

Algemene boodschap zorgprofessional

Ondersteuning bij dagstructuur

Zelf de regie over de dag hebben is belangrijk voor de kwaliteit van leven. Een duidelijke dagstructuur helpt cliënten om overzicht te houden, activiteiten te plannen en een prettig dag- en nachtritme aan te houden. Dit geeft rust, vertrouwen en houvast in het dagelijks leven.

Wat is dagstructuur?

Naarmate mensen ouder worden, kan het lastiger worden om afspraken te onthouden, dagelijkse activiteiten te organiseren of structuur aan te brengen in de dag. Met passende ondersteuning kunnen veel cliënten hun dag grotendeels zelf blijven organiseren en hun eigen ritme behouden. Dagstructuur helpt daarbij om houvast te bieden in het dagelijks leven.

Wat levert het op?

Ondersteuning bij dagstructuur zorgt voor meer rust, overzicht en voorspelbaarheid. Cliënten weten beter wat er op een dag gebeurt en kunnen zelf keuzes blijven maken. Dit vergroot de zelfstandigheid en helpt mensen langer zelfredzaam te blijven.

Daarnaast helpt het om de zorg efficiënter te organiseren en de werkdruk te verlagen. Hierdoor blijft zorg beschikbaar voor mensen die dit het hardst nodig hebben.

Wat betekent dit voor jou als zorgprofessional?

Wanneer een cliënt moeite heeft met het onthouden van afspraken of het aanbrengen van structuur in de dag, is de eerste stap om samen met de cliënt en naasten te kijken naar passende ondersteuning. Wat iemand zelf nog kan en wil, vormt daarbij het belangrijkste uitgangspunt.

Vaak maken eenvoudige hulpmiddelen al een groot verschil. Denk bijvoorbeeld aan hulpmiddelen die herinneren aan afspraken, medicatie of dagelijkse activiteiten. In de hulpmiddelenwijzer vind je een overzicht van de verschillende opties.

Het doel is om cliënten zoveel mogelijk zelf de regie te geven, met ondersteuning die aansluit bij hun wensen en mogelijkheden. Zo kunnen zij hun leven blijven inrichten op een manier die bij hen past.

