

Een goed gesprek over prettig ouder worden

“Ik wil graag zelf beslissingen nemen over hoe ik prettig oud word. Ik heb hier met mijn kinderen over gepraat. Mijn gemaakte keuzes bespreek ik met mijn huisarts, zodat ze in mijn dossier kunnen worden beschreven. Hij weet nu precies welke beslissingen ik gemaakt heb.”



Hetty (71)

Denk jij wel eens na over hoe jij graag prettig ouder wilt worden? Waar je graag wilt wonen als het thuis niet meer goed lukt? Wat je geregeld hebt als je plotseling ernstig ziek wordt? Wie er beslissingen voor jou neemt als je het zelf niet meer kan?

Een belangrijk onderwerp

Praten en nadenken over prettig ouder worden is belangrijk. Want je wilt toch graag zelf beslissingen nemen over zorg, wonen en wie dingen voor je mag bepalen. Maar ook als je zelf liever geen beslissingen wilt maken, is het goed om hierover na te denken. Een lastig onderwerp om zomaar over te praten, maar wel zo belangrijk! Door er over te praten heb je zelf invloed op prettig ouder worden.

Wanneer voer jij een goed gesprek?

Een goed gesprek over prettig ouder worden, kan je voeren met je naasten, familie en kinderen. Het kan fijn zijn voor mensen in jouw omgeving om daarvan op de hoogte te zijn. Jouw huisarts kan je helpen met het vastleggen van deze keuzes. Doordat je huisarts dan op de hoogte is, kan er goed samengewerkt worden met jou en andere zorgprofessionals als dat nodig is.

Een goed gesprek kan je altijd voeren!

Ook als je nog fit en gezond bent, en je niet zo bezig bent met de toekomst, is het goed om na te denken over hoe je prettig ouder wilt worden. Als je op tijd het gesprek voert, is er nog genoeg rust en energie om na te denken over jouw wensen en behoeftes. Daarnaast is het goed om te weten dat je altijd op je gemaakte keuzes terug kunt komen. Door niet te praten over jouw wensen, krijg je misschien niet de zorg die bij jou past.



Kijk voor hulpmiddelen voor een goed gesprek over prettig ouder worden en meer informatie op:
www.burgerkrachtilmburg.nl/werk/een-goed-gesprek/