

**MEE****SAMEN**

Onafhankelijke cliëntondersteuning

Heb je een vraag over wonen, zorg, opvoeden, leren, werken, wetten en regels, vrienden, relaties, sport of bijvoorbeeld geld? Of loop je vast? Vind je het prettig als er eens iemand met je meedenkt? Voor jezelf of iemand om je heen?

Soms is het fijn als er iemand is die je even op weg kan helpen met informatie of advies. Of die samen met je kijkt wie of wat er nodig is om verder te komen. Iemand die veel weet en de weg kent. En die altijd vanuit jouw belang meekijkt.

Dit heet onafhankelijke cliëntondersteuning. Iedereen mag hier gratis gebruik van maken. Voor jezelf of voor een ander. Hoe klein of groot je vraag ook is. Dit staat in de wet.

Een cliëntondersteuner kan bijvoorbeeld

- informatie, advies of ondersteuning geven.
- kijken welke mogelijkheden er voor je zijn.
- met je meegaan naar een gesprek (of een gesprek met je voorbereiden); met de gemeente, een sociaal team, een zorgorganisatie, school of bijvoorbeeld het UWV.
- je helpen bij het doen van een aanvraag.
- kijken wat er mogelijk is in wet- en regelgeving.
- met je op zoek gaan naar de juiste zorg of zorgorganisatie.
- je helpen met een persoonlijk plan of zorgplan.
- je helpen als je ontevreden bent over een besluit, zorgorganisatie of instantie.

Ze vertellen je niet wat je moet doen, dat bepaal je zelf.

Onafhankelijk - De cliëntondersteuner van MEE staat los van instanties, zoals zorgaanbieders, gemeenten, UWV of onderwijs. Hij of zij handelt vanuit jouw belang. Ook neemt de cliëntondersteuner geen beslissing over jouw aanvraag voor ondersteuning of bijvoorbeeld een uitkering. Wel kan de cliëntondersteuner je helpen om een aanvraag te doen als dat nodig is. Maar je neemt hierin altijd zelf de beslissingen.

Veel kennis - De cliëntondersteuner van MEE weet veel over de kansen en mogelijkheden voor mensen met een beperking. (Licht) verstandelijke, zintuiglijke of lichamelijke beperkingen. Maar ook chronische ziekten, niet-aangeboren hersenletsel of bijvoorbeeld autisme. Ook ouderen of bijvoorbeeld mensen met psychische klachten kunnen bij MEE terecht. Het maakt niet uit of je al ondersteuning of zorg ontvangt, of niet.



CHECKLIST GESPREK

Handig! - Heb je binnenkort een gesprek met iemand van de gemeente, een sociaal team, het CJG of bijvoorbeeld het UWV? Deze checklist kun je gebruiken om je voor te bereiden. Dit hoeft niet. Je kunt ook vragen of iemand van MEE het gesprek samen met je voorbereidt. Of met je mee gaat. Dit is gratis.

VÓÓR HET GESPREK:

- ☐ Ik weet waarom ik dit gesprek heb, en wat er gaat gebeuren
- ☐ Ik weet met wie of met welke organisatie ik het gesprek heb
- ☐ Ik weet wat er van mij verwacht wordt
- ☐ Ik vind de locatie prettig
- ☐ Ik heb erover nagedacht om iemand mee te vragen
- ☐ Ik weet wat ik wil bereiken met het gesprek
- ☐ Ik heb nagedacht over de dingen die minder goed gaan in mijn leven (bijvoorbeeld in mijn woonsituatie, het huishouden, sociale contacten, vervoer, financiën, activiteiten, gezondheid, persoonlijke verzorging, mensen voor wie ik zorg of die voor mij zorgen)
- ☐ Ik heb nagedacht over de dingen die wel goed gaan in mijn leven, en wie me daarbij helpt
- ☐ Ik heb de dingen die ik belangrijk vind opgeschreven
- ☐ Ik weet, als ik medische gegevens moet afgeven, waarvoor dit is en wat ermee wordt gedaan

NA HET GESPREK:

- ☐ Ik ben tevreden over het gesprek
- ☐ Ik denk dat de uitkomst van het gesprek past bij mijn situatie
- ☐ Ik denk dat de uitkomst van het gesprek aansluit bij wat ik nodig heb
- ☐ Ik denk dat, als er gesproken is over hulp van mensen uit mijn omgeving, zij dit ook kunnen
- ☐ Ik heb de uitkomst van het gesprek met iemand besproken die mij goed kent
- ☐ Ik heb antwoorden op al mijn vragen

Ontvang je op dit moment zorg? - Deze checklist kun je gebruiken bij het zorgplan, waarin de afspraken tussen jou en je zorgaanbieder staan. Dit hoeft niet. Ook hiervoor kun je iemand van MEE vragen om je te helpen. Of om met je mee te gaan. Dit is gratis.

BIJ HET OPSTELLEN VAN HET ZORGPLAN:

In het zorgplan staat/staan...

- ☐ welke zorg ik krijg, bijvoorbeeld begeleiding, verzorging, verpleging, dagbesteding en in welke klasse
- ☐ hoe vaak ik die zorg krijg en op welke dagen
- ☐ de doelen van de zorg voor de komende periode
- ☐ wat ik zelf kan doen
- ☐ mijn voorgeschiedenis, leefsituatie, karakter en/of interesses
- ☐ hoe ik wel en niet benaderd wil worden
- ☐ mijn wensen en behoeften, bv. in de besteding van mijn dag, en de begeleiding daarin
- ☐ wat mijn familie, of andere mensen uit mijn omgeving, doen om te helpen
- ☐ afspraken over privacy; bijvoorbeeld wie het zorgplan nog meer mag lezen, of
- wanneer iemand mijn kamer binnen mag komen
- ☐ afspraken over de hygiëne; bijvoorbeeld hoe vaak ik wil douchen, of over het schoonmaken van de kamer
- ☐ wat er gedaan wordt om mijn gezondheid op peil te houden; bijvoorbeeld eetgedrag
- ☐ Alle afspraken die in het zorgplan staan, zijn met mij besproken
- ☐ Alle kopjes in het zorgplan zijn voldoende ingevuld
- ☐ Het is mij duidelijk wat er in het zorgplan staat
- ☐ Ik weet wanneer het zorgplan met mij geëvalueerd wordt
- ☐ Ik weet bij wie ik het kan aangeven als er tussentijds iets in mijn situatie verandert
- ☐ Ik weet bij wie ik terecht kan als ik niet tevreden ben over de zorg

BIJ HET EVALUEREN VAN HET ZORGPLAN:

- ☐ Het zorgplan is minstens 1 keer per jaar met mij geëvalueerd
- ☐ Mijn contactpersoon was, als ik dat wilde, aanwezig bij de evaluatie
- ☐ Alle afspraken uit het zorgplan worden nagekomen
- ☐ Ik ben tevreden over de zorg die ik heb gekregen
- ☐ Ik ben tevreden over de manier waarop ik de zorg heb gekregen
- ☐ Er is besproken of er iets veranderd is in mijn situatie
- ☐ De dingen die ikzelf kan doen, kan ik nog steeds
- ☐ Er is besproken of ik nog andere wensen of behoeften heb dan wat nu in het zorgplan staat
- ☐ Mensen uit mijn familie, of andere mensen uit mijn omgeving, zijn betrokken bij de zorg
- ☐ Het zorgplan wordt actief gebruikt door de zorgverleners om aan mijn doelen te werken

BIJ HET BIJSTELLEN VAN HET ZORGPLAN:

- ☐ Er is met mij besproken op welke punten het zorgplan aangepast is
- ☐ Mijn contactpersoon was, als ik dat wilde, hierbij aanwezig
- ☐ De dingen die besproken zijn in de evaluatie, zie ik terug in het zorgplan

CHECKLIST GESPREK

Als je een verslag gekregen hebt van het gesprek:

- ☐ Ik begrijp wat er in het verslag staat
- ☐ Ik zie dat de afspraken in het verslag kloppen

Na een tijdje..

- ☐ Ik ben tevreden over het nakomen van de afspraken die in het gesprek zijn gemaakt
- ☐ Ik ben tevreden over het resultaat van de afspraken

AAN HET EIND VAN HET GESPREK:

- ☐ Ik weet, als ik medische gegevens moet afgeven, waarvoor dit is en wat ermee wordt gedaan
- ☐ Ik heb goed uit kunnen leggen wat mijn vraag is, of waar ik tegenaan loop
- ☐ Ik heb kunnen vertellen wat er wel goed gaat, en wie me daarbij helpt
- ☐ Ik heb verteld wat ik graag wil bereiken
- ☐ Ik heb verteld wat ik zelf kan doen om mijn doel te bereiken
- ☐ Ik heb verteld wat mensen in mijn omgeving voor mij kunnen doen om te helpen
- ☐ Ik heb verteld wat mensen in mijn omgeving nu al voor mij doen
- ☐ Ik begreep alle vragen
- ☐ Ik kon alle vragen goed beantwoorden
- ☐ Ik vind dat er genoeg tijd was voor iedereen
- ☐ Ik voelde me prettig tijdens het gesprek
- ☐ Ik weet wat er na dit gesprek gebeurt (wie wat doet en wanneer)
- ☐ Ik weet wat ik moet doen na het gesprek
- ☐ Ik weet of ik iets moet betalen als er gesproken is over zorg of ondersteuning, en zo ja hoeveel (eigen bijdrage)
- ☐ Ik weet wat ik kan doen als ik niet tevreden ben over het gesprek
- ☐ Ik weet wat ik kan doen als het verslag niet klopt met wat er besproken is
- ☐ Ik weet wie ik kan aanspreken als de afspraken uit het gesprek niet nagekomen worden

The logo for MEE, consisting of the letters 'MEE' in a bold, white, sans-serif font inside an orange square.The text 'SAMEN' in a bold, black, sans-serif font, positioned below the 'MEE' logo and underlined with an orange line.

Waar kan ik terecht?

Je kunt contact opnemen met MEE Samen via telefoonnummer **088 - 633 0 633** of e-mail **info@meesamen.nl**

Soms zijn de cliëntondersteuners van MEE Samen ook te vinden op een locatie in de buurt, bijvoorbeeld met een spreekuur, in een sociaal team of CJG. Je mag zelf kiezen of je hier naartoe gaat of liever rechtstreeks contact opneemt. Net wat je het prettigst vindt.

Op de website **www.meesamen.nl** kun je zien waar je MEE in jouw gemeente kunt vinden. Hier vind je ook informatie over hoe we omgaan met klachten en privacy.

meedoen mogelijk maken