

Weet u wat u wilt-bijeenkomst in Amersfoort, september 2024

Publieksbijeenkomsten zetten aan tot denken over leven en dood

De *Weet u wat u wilt*-bijeenkomsten motiveren mensen om na te denken over hun wensen en grenzen in de laatste fase van hun leven. Het zorgt voor meer rust en veerkracht in die periode. Nu is er een toolkit beschikbaar, kun je gespreksleiders inhuren én worden de bijeenkomsten doorontwikkeld voor bijzondere doelgroepen.

Waarom praten over het levenseinde?

Veel mensen weten niet wat er mogelijk is aan palliatieve zorg. Door mensen te informeren over de mogelijkheden, kunnen ze weloverwogen beslissingen nemen. Het doel van de *Weet u wat u wilt*-bijeenkomsten is ook om hen aan te moedigen om over hun wensen en zorgen te spreken met hun naasten en hun huisarts.

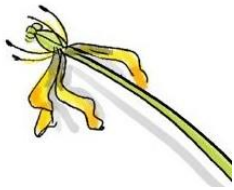
Achtergrond project

De bijeenkomsten worden al sinds 2021 vanuit de netwerken palliatieve zorg georganiseerd en zijn onderbouwd door wetenschappelijk onderzoek van Amsterdam UMC. Uit dit onderzoek bleek dat deelnemers werven via een 'vertrouwd gezicht' het best werkte. Het patiëntenbestand van de huisarts leent zich daar goed voor. Het vervolgproject *Weet u wat u wilt*, gefinancierd vanuit het Nationaal Programma Palliatieve Zorg-II (NPPZ-II) is op 1 juli 2023 gestart en loopt t/m 31 december 2024. Doel van dit project is uitbreiding, verdieping en borging van de werkwijze.

Uitkomst van onderzoek: het werkt!

Drie van de vier deelnemers van de bijeenkomsten praat in de maanden erna met naasten over de laatste levensfase, blijkt uit het onderzoek. Verder ging één op de vier deelnemers binnen een half jaar naar de huisarts om over wensen met betrekking tot de laatste levensfase te spreken. Dat is veelbelovend. [*Bekijk hier de factsheet over het onderzoek.*](#)

"Ik vind het niet gemakkelijk om hier met mijn partner over te praten. Maar deze middag helpt daar enorm bij. Dank jullie wel!" – deelnemer Amersfoort



Borging en eigenaarschap

Het leeft echt, ziet projectleider Robin Zuidam. “In 2023 en 2024 kon voor de organisatie 500 euro per bijeenkomst worden aangevraagd vanuit een NPPZ- stimuleringsfonds. Daar is goed gebruik van gemaakt. Inmiddels hebben we in Midden-Nederland een poule aan gespreksleiders die een huisarts kan inschakelen om te helpen bij het organiseren en presenteren van een eerste bijeenkomst. Dikwijls doen ze het daarna zelf. Ook welzijnsorganisaties, ouderenverenigingen, hospices e.d. kunnen een gespreksleider inhuren.”

In 2025 zal opnieuw budget bij de stimuleringsregeling kunnen worden aangevraagd. Maar om het voortbestaan van de bijeenkomsten te garanderen, is het ook belangrijk dat het een duurzame plek krijgt in het Septet-gebied. “Dat er structurele financiële middelen zijn die het organiseren van een bijeenkomst laagdrempelig houden, dat hulpverleners zoals huisartsen enthousiast worden gemaakt om een bijeenkomst te organiseren en dat vragen kunnen worden beantwoord.” In vier van de zeven regio’s heeft *Weet u wat u wilt* inmiddels een plek gevonden bij de regionale huisartsencoöperatie: in Utrecht stad, Eemland, Noordwest-Veluwe en Rivierengebied. In de andere regio’s wordt daaraan gewerkt. Zo worden de bijeenkomsten blijvend onder de aandacht gebracht, bijvoorbeeld door ze in het jaarplan op te nemen. In Utrecht stad is de ambitie om elke twee jaar in iedere wijk van de stad een bijeenkomst te organiseren.

“Mijn man is ongeneeslijk ziek. We hebben alles geregeld, in zijn dossier staat alles vast. Het heeft ons zoveel rust gegeven. Nu hebben we nog een heerlijk stuk leven samen.” – deelnemer Utrecht

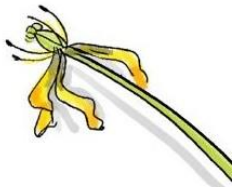
Toolkit en gespreksleiders

Er is een digitale toolkit waar alles in zit wat je nodig hebt om een bijeenkomst te organiseren: een PowerPoint-presentatie, een draaiboek, tools voor communicatie en nog veel meer. Leendert Braal is gespreksleider in Noordwest-Veluwe. “De bijeenkomst is een mooie afwisseling van informatie, interviewtjes met andere aanwezigen uit het zorg- en welzijnsveld en interactie met het publiek.” Het zorgt ervoor dat deelnemers over de drempel worden geholpen om vragen te stellen, zegt hij. “We staan niet zomaar een lezing te geven.”



Aansluiten bij andere initiatieven

Robin Zuidam benadrukt dat het belangrijk is om aan te sluiten bij bestaande initiatieven. “We zijn bezig om in kaart te brengen wie er in Midden-Nederland wat doet op dit gebied.” Ook ontstaan er leuke andere initiatieven. “De nationale denk en doe-tank *De Zorgambassadeurs* heeft dit jaar de ‘happy hour’ geïntroduceerd, waarin studenten met behulp van het kaartspel *Kiezen & Delen* met ouderen in gesprek gaan. Ik ben ook gevraagd om op een symposium voor zorgverleners iets te vertellen over de publieksbijeenkomsten. Het project werkt als katalysator. Daarnaast vergoeden zorgverzekeraars steeds vaker proactieve zorgplanning-gesprekken.”



Nieuwe doelgroepen

Op dit moment wordt gekeken hoe de bijeenkomsten doorontwikkeld kunnen worden voor specifieke doelgroepen. Amsterdam UMC start in 2025 een project voor mensen met een migratieachtergrond en in de Septet-regio werken we aan een versie voor mensen met dementie en hun naasten. Daarvoor zullen in november van dit jaar enkele pilot-bijeenkomsten worden georganiseerd.

Hoe organiseer je een bijeenkomst?

Wil jij ook een bijeenkomst organiseren? Met de toolkit kun je meteen aan de slag! Er is van alles mogelijk. Je kunt bijvoorbeeld via een huisartsenpraktijk mensen werven, maar de organisatie samen doen met anderen en zo de krachten bundelen. Wil je even sparren of een gespreksleider/medeorganisator erbij? Ook dat kan.

Leendert Braal: “Bij ons is er een mooie samenwerking tussen het Netwerk Palliatieve Zorg Noordwest-Veluwe en Medicamus, de huisartsenorganisatie. Wij bieden de toolkit en ik doe de gespreksleiding. Zij regelen de locatie en consumpties.” Er is ook iemand van de wijkzorg, het centrum voor levensvragen, vrijwillige thuisondersteuning en mantelzorgondersteuning. “Bezoekers kunnen zich aanmelden op de website. De huisartsen worden echt ontzorgd!” Huisartsen merken ook dat mensen na een bijeenkomst beter beslagen ten ijs komen in een consult.

Geïnteresseerd om een bijeenkomst te organiseren of wil je meer weten? Mail dan naar [Robin Zuidam](#) of [Margriet Wanders](#). Kijk voor meer informatie op www.weetuwatuwilt.nl.

“Tijdens de Weet u wat u wilt-bijeenkomsten zei ik tegen de bezoekers: ‘Als je het leven ziet als een symfonie, dan heb je die tot nu zelf gespeeld én gedirigeerd. Zou het niet mooi zijn om alvast bladmuziek te schrijven voor de laatste fase, zodat deze ook past bij hoe je altijd hebt geleefd?’ Dat beeld sprak aan, het haalt het zware ervan af. De maanden na zo’n bijeenkomst druppelen mensen binnen op het spreekuur: ‘Dokter, ik heb mijn bladmuziek geschreven!’” – huisarts



We gaan allemaal een keer dood.
Praat u daar wel eens over?