

An illustration of a man and a woman in a red boat on a teal sea. The man, with white hair and a beard, is pointing towards the horizon. The woman is holding a white folder. The sea is dotted with several red and white striped buoys. A large white speech bubble is positioned above the boat, containing the text. The overall style is clean and modern.

Praten over
uw toekomst is
belangrijk.
Doen we dat
samen?

Een gesprek over de laatste levensfase. In deze folder leest u hoe u zich kunt voorbereiden.

Het is goed om met uw zorgverlener te praten over wat u wilt in de laatste fase van uw leven. Het is belangrijk om hier op tijd over na te denken. Wat wilt u wel of juist niet?

Praten hierover geeft rust. U kunt praten met mensen die belangrijk voor u zijn, zoals uw partner, een familielid of een goede vriend. Zorgverleners, zoals uw huisarts, de praktijkondersteuner ouderenzorg, wijkverpleegkundige of een arts in het ziekenhuis kunnen u ook helpen.

Het gaat om uw wensen

Uw zorgverlener nodigt u graag uit voor een gesprek. Een gesprek over wat voor u belangrijk is in het leven. En over wat u nog wel en niet meer wilt wat betreft zorg en behandeling. Soms is een behandeling ook niet meer wenselijk of mogelijk. Dan kan de arts, in overleg met u, besluiten om deze niet te doen.

Wat kunt u doen om u voor te bereiden op dit gesprek?

- Denk alvast na over wat u nog wel en niet meer wilt en bespreek dit met uw naasten.
- Schrijf uw vragen op.
- Neem iemand mee naar het gesprek, zoals een partner, familielid of vriend.
- Heeft u al wensen opgeschreven, bijvoorbeeld in een wilsverklaring of levenstestament? Neem een kopie daarvan mee.



Waar kunt u alvast over nadenken?

Wat is voor u
belangrijk in het leven?
Wat is kwaliteit van
leven voor u?

Waar maakt u zich
zorgen over als het gaat
over uw gezondheid?

Wie of wat geeft u
steun als het moeilijk
wordt?

Waar hoopt u
op?

Wie is uw eerste
contactpersoon?

Wie mag voor u
spreken en beslissen
als u dat zelf niet meer
kunt?

Wat moet een
zorgverlener weten
om u goed te helpen?

Tips voor een goed gesprek

- Maak aantekeningen of vraag of u het gesprek mag opnemen (bijvoorbeeld met uw telefoon).
- Begrijpt u een woord niet? Vraag om uitleg.
- Benoem het als u het idee heeft dat u elkaar niet goed begrijpt tijdens het gesprek.
- Vraag een print mee van de afspraken die u samen met de zorgverlener maakt.
- Deel de afspraken met uw naasten en andere zorgzorgverleners.



We gingen het onderwerp de hele tijd uit de weg, want het was veel te ingewikkeld en gevoelig. Het was dan ook heel fijn dat de huisarts het aankaartte en we vrij snel in gesprek zijn gegaan. Nu staan al haar wensen en grenzen op papier en weet ik hoe ik tegen die tijd moet handelen.

Barbara Weghorst (dochter van Tineke Weghorst - van Voorst)

Meer informatie?

Scan de QR-code of ga naar onderstaande websites.



**Keuzehulp Verken
uw wensen voor
zorg en behandeling**

[www.thuisarts.nl/keuzehulp/
verken-uw-wensen-voor-zorg-en-
behandeling](http://www.thuisarts.nl/keuzehulp/verken-uw-wensen-voor-zorg-en-behandeling)



**Patiëntenfederatie
Nederland
E-book Praat op tijd
over je levenseinde**

[www.patiëntenfederatie.nl/extra/
levenseinde](http://www.patiëntenfederatie.nl/extra/levenseinde)



**Als ik nadenk
over mijn laatste
levensfase**

[https://www.zeeuwsezorgschakels.nl/
app/uploads/2024/10/Wensenboekje_
Interactief.pdf](https://www.zeeuwsezorgschakels.nl/app/uploads/2024/10/Wensenboekje_Interactief.pdf)



**Wensenboekje 'Wat
ik wil zeggen...'**

[www.netwerkpalliatievezorggrbt.nl/
projecten/wensenboekje](http://www.netwerkpalliatievezorggrbt.nl/projecten/wensenboekje)