



Eigen kracht bij dementie | Verpleeghuis



Handreiking uitvoering

Dit is een uitgave van het Universitair
Kennisnetwerk Ouderenzorg Nijmegen

© 2026, 1^e versie, UKON, Nijmegen

www.ukonnetwerk.nl/tools/spanplus-verpleeghuis



Inleiding

Ben je zorgmedewerker, ergotherapeut, activiteitenbegeleider of psycholoog en wil je aan de slag met SPAN+ verpleeghuis? Dan is deze handreiking voor jou bedoeld! In deze handreiking nemen we je stap voor stap mee in hoe je met SPAN+ verpleeghuis werkt.



Tip: informeer je collega's dat je aan de slag gaat met SPAN+ verpleeghuis. Zo weet je zeker dat zaken niet naast elkaar gaan lopen én dat iedereen op de hoogte is van de laatste ontwikkelingen.

Wat is SPAN+ verpleeghuis?

SPAN+ biedt handvatten aan zorgprofessionals en naasten om de eigen kracht van mensen met dementie in verpleeghuizen te stimuleren. Er wordt bewust stilgestaan bij wensen, behoeften en mogelijkheden van de persoon met dementie. Door te focussen op wat wél kan, wordt het welbevinden gestimuleerd. Eigen kracht omvat vier thema's:



Eigenwaarde gaat over je gewaardeerd voelen, gehoord en gezien worden, en meedoen in de samenleving.



Keuze en controle gaat over zelf keuzes maken en een gevoel van controle hebben.



Jezelf zijn gaat over zijn wie je altijd bent geweest, maar ook wie je nu bent.



Nodig en nuttig gaat over zo lang mogelijk doen wat je kunt, wilt en gewend bent. En over iets bijdragen.

Waaruit bestaat SPAN+ verpleeghuis?

SPAN+ verpleeghuis bestaat uit twee modules:

Module A: Eigen kracht van de persoon met dementie Met deze module ga jij als zorgprofessional samen met naasten en collega's aan de slag om de eigen kracht van een specifieke persoon met dementie te stimuleren. Bij deze module hoort het *Werkboek over eigen kracht van de persoon met dementie*.

Module B: Werkwijze van zorgprofessionals rondom eigen kracht Met deze module kan jij als zorgprofessional aan de slag met je eigen werkwijze rondom het stimuleren van eigen kracht van mensen met dementie. Bij deze module hoort het *Werkboek voor de zorgprofessional: jouw werkwijze rondom eigen kracht*.





Wist je dat?

Het is mogelijk om aan de slag te gaan met alleen module A, alleen module B óf met beide modules.



Wist je dat?

Naast de twee modules zijn er ook enkele korte video's beschikbaar:

- SPAN+ in het kort: Een hele korte toelichting op het SPAN+ programma.
- Doel en werkwijze van SPAN+ verpleeghuis: Uitleg over het werkboek over de eigen kracht van de persoon met dementie.
- De vier thema's van eigen kracht: Toelichting van de vier thema's aan de hand van een voorbeeld.

Daarnaast zijn er ook twee handreikingen beschikbaar: deze handreiking over de uitvoer én een handreiking over implementatie.

Alle materialen zijn beschikbaar op de [SPAN+ verpleeghuis toolspagina](#) van de UKON-website. De werkboeken kunnen zowel fysiek worden besteld als online worden gebruikt als invulbare PDF.

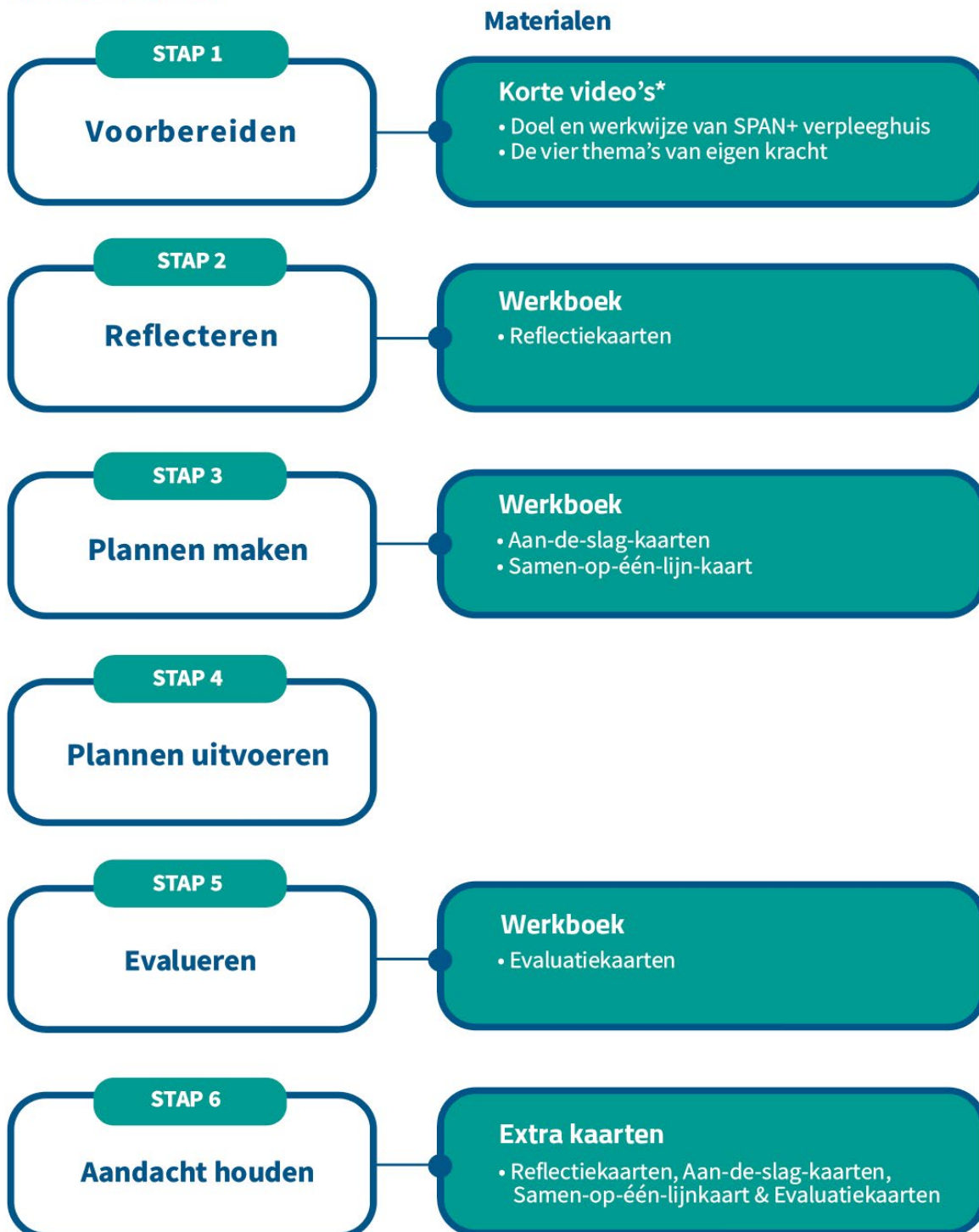


Module A:

Eigen kracht van de persoon met dementie

Met deze module ga jij als zorgprofessional samen met naasten en collega's aan de slag om de eigen kracht van een specifieke persoon met dementie te stimuleren. In het bijbehorende *Werkboek over eigen kracht van de persoon met dementie* staan zes stappen. Neem het werkboek zelf goed door, zodat je voorbereid begint.

Wat is SPAN+?



Stap 1. Voorbereiden

Als eerste stap ga je in gesprek met de naaste van de persoon met dementie (en waar mogelijk ook met de persoon zelf). Het doel van deze stap is om uitleg te geven over wat SPAN+ verpleeghuis inhoudt én wat het kan opleveren.

Je kan hierbij ondersteunend materiaal gebruiken, zoals de video 'Doel en werkwijze van SPAN+ verpleeghuis' en de video 'De vier thema's van eigen kracht'. Deze helpen om het programma op een toegankelijke manier uit te leggen en kunnen motiveren om mee te doen.

Stap 2. Reflecteren

Als volgende stap gaat de naaste aan de slag met de reflectiekaarten rondom de vier thema's van eigen kracht. Deze kaarten helpen om stil te staan bij vragen als: waar is iemand trots op? Wat kan iemand nog zelf en waar wil iemand zelf keuzes over maken? Wanneer voelt iemand zich nuttig of nodig?

De manier waarop de kaarten worden ingevuld, verschilt per situatie. Als zorgprofessional denk je hierin mee. De naaste kan dit:

- alleen doen (je geeft het werkboek aan de naaste mee)
- samen met de persoon met dementie (je geeft het werkboek aan de naaste mee)
- samen met een andere naaste (je geeft het werkboek aan de naaste mee)
- met jouw ondersteuning (je plant een moment in om de reflectiekaarten samen in te vullen)



Tip

stimuleer waar mogelijk de naaste om in gesprek te gaan met de persoon met dementie zelf of met iemand die de persoon met dementie goed kent. Dit levert vaak waardevolle inzichten op. Merk je dat het lastig is voor de naaste om de reflectievragen in te vullen? Dan kun jij helpen door samen de vragen door te nemen en voorbeelden te geven.

Stap 3. Plannen maken

Nu ga je samen met de naaste kijken naar de ingevulde reflectiekaarten. Wat valt op? Welk thema is voor deze persoon het belangrijkste? En wat wil diegene graag behouden of versterken? Denk hierbij aan een bepaalde hobby (koken of zwemmen), het vervullen van een bepaalde rol (als conciërge) of het benutten van talenten (zingen).

Op basis hiervan stel je samen concrete en haalbare plannen op met behulp van de aan-de-slag-kaarten. Jouw rol als zorgprofessional is hierin belangrijk: jij helpt om wensen en ideeën te vertalen naar acties die ook echt uitvoerbaar zijn in de praktijk.

Let bij het maken van plannen op het volgende:

- Kies onderwerpen die écht belangrijk zijn voor de persoon met dementie of altijd belangrijk voor hem of haar zijn geweest.
- Houd het simpel: kleine, haalbare plannen werken beter dan grote plannen.
- Maak elk plan concreet door antwoord te geven op: wie doet wat, wanneer en hoe?
- Betrek waar mogelijk anderen, zoals familie, vrienden, bekenden of vrijwilligers. Zij kunnen een waardevolle rol spelen in de uitvoering.
- Denk alvast na over mogelijke belemmeringen en bespreek samen hoe je hiermee omgaat.



Een voorbeeld:

iemand heeft altijd graag getuinierd. Samen bedenk je hoe dit binnen het verpleeghuis mogelijk blijft. Kunnen er plantenbakken op het balkon komen? Wie regelt dit? Wie helpt bij het verzorgen? En wanneer starten jullie?

Is alles met de naaste goed afgestemd? Dan:

- Zorg je dat je collega's goed op de hoogte zijn door de plannen met hen af te stemmen (bijvoorbeeld tijdens een teamoverleg of tijdens de overdracht) en ze vast te leggen op de samen-op-één-lijn-kaart
- en noteer je de plannen in het cliëntendossier.

Stap 4. Plannen uitvoeren

Het is tijd om aan de slag te gaan. Jij, je collega's, de naaste, vrijwilligers en waar mogelijk de persoon met dementie zelf voeren de plannen uit. Jij bent de spin in het web: je zorgt ervoor dat collega's, naasten en vrijwilligers goed geïnstrueerd worden (door jou of door iemand anders) en stimuleert hen om hun ervaringen tijdens de uitvoering aan jou te rapporteren of – voor wie dit mogelijk is – de ervaringen vast te leggen in het cliëntendossier. Zo blijf jij altijd op de hoogte van de ontwikkelingen.

Jij houdt dus de vinger aan de pols: verloopt alles zoals verwacht? Is er extra ondersteuning nodig? Soms kan een kleine aanpassing al het verschil maken. Blijf dus flexibel, betrokken en alert op mogelijke verbeteringen. Wordt er iets aangepast? Zorg dan opnieuw dat iedereen daarvan goed op de hoogte is.

Stap 5. Evalueren

Na een aantal weken kijk je samen terug: hoe gaat het? Je gebruikt hiervoor de evaluatiekaarten.

1. Eerst bespreek je met collega's en vrijwilligers hoe de uitvoering verloopt. Dit kan op de werkvloer, in een bestaand overleg of op een ander moment.
2. Daarna ga je in gesprek met de naaste.



Probeer dit zoveel mogelijk te doen tijdens bestaande contactmomenten, zodat het niet als 'extra' voelt. Samen bepalen jullie: wat werkt goed en zetten we voort? Wat moet aangepast worden? Waar stoppen we mee? Op basis van deze inzichten stellen jullie de plannen bij.

Stap 6. Aandacht houden

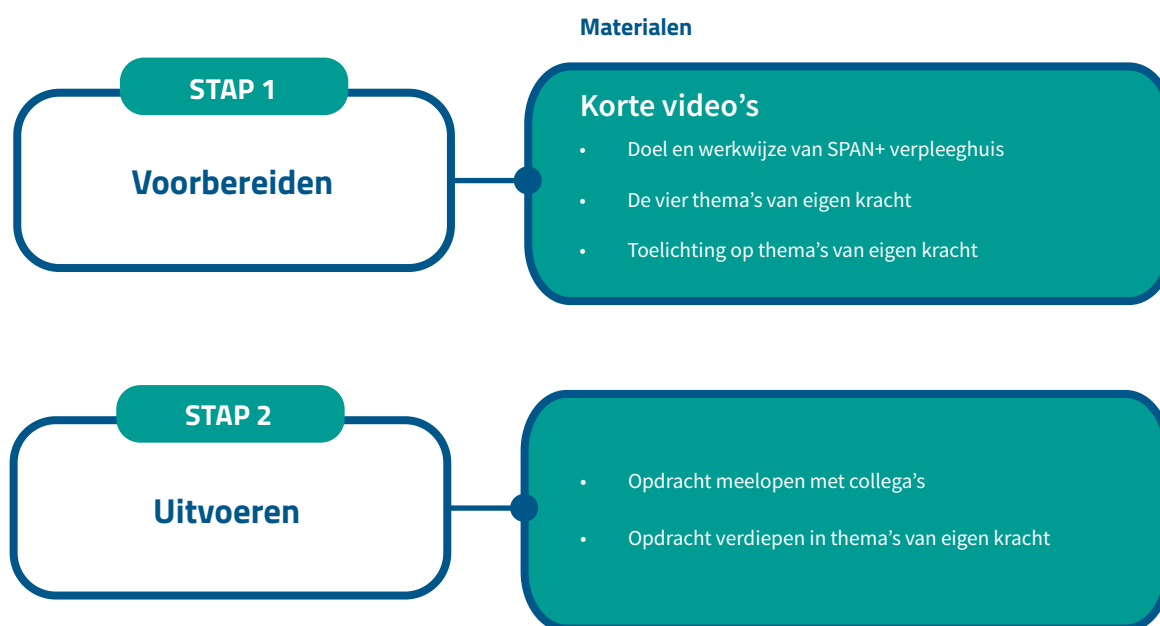
Het gebruik van SPAN+ is een doorlopend proces. Dementie brengt veranderingen met zich mee, waardoor wensen en mogelijkheden kunnen verschuiven. Blijf daarom regelmatig in gesprek met de naaste en (waar mogelijk) de persoon met dementie. Gebruik de reflectiekaarten opnieuw en doorloop de stappen waar nodig nog eens. Op die manier blijf je samen werken aan wat echt belangrijk is.



Module B:

Werkwijze van zorgprofessionals rondom eigen kracht

Met deze module ga je aan de slag met jouw eigen werkwijze rondom het stimuleren van de eigen kracht van mensen met dementie. Het helpt je om bewuster te kijken naar wat je al doet én waar nog kansen liggen. Het bijbehorende Werkboek voor de zorgprofessional: Jouw werkwijze rondom eigen kracht bestaat uit twee stappen:



Wist je dat?

Je kunt dit parallel gebruiken aan het werkboek over de eigen kracht van de persoon met dementie, maar dat is niet noodzakelijk. Je kunt er ook los mee aan de slag, op een moment dat het jou en/of je team uitkomt.

Stap 1. Voorbereiden

Voordat je start met de opdrachten, verdiep je je in de vier thema's van eigen kracht. De vier thema's worden in het begin van het werkboek besproken. De toelichting op deze thema's biedt:

- achtergrondinformatie,
- praktische tips,
- en herkenbare voorbeelden uit de praktijk.

Het doel van deze stap is dat je scherp krijgt wat de vier thema's inhouden en hoe ze terugkomen in jouw dagelijkse werk. Dit helpt je om tijdens de opdrachten gericht te observeren en reflecteren.

Stap 2. Uitvoeren

In deze stap ga je actief aan de slag: je doet dit aan de hand van twee opdrachten. Beide opdrachten zijn gericht op bewustwording, reflectie én het vertalen van je inzichten naar de dagelijkse praktijk.

Opdracht 1 ‘meelopen met een collega’

Tijdens deze opdracht loop je ongeveer één uur mee met een collega. Het doel is om met een frisse blik te kijken naar hoe een ander werkt aan de thema's van eigen kracht. Je observeert met een open en nieuwsgierige houding: wat valt je op? Wat werkt goed? Wat zou jij anders doen? En wat inspireert jou voor je eigen werkwijze?

Na afloop beantwoord je de vragen uit het werkboek. Deze helpen je om te reflecteren op wat je hebt gezien en om dit te vertalen naar concrete punten die je wilt meenemen in je eigen dagelijkse praktijk.



Zo kies je een collega om mee te lopen

Denk bijvoorbeeld na over bij welke collega je nieuwsgierig bent naar de werkwijze, welke collega dingen op een andere manier aanpakt dan jij gewend bent, of bij wie bepaalde dingen goed lijken te lukken die jij juist lastig vindt. Dat kan een collega uit een ander team zijn of een collega met een andere discipline.

Opdracht 2 ‘verdiepen in de thema's van eigen kracht’

In deze opdracht ga je actief aan de slag met twee thema's van eigen kracht in je dagelijkse werk. Het doel is om bewuster te kijken naar je eigen werkwijze en te ontdekken hoe jij deze thema's in de praktijk stimuleert.

Je kiest twee thema's waar je nieuwsgierig naar bent, waarin je je verder wilt ontwikkelen of thema's die je aan het denken hebben gezet. Het kan dus iets zijn waar je al bewust mee bezig bent, maar ook iets wat je juist extra aandacht wilt geven.

Vervolgens ga je deze twee thema's niet alleen “observeren”, maar juist actief uitproberen in je werk. Je richt je tijdens je reguliere werkzaamheden gedurende ongeveer één tot twee uur bewust op deze thema's en zoekt naar momenten waarop je ze voor mensen met dementie kunt versterken of zichtbaar kunt maken. Je experimenteert dus als het ware met je manier van werken: wat gebeurt er als ik hier nét wat meer op let of er bewuster op stuur?

Hierna beantwoord je de reflectievragen in het werkboek. Deze helpen je om stil te staan bij wat je hebt gezien en gedaan, en om dit te vertalen naar inzichten voor je eigen werkwijze.

