

Je ouders worden ouder, en nu?



Als je zelf de 40 of 50 passeert ga je ook steeds meer merken dat je ouders ouder worden. En we weten, ouderdom komt met gebreken. Bij de ene wat meer dan bij de ander, maar toch. Nu we allemaal steeds langer thuis blijven wonen, is de kans groot dat er een moment komt dat je ouders jouw zorg nodig hebben. Maar weet je eigenlijk wel hoe jouw ouders daarover denken? En hoe sta je hier zelf in?

Vraag eens wat je ouders willen en wat ze al geregeld hebben. Denk aan vragen over ouder worden, zorg, financiën, wonen, werken.

Voorbereiden op Mantelzorg

Ouder worden

Een gesprek openen over de toekomst, het is als in een glazen bol kijken. Maar daar zijn gelukkig instrumenten voor. Zo is er het Familie Gesprek. Het Familie Gesprek is een uitnodiging voor jou en je familie om eens het gesprek te hebben over later.

[Bestel gratis het praatpakket voor het Familie Gesprek.](#)

Bespreek samen hoe je de toekomst ziet. Denk daarbij aan:

Zijn er broers en/of zussen? Of ben je alleen? Wie wil en kan welke zorg op zich nemen?

Hoe ziet het sociaal netwerk van je ouders eruit? Denk aan familieleden, vrienden, kennissen, collega's en burens. Wie kan wat doen?

Wie mag beslissingen nemen namens je ouders? Is vertegenwoordiging goed geregeld bij jouw ouders? Voor meer informatie hierover kun je terecht op de website goedvertegenwoordigd.nl.

Zorg

Bespreek hoe het zal gaan als een van jullie ineens ziek wordt.

Gaat de familie dingen voor elkaar doen, maakt de daarbij afstand uit?

Is er goed contact met de burens?

Gaan jullie zorg inkopen?

Financiën

Houden jij en je ouders rekening met toekomstige zorgkosten en kosten die samen kunnen hangen met een eventuele verhuizing? Meer informatie hierover vind je op ikwoonleefzorg.nl.

Hoe willen je ouders dat de financiën worden beheerd als zij dit zelf niet meer kunnen? Zie [Checklist voorkomen financiële uitbuiting](#).

Hebben je ouders een uitvaartverzekering?

Vraag eens aan jouw ouders of ze een levenstestament hebben en wat hier in staat. Voor meer informatie kun je terecht op goedvertegenwoordigd.nl.

Wonen

Wonen jouw ouder wordende ouders in een toekomstbestendig huis? Wonen zij ver bij jou vandaan of willen jullie dichterbij elkaar gaan wonen? Of misschien zelfs in de tuin of bij elkaar in huis? Het wijzigen van de woonsituatie kost veel tijd. Tijdig stappen ondernemen met het oog op de toekomst is dan ook raadzaam. Kijk voor meer informatie op ikwoonleefzorg.nl of bestel het [zakboekje Samen wonen om te zorgen](#).

Met (kleine) woningaanpassingen kunnen je ouders hun woning nu al mee laten ontwikkelen met het ouder worden. Door nu vast woningaanpassingen te realiseren (hoog toilet, instapdouche) hoeft het niet allemaal als het erop aan komt en haast heeft. Voor meer informatie over woningaanpassingen kun je terecht op veiligheid.nl en hulpmiddelenwijzer.nl.

Werken

Hoe gaat je werkgever om met mantelzorg? Zoek vast eens op of je werkgever specifieke zaken regelt voor mantelzorg en welke [verlofregelingen](#) er zijn.

Ken jij een collega die werk en mantelzorg combineert? Informeer eens hoe hij of zij dit doet in de praktijk.