Zelfredzaamheidsmeter

Uniek cliëntnummer

Onderstaande zelfredzaamheidsmeter ga je invullen voor de cliënt. Het betreft tien levensdomeinen van de cliënt.

Voor elk levensdomein ga je kijken in hoeverre de cliënt zelfstandig functioneert en bepaal je dus hoe **zelfredzaam** de cliënt is. Dit doe je op een schaal van 1 tot 4.
Algemeen geldend staan de schaalcategorieën voor het volgende:

1. Niet zelfredzaam – er is sprake van een ernstige problemen op dit levensdomein
2. Beperkt zelfredzaam – iemand redt zich slechts in beperkte mate op dit levensdomein
3. Voldoende zelfredzaam – iemand kan zich voldoende redden op dit levensdomein
4. Volledig zelfredzaam – dit levensdomein loopt goed

Het kan voorkomen dat je de cliënt tussen twee niveaus in zit. We hanteren daarom ook tussenschalen:

1.5. Tussen niet en beperkt zelfredzaam in.
2.5. Tussen beperkt en voldoende zelfredzaam in.
3.5. Tussen voldoende en volledig zelfredzaam in.

Daarnaast vul je bij elk domein in hoeverre de cliënt de **eigen regie** heeft over een levensdomein. De antwoordcategorieën staan voor het volgende:

1. Geen eigen regie
2. Beperkte eigen regie
3. Volledige eigen regie
4. Niet van toepassing (kan gelden bij een aantal levensdomeinen)

Ook hier geldt dat de cliënt tussen twee niveaus in kan zitten. We hebben als tussenschalen:

1.5. Tussen geen en beperkte regie in.
2.5. Tussen beperkte en volledige regie in.

Let op! Alle levensdomeinen zijn relevant voor de cliënt. We willen graag een zo volledig mogelijk beeld van de zelfredzaamheid. Het kan echter zijn dat een of meerdere levensdomeinen echt niet aan de orde zijn in jouw contact met de cliënt (b.v. financiën). Je kunt dit levensdomein/deze levensdomeinen dan overslaan.

Voor elk levensdomein staan de categorieën apart toegelicht in de meter. Wil je per levensdomein omcirkelen wat de huidige situatie van de cliënt is?
Je omcirkelt het cijfer voor het niveau van **zelfredzaamheid** dat onder elk levensdomein staat (een 1, een 1,5 een 2 een 2,5 een 3 een 3,5 of een 4).
Dit doe je ook bij **eigen regie** (een 1 een 1,5 een 2 een 2,5 een 3 of een 4).
Wanneer binnen een levensdomein de ene activiteit wel goed gaat en de andere minder goed, maak dan een gemiddelde inschatting.

Aan het einde van het project leggen we deze meter nogmaals voor om te kijken waar veranderingen hebben plaatsgevonden.
De levensdomeinen komen ook terug bij de doelen en acties die je samen met de cliënt bepaalt. Zo kunnen we een koppeling maken tussen de ontwikkeling van de zelfredzaamheid en de ondernomen acties.

Levensdomein 1: Financiële situatie

	Onvoldoende inkomsten voor kopen/aanschaffen basisbehoeften en/of er is sprake van schuldenproblematiek.	Net voldoende inkomsten voor de basisbehoeften.	Voldoende inkomsten voor basisbehoeften en een aantal extra's.	Kan zich financieel goed redden.
Zelfredzaamheid	1 - niet 1 1,5	2 - beperkt 2 2,5	3 - voldoende 3 3,5	4 - volledig 4
	Is afhankelijk van anderen om de financiën en/of de administratie te regelen.	Is gedeeltelijk afhankelijk van anderen om de financiën en/of de administratie te regelen.	Regelt de financiën en/of administratie helemaal zelf en schakelt indien nodig of gewenst de juiste hulp in.	
Eigen regie	1 - geen 1 1,5	2 - beperkt 2 2,5	3- volledig 3	

Levensdomein 2: Dagbesteding (vrije tijd, zinvolle activiteiten)

	Heeft weinig tot niets te doen op een dag en ervaart dit negatief.	Heeft een aantal activiteiten, maar vindt dit zelf onvoldoende.	Heeft voldoende dagbesteding.	Kan de activiteiten doen die hij leuk of belangrijk vindt (bv hobby's).
Zelfredzaamheid	1 - niet 1 1,5	2 - beperkt 2 2,5	3 - voldoende 3 3,5	4 - volledig 4
	Is afhankelijk van anderen om de dagbesteding te organiseren.	Is gedeeltelijk afhankelijk van anderen om de dagbesteding te organiseren.	Regelt de eigen dagbesteding helemaal zelf.	
Eigen regie	1 - geen 1 1,5	2 - beperkt 2 2,5	3- volledig 3	

Levensdomein 3: Woonsituatie

	De woonsituatie is ongeschikt voor deze cliënt. Er moeten of grote aanpassingen plaatsvinden of de persoon moet verhuizen. En/of er is sprake van een onveilige situatie.	De cliënt kan zich met de nodige veel moeite redden in en om het huis. Er zijn aanpassingen nodig en/of het is soms niet veilig.	De cliënt kan zich redelijk redden in huis. Evt. zijn er kleine aanpassingen gewenst.	De cliënt kan zich volledig redden in en om de eigen woning. De woning is geschikt.
Zelfredzaamheid	1 - niet	2 - beperkt	3 - voldoende	4 - volledig
	1 1,5	2 2,5	3 3,5	4
	Is afhankelijk van anderen om aanpassingen of verhuizing te regelen.	Heeft enige hulp nodig bij het regelen van aanpassingen of verhuizing.	Regelt evt. aanpassingen of verhuizing zelf.	Niet van toepassing, de cliënt is volledig zelfredzaam op dit levensdomein.
Eigen regie	1 - geen	2 - beperkt	3- volledig	4- niet van toepassing
	1 1,5	2 2,5	3	

Levensdomein 4: Psychisch functioneren

	Terugkerende psychische problemen in de vorm van somberheid en/of angsten of vermoeden hiervan. De cliënt heeft hier veel last van in het functioneren.	Milde symptomen van somberheid en/of angst of vermoeden hiervan. De stemming van de cliënt is wisselend. Heeft hier enige last van bij het functioneren.	Heeft soms last van somberheid en/of angsten, maar de cliënt wordt hierdoor niet of nauwelijks belemmert in het functioneren.	De cliënt functioneert goed. De stemming is doorgaans positief. Niet meer dan de dagelijkse beslommeringen of zorgen.
Zelfredzaamheid	1 - niet	2 - beperkt	3 - voldoende	4 - volledig
	1 1,5	2 2,5	3 3,5	4
	Heeft geen of weinig inzicht in het functioneren en/of kan niet goed bepalen of hulp nodig is.	Heeft beperkt inzicht in het eigen functioneren en kan in beperkte mate inschatten of hulp nodig is.	Heeft inzicht in het eigen functioneren en/of kan zelf goed bepalen of hulp nodig is.	Heeft geen problemen bij psychisch functioneren.
Eigen regie	1 - geen	2 - beperkt	3- volledig	4 - niet van toepassing
	1 1,5	2 2,5	3	

Levensdomein 5: Lichamelijk functioneren

	Er is sprake van lichamelijke problemen/(chronische) ziekte(n) die regelmatig behandeling of verpleging vereisen. De persoon ervaart ernstige gezondheidsbeperkingen.	Er is sprake van lichamelijke problemen/chronische ziekte(n) en enige gezondheidsbeperkingen. Er is soms behandeling of verpleging nodig.	Er is sprake van enige lichamelijk problemen of chronische ziekte. De persoon heeft hier weinig last van en ervaart geen of weinig gezondheidsbeperkingen.	Er zijn geen directe of voortdurende medische problemen. De persoon functioneert fysiek gezien goed.
Zelfredzaamheid	1 - niet	2 - beperkt	3 - voldoende	4 - volledig
	1 1,5	2 2,5	3 3,5	4
	Heeft geen of weinig inzicht in de eigen ziekte.	Heeft beperkt inzicht in de eigen ziekte.	Heeft inzicht in de eigen ziekte en kan zelf goed bepalen wanneer en of behandeling nodig is.	Heeft geen problemen bij het lichamelijk functioneren.
Eigen regie	1 - geen	2 - beperkt	3- volledig	4- niet van toepassing
	1 1,5	2 2,5	3	

Levensdomein 6: Cognitief functioneren

	Er is sprake van of vermoeden van een sterk verminderd cognitief functioneren.	Er spelen enige problemen in het cognitief functioneren of vermoeden hiervan.	Er is sprake van een voldoende functionerend cognitief vermogen.	Er zijn geen problemen op cognitief gebied.
Zelfredzaamheid	1 - niet	2 - beperkt	3 - voldoende	4 - volledig
	1 1,5	2 2,5	3 3,5	4
	Is niet in staat om cognitieve problemen te signaleren en kan niet goed bepalen of er behandeling nodig is.	Heeft in beperkte mate inzicht in de cognitieve problemen en schakelt beperkt hulp in.	Heeft volledig inzicht in cognitieve problemen en kan goed bepalen of behandeling nodig is. Houdt zich aan evt. behandeling.	Heeft geen problemen bij het cognitief functioneren.
Eigen regie	1 - geen	2 - beperkt	3- volledig	4- niet van toepassing
	1 1,5	2 2,5	3	

Levensdomein 7: Huishouden

	Is niet in staat het huishouden zelf te doen en/of er is sprake van een grote achterstand waardoor sprake is vervuiling van de woning.	Heeft de nodige beperkingen in het uitvoeren van het huishouden en/of vervuiling dreigt.	De meeste huishoudelijke werkzaamheden kan de persoon zelfstandig doen. Indien het huishouden of een deel daarvan door anderen wordt gedaan is dit een eigen keuze.	Kan het huishouden volledig zelfstandig doen. Indien het huishouden of een deel ervan door anderen wordt gedaan is dit een eigen keuze.
Zelfredzaamheid	1 - niet 1 1,5	2 - beperkt 2 2,5	3 - voldoende 3 3,5	4 - volledig 4
	Is niet in staat zelf hulp te organiseren bij het huishouden.	Is deels in staat hulp te organiseren bij het huishouden en te bepalen hoe het huishouden gedaan moet worden.	Kan zelf hulp organiseren bij het huishouden en bepalen hoe het huishouden gedaan moet worden.	
Eigen regie	1 - geen 1 1,5	2 - beperkt 2 2,5	3- volledig 3	

Levensdomein 8: ADL- vaardigheden

	Er is sprake van een belangrijk probleem op één of meer gebieden van zelfzorg/ADL vaardigheden (eten, wassen, aankleden, naar toilet gaan). Is (bijna) volledig afhankelijk van anderen.	Heeft problemen bij de sommige gebieden van zelfzorg/ADL-vaardigheden. Kan deels voor zichzelf zorgen en heeft deels hulp nodig.	Kan (met moeite) zelfstandig functioneren als het gaat om ADL-vaardigheden.	Is volledig in staat alle gebieden van ADL zelfstandig te functioneren.
Zelfredzaamheid	1 - niet 1 1,5	2 - beperkt 2 2,5	3 - voldoende 3 3,5	4 - volledig 4
	Is niet in staat zelf de hulpvraag te formuleren en/of te regelen.	Kan deels de hulpvraag bepalen en/of regelen.	Kan zelf bepalen hoe en wanneer hij/zij de hulp wilt ontvangen .	Heeft geen problemen op gebeid van ADL.
Eigen regie	1 - geen 1 1,5	2 - beperkt 2 2,5	3- volledig 3	4 - niet van toepassing

Levensdomein 9: Sociaal netwerk

	Heeft weinig sociale contacten en er is sprake van ernstige eenzaamheidsproblematiek	Er zijn enige contacten. De cliënt zou graag meer contacten hebben. Er is sprake van lichte eenzaamheidsproblematiek.	De cliënt heeft, voor zijn eigen gevoel, voldoende sociale contacten met familie en vrienden. Er is niet echt sprake van eenzaamheidsproblematiek.	Er is sprake van een gezond sociaal netwerk. De cliënt voelt zich niet eenzaam.
Zelfredzaamheid	1 - niet 1 1,5	2 - beperkt 2 2,5	3 - voldoende 3 3,5	4 - volledig 4
	Is niet in staat zelf het sociale netwerk te organiseren of sociale contacten aan te gaan.	Is deels in staat zelf het sociale netwerk te organiseren of sociale contacten aan te gaan.	Is in staat het eigen sociale netwerk te regelen of contacten aan te gaan.	
Eigen regie	1 - geen 1 1,5	2 - beperkt 2 2,5	3- volledig 3	

Levensdomein 10: Mobiliteit

	Is niet in staat zich (veilig) buitenshuis te verplaatsen. Bijvoorbeeld voor het boodschappen doen of naar mensen of activiteiten te gaan. NB: het gaat er niet om of iemand wel of niet hulpmiddelen heeft of gebruikt.	Is beperkt in staat zich (veilig) buitenshuis te verplaatsen. Bijvoorbeeld voor het boodschappen doen of naar mensen of activiteiten te gaan. NB: het gaat er niet om of iemand wel of niet hulpmiddelen heeft of gebruikt.	Kan zich voldoende redden als het gaat om zich buitenshuis (veilig) te verplaatsen. Bijvoorbeeld voor het boodschappen doen of naar mensen of activiteiten te gaan. NB: het gaat er niet om of iemand wel of niet hulpmiddelen heeft of gebruikt.	Heeft geen mobiliteitsproblemen. Is volledig zelfredzaam op dit terrein.
Zelfredzaamheid	1 - niet 1 1,5	2 - beperkt 2 2,5	3 - voldoende 3 3,5	4 - volledig 4
	Heeft geen inzicht in mogelijke oplossingen voor de mobiliteitsproblemen en/of kan dit zelf niet regelen. Bijvoorbeeld een hulpmiddel of iemand te vragen om op te halen/mee te gaan	Heeft gedeeltelijk inzicht in mogelijke oplossingen voor de mobiliteitsproblemen en/of kan dit zelf niet regelen. Bijvoorbeeld een hulpmiddel of iemand te vragen om op te halen/mee te gaan.	Heeft inzicht in mogelijke oplossingen en/of kan dit zelf regelen.	Heeft geen mobiliteitsproblemen.
Eigen regie	1 - geen 1 1,5	2 - beperkt 2 2,5	3- volledig 3	4- niet van toepassing