores vul je in op de radar: 1 zit steeds dicht bij het centrum, 5 zit het verst naar buiten. Als je in de digitale radar cijfers invult, verschijnt er automatisch een lijn tussen de verschillende domeinen. Bij de papieren versie verbind je zelf de punten. Zo breng je de zelfredzaamheid van je cliënt stap voor stap in beeld. Jij en je cliënt zien eenvoudig op welke domeinen er mogelijk zelfredzaamheidsbeperkingen zijn, en of er verbanden zijn tussen deze domeinen. Bijvoorbeeld: een cliënt wil minder drinken, omdat hij bang is dat hij naar het toilet moet, wat lastig is door een mobiliteitsprobleem. Het is dus zinvol om alle domeinen door te nemen en te kijken of er samenhang is tussen bepaalde onderdelen.

### 4 Voer het positieve gesprek

Ga met je cliënt na wat hij of zij belangrijk vindt en waar hij blij van wordt. Waar zou hij aan willen werken?

### 5 Bedenk samen met je cliënt oplossingen om de zelfredzaamheid te verbeteren

Als je weet met welke activiteiten en handelingen jouw cliënt moeite heeft, zoek je samen met je cliënt naar oplossingen om de zelfredzaamheid te vergroten voor die domeinen die hij belangrijk vindt. Soms helpt een praktisch hulpmiddel, zoals een steunkousaantrekker. Soms biedt een technologische oplossing uitkomst, zoals zorg op afstand. En soms moet je

handelingen blijvend overnemen van je cliënt, omdat hulpmiddelen niet meer helpen. Als je op een domein klikt in de digitale radar vind je allerlei tips, trucs en hulpmiddelen om een zelfredzaamheidsbeperking op te lossen.