

Praten over jouw toekomst is belangrijk

Doen we dat samen?



Een gesprek over de laatste levensfase.

In deze folder lees je hoe je je kunt voorbereiden.



Gedeelde Zorg
Netwerk Palliatieve Zorg

Het is goed om met een zorgverlener te praten over wat je wilt in de laatste fase van jouw leven. Het is belangrijk om hier op tijd over na te denken. Wat wil je wel of juist niet?

Praten hierover geeft rust. Je kan praten met mensen die belangrijk voor je zijn, zoals een partner, een familielid of een goede vriend. Zorgverleners, zoals de huisarts, de praktijkondersteuner ouderenzorg, wijkverpleegkundige of een arts in het ziekenhuis kunnen ook helpen.

Het gaat om jouw wensen

Jouw zorgverlener gaat graag met jou in gesprek over wat voor jou belangrijk is in het leven. En over wat je nog wel en niet meer wilt wat betreft zorg en behandeling. Soms is een behandeling ook niet meer wenselijk of mogelijk. Dan kan de arts, in overleg met jou, besluiten om deze niet te doen.

Hoe kun je je voorbereiden op dit gesprek?



Denk alvast na over wat je nog wel en niet meer wilt en bespreek dit met jouw naasten.



Schrijf jouw vragen op.



Neem iemand mee naar het gesprek, zoals een partner, familielid of vriend.



Heb je al wensen opgeschreven, bijvoorbeeld in een wilsverklaring of levenstestament? Neem een kopie daarvan mee.



Waar kun je alvast over nadenken?

Wat is voor jou belangrijk in het leven?

Wat is kwaliteit van leven voor jou?

Waar maak je je zorgen over als het gaat over jouw gezondheid?

Wie mag voor jou spreken en beslissen als je dat zelf niet meer kunt?

Wie of wat geeft jou steun als het moeilijk wordt?

Wat moet een zorgverlener weten om jou goed te helpen?

Wie is jouw eerste contactpersoon?

Waar hoop je op?

Tips voor een goed gesprek



Maak aantekeningen of vraag of je het gesprek mag opnemen (bijvoorbeeld met jouw telefoon).



Begrijpt je een woord niet? Vraag om uitleg.



Benoem het als je het idee hebt dat je elkaar niet goed begrijpt tijdens het gesprek.



Vraag een print mee van de afspraken die je samen met de zorgverlener maakt.



Deel de afspraken met jouw naasten en andere zorgzorgverleners.

Meer informatie?

Scan de QR-code of ga naar onderstaande websites.

Keuzehulp Verken jouw wensen voor zorg en behandeling
www.thuisarts.nl/keuzehulp/verken-uw-wensen-voor-zorg-enbehandeling



Patiëntenfederatie Nederland E-book
Praat op tijd over je levenseinde
www.patiëntenfederatie.nl/extra/levens-einde



Wensenboekje Midden-Holland
https://gedeeldezorg-middenholland.nl/media/as0lissk/gedeelde-zorg-wensenboekje_interactief_september.pdf



Patiëntenfederatie Nederland
Wegwijzer-wilsverklaring
www.patiëntenfederatie.nl/documenten/PDFs/Brochures/Wegwijzer-wilsverklaring-2025.pdf

