

Anders kijken, anders doen: Opbrengsten van het reablementprogramma ZELF

academische
werkplaats limburg
ouderenzorg

Silke Metzelthin & Lise Buma

Symposium Reablement: van doen naar doorleven!

12 maart 2026



Agenda

- Kennismaking
- Korte introductie over reablement/ ZELF-programma
- Voorbeeld en opdracht uit de scholing
- Plenaire bespreking



Reablement als gedachtegoed en reablement als interventie...

Het gedachtegoed is de fundamentele filosofie en visie op zorg, terwijl de interventie de concrete, praktijkgerichte toepassing daarvan is.

REABLEMENT

NEDERLANDSE DEFINITIE

academische
werkplaats limburg
ouderenzorg

1 DOEL VAN REABLEMENT



eigen
kracht/rolle
versterken

zelfredzaamheid
vergroten

in eigen
woonomgeving
blijven wonen

participatie
bevorderen

kwantiteit
van bezit aan
verbetoren

druk op zorg en
ondersteuning
vermindern

2 VOOR WIE IS REABLEMENT BEDOELD

GESCHIKT VOOR IEDEREEN



THUIS

OF ZORGORGANISATIES



3 TOEPASSING BREED INZETBAAR



WELIJSVRAGEN
help bij behoud van
maximaal zelfredzaamheid
en levenskwaliteit

ONDERSTEUNINGSVRAGEN
begeleiding
dagbesteding

ZORGVRAGEN
wijkverpleging
paramedische zorg

4 KENMERKEN VAN DE AANPAK

één team lid met coördinerende rol



brede
geïntegreerde aanpak

interdisciplinair team
zowel wv- als sociaal domein

5 HOE WERKT HET



REABLEMENT

NEDERLANDSE DEFINITIE

academische
werkplaats limburg
ouderenzorg



Achtergrond

Het gedachtegoed van reablement wordt gekenmerkt door het bieden van integrale, persoonsgerichte en holistische zorg en ondersteuning. Dit gedachtegoed wordt vaak verhaald in interventieprogramma's, om de benodigde cultuurverandering te bevorderen. De onderstaande definitie beschrijft de doelen, doelgroepen, de toepassingsgebieden en kenmerken van reablement in Nederland, waarbij het gedachtegoed en de programmatische aanpak onlosmakelijk met elkaar verbonden zijn.

1 Doelen van reablement

Reablement heeft als doel de eigen regie en eigen kracht van personen te versterken, hun kwaliteit van leven te verbeteren en hen in staat te stellen zo lang mogelijk in hun woonomgeving te blijven. Het vergroot de zelfredzaamheid in zowel dagelijkse activiteiten als voor hen betekenisvolle activiteiten en relaties. Bovendien bevordert reablement de sociaal-maatschappelijke participatie. Tot slot, bevordert reablement passende zorg en ondersteuning, en kan daarmee de druk op professionele zorg en ondersteuning verminderen.

4 Kenmerken van reablement

Reablement wordt uitgevoerd door een interdisciplinair team van medewerkers uit zowel het zorg- als sociaal domein (kernteam). De kernteam gezien en kan iemand uit hun sociaal netwerk aanwijzen en ook deel te nemen. De samenwerking tussen verschillende disciplines en domeinen zorgt voor een brede, geïntegreerde aanpak. De medewerkers zijn getraind in het gedachtegoed van reablement en beschikken over de juiste competenties om een reablement programma aan te bieden. Een teamlid heeft een coördinerende rol.

2 Voor wie is reablement bedoeld?

Reablement is een aanpak die geschikt is voor iedereen met een zorg-, ondersteunings- en/of wettelijke vraag, ongeacht leeftijd, cultuur, diagnose of het niveau van lichamelijk, cognitief en dagelijks functioneren. Deze aanpak kan zowel thuis als in zorgorganisaties (ziekenhuis, verpleeghuis of revalidatiecentrum) worden toegepast en is toegankelijk voor personen die alleen wonen of samen met anderen. Reablement richt zich altijd zowel op de persoon in kwestie als het sociaal netwerk of de persoon heen.

5 Hoe werkt reablement

Reablement begint met een uitgebreide vraagverheldering waarin met een brede blik de behoeften, wensen en mogelijkheden van de persoon en het sociaal netwerk in kaart worden gebracht. Vervolgens stelt de persoon (en/of de mantelzorg) doelen op aansluitend bij de individuele situatie. Het kernteam ontwikkelt samen met de persoon een plan om deze doelen te bereiken, waarbij de persoon en eventueel diens mantelzorg(er) de regie behouden. Het plan bevat doelen, interventies en verantwoordelijkheden. Regelmatige evaluatie en bijstelling van het plan ervoor dat het best mogelijke resultaat wordt bereikt. De mate van zorg en ondersteuning neemt gedurende het reablement traject af tot dat de doelen bereikt zijn. Reablement is tijdelijk van aard, indien nodig kan na afloop doorverwijzing naar (langdurige) zorg en ondersteuning plaatsvinden.

3 Toepassingsgebieden van reablement

Reablement kan breed ingezet worden voor zowel eenvoudige als complexe vragen gericht op zelfredzaamheid en participatie. Reablement kan helpen bij al bestaande vragen of ter voorkoming van (toekomstige) vragen.

Reablement kan gericht zijn op de volgende typen vragen:

- Zorgvragen (zoals wijkverpleging en paramedische zorg);
- Ondersteuningsvragen (zoals hulp bij het huishouden en vervoersvoorzieningen);
- Wettelijke vragen (zoals dagbesteding en begeleiding);
- Of een combinatie van bovenstaande vragen.

De volgende interventies en technieken kunnen ingezet worden om de gestelde doelen te bereiken:

- Bewustwording en bekrachtiging**
educatie, positieve bekrachtiging en feedback, motiverende gespreksvoering, doelstelling en planning, zelfmonitoring en reflectie
- Hierleren van cognitieve, fysieke, emotionele en sociale vaardigheden**
geheugenstraining, valpreventie, bewegingsprogramma's, coping met stress en emoties, contacten maken en onderhouden
- Toepassen van interne en externe compensatiestrategieën**
advies en aanleren van hulpmiddelen, aanpassen van de taak of de omgeving, toepassing van strategieën om balans in belasting-belastbaarheid te vergroten, zelfmanagement.

REABLEMENT

NEDERLANDSE DEFINITIE

1

DOEL VAN REABLEMENT



in eigen
woongeving
blijven wonen



participatie
bevorderen



kwaliteit
van bestaan
verbeteren



zelfredzaamheid
vergroten



druk op zorg en
ondersteuning
verminderen



eigen
kracht/regie
versterken



Maastricht University

2

VOOR WIE IS REABLEMENT BEDOELD

academische
werkplaats **limburg**
ouderenzorg

IS REABLEMENT
BEDOELD

GESCHIKT VOOR IEDEREEN



THUIS

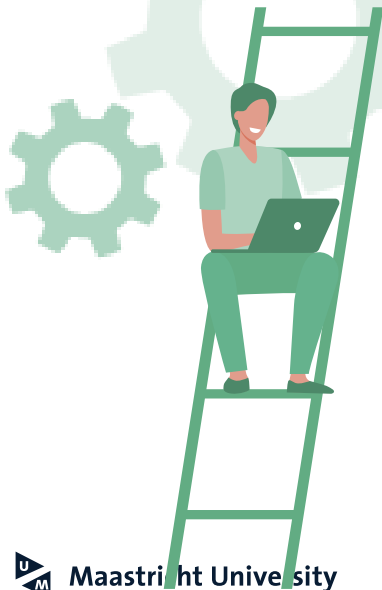
OF

ZORGORGANISATIES



3

TOEPASSING **BREED INZETBAAR**



WELZIJNSVRAGEN

begeleiding
dagbesteding

ONDERSTEUNINGSVRAGEN

hulp bij huishouden
mantelzorg ondersteuning
vervoersvoorzieningen

ZORGVRAGEN

wijkverpleging
paramedische zorg

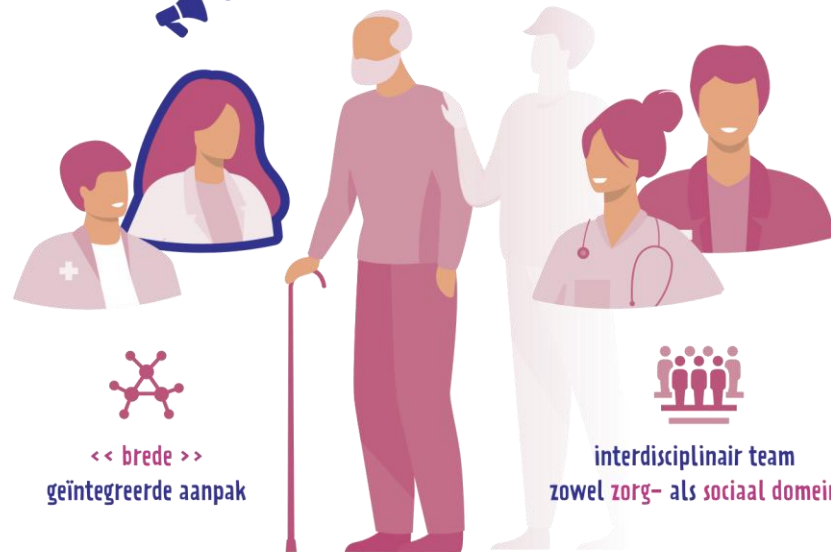
4

KENMERKEN **VAN DE AANPAK**

academische
werkplaats **limburg**
ouderenvan de



 één teamlid met coördinerende rol



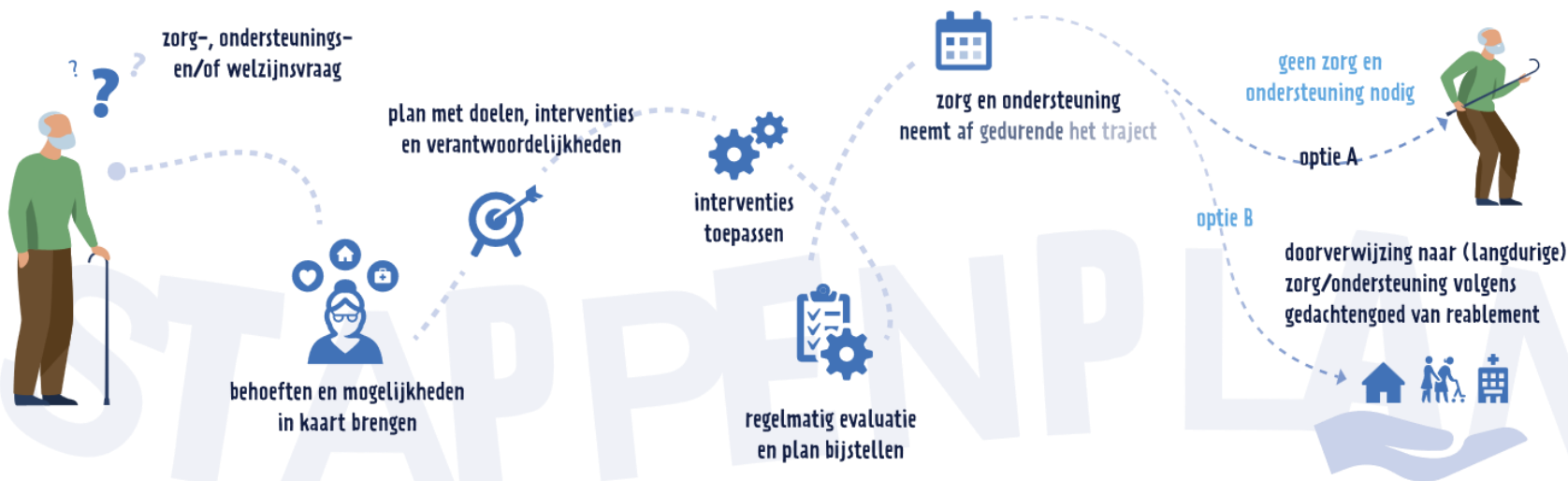
<< brede >>
geïntegreerde aanpak



interdisciplinair team
zowel zorg- als sociaal domein

5

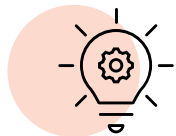
HOE WERKT HET



ZELF programma

academische
werkplaats limburg
ouderenzorg





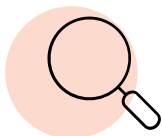
Ontwikkeling Blijf Actief Thuis

Reablement scholingsprogramma voor thuiszorgmedewerkers

2014

2017

2019



Grootschalig onderzoek

BAT

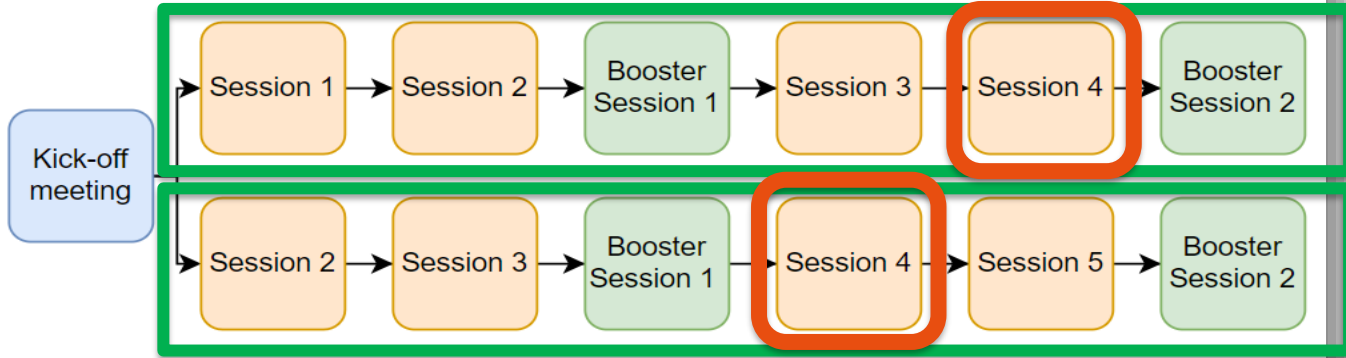
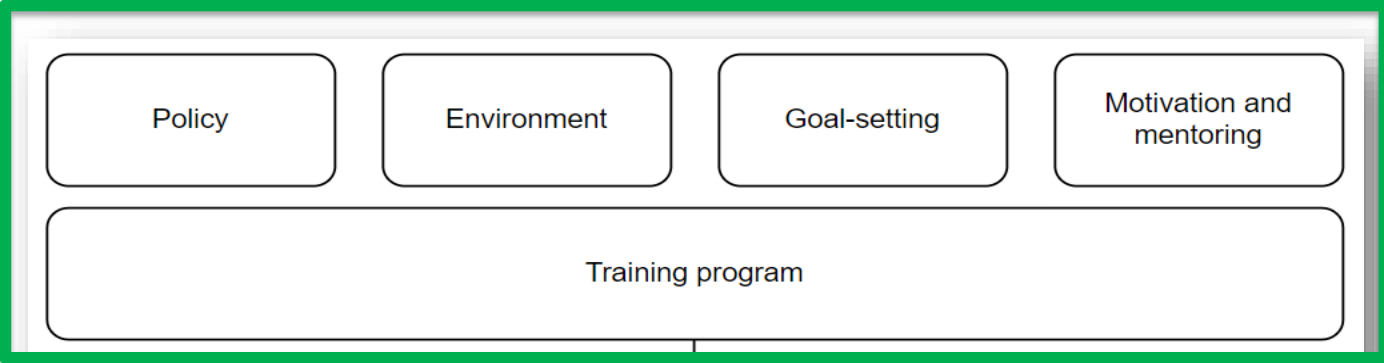
De haalbaarheid, effectiviteit en kosteneffectiviteit evalueren



Ontwikkeling ZELF

Scholingsprogramma voor zorgmedewerkers, gebaseerd op eerdere ervaringen

Onderzoek reablement in NL



A

B

Weeks:

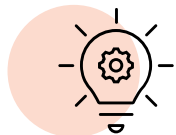


Bouwstenen ZELF



1. Holistische aanpak (zet in op diverse componenten)
2. Gebruik van gedragsveranderingstheorieën
3. Een interactieve trainingscomponent als hoofdonderdeel
4. Ontwikkel een programma dat zowel in de wijk als binnen verpleeghuis toepasbaar is:
 - a) Personaliseer programma naar setting specifieke elementen
 - b) Personaliseer programma naar motivatie-level van deelnemers
5. Train het hele team
6. Start met verandering in professionals en leer ze daarna hun cliënten te veranderen

Ontwikkeling ZELF-programma



Ontwikkeling Blijf Actief Thuis

Reablement scholingsprogramma voor thuiszorgmedewerkers

2014

2017

Grootschalig onderzoek BAT

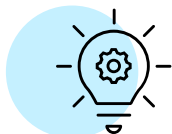
De haalbaarheid, effectiviteit en kosteneffectiviteit evalueren



2019

Ontwikkeling ZELF

Scholingsprogramma voor zorgmedewerkers, gebaseerd op eerdere ervaringen



2019

Pilotstudie ZELF

De haalbaarheid van het programma evalueren in de verpleeghuissetting en de opzet bijsturen



2024

ZELF2.0

Doorontwikkeling naar ZELF 2.0 door Verspreiding en Implementatie Impuls



2021

Pilotstudie ZELF thuis

De haalbaarheid van het programma evalueren in de thuiszorgsetting en de opzet bijsturen



2020

Grootschalig Onderzoek

De haalbaarheid, effectiviteit en kosteneffectiviteit evalueren in de verpleeghuissetting



2025

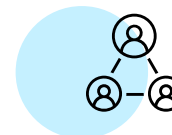
Erkenningstraject ZELF

Erkenning van scholingsprogramma als effectieve interventie voor accreditatiepunten V&V



Valorisatie ZELF

Aanbod scholing via Zuyd Professional



Ervaringen met reablement

academische
werkplaats limburg
ouderenzorg



Resultaten onderzoek verpleeghuis



- Geschoolde medewerkers stimuleerden cliënten na 3, 6 maanden significant meer dan niet getrainde medewerkers; geen significant verschil m.b.t. zelfredzaamheid bewoners;
- In de IG over 6 maanden bijna 600€ minder zorgkosten per cliënt dan in de CG;
- ZELF heeft een hoge kans op kosteneffectiviteit
 - 61% voor zelfredzaamheid
 - 77% voor kwaliteit van leven

Voorbeelden uit de scholing

- Campagneposter zelfredzaamheid
- ADL en HDL breakdown
- Praktijkcoaching
- Acteur sessie



Voorbeeld

academische
werkplaats limburg
ouderenzorg

ADL / HDL Breakdown





- Maak groepjes van ca. 6 personen
 - Kies een van de volgende ADL of HDL gebieden
 - Deel deze op in zoveel mogelijk (kleine of grote) deelactiviteiten
 - Denk breed over alle handelingen die bij deze ADL of HDL gebieden komen kijken, waarin je je cliënt zou kunnen stimuleren in zelfredzaamheid
 - Schrijf de deelactiviteiten chronologisch op
-
- 1) Toiletgang, 2) Douchen, 3) Aan- en uitkleden, 4) Ontbijten

Volgende stappen: ZELF aan Zet in WLZ

academische
werkplaats **limburg**
ouderenzorg



- Verbreding naar
 - andere disciplines
 - informele zorgverlening
- Samenwerking formele en informele zorg bevorderen
- Ondersteuning van management bevorderen

In 2027 starten we een grootschalig onderzoek naar effectiviteit in de wijk.



Geïnteresseerd om mee te doen met uw organisatie?

Neem contact met ons op!



Bedankt voor jullie aandacht! Vragen?

s.metzelthin@maastrichtuniversity.nl

l.buma@maastrichtuniversity.nl

