



Maak je toekomstwensen duidelijk

Maak plannen voor het komende jaar, praat er met anderen over en ga op zoek naar ondersteuning

Bespreek je wensen voor de toekomst met de mensen om je heen

Veel mensen vinden het moeilijk om plannen te maken voor een toekomst waarin ze hun onafhankelijk steeds meer verliezen. Daarom praten ze er niet altijd over met familie of vrienden. Soms weten familieleden niet wat hun naaste wel en niet zou willen in de toekomst. Hierdoor bestaat er een kans dat er tegen iemands wensen in besluiten worden genomen. Of dat familieleden een besluit voor een naaste moeten nemen zonder te weten wat diegene graag gewild had (bijvoorbeeld een besluit over reanimatie).

Door over je toekomstwensen te praten weten de mensen om je heen wat je wensen zijn en welke beslissingen je graag zelf wil nemen. Veel mensen nemen ook de wensen van familie mee in hun eigen overwegingen. Gesprekken hierover zijn vaak moeilijk, maar toch is het belangrijk om ze niet te lang uit te stellen. Bespreek je wensen ook met de huisarts. Het nadenken over je wensen voor zorg en behandeling is lastig. Voor veel mensen is het een proces waar veel tijd en aandacht in gaat zitten.

Leg je plannen en wensen vast in officiële documenten

Als je hebt nagedacht over je wensen voor later zijn er verschillende manieren om ze te laten vastleggen voor later. Door dit te doen weet je zeker dat de mensen in jouw omgeving en zorgverleners op de hoogte zijn van wat jij belangrijk vindt. Dit helpt hen om de juiste keuzes te maken als je dat zelf niet meer kunt.

Wilsverklaring

Een wilsverklaring is een schriftelijke verklaring waarin staat welke zorg iemand wel of niet zou willen ontvangen in de toekomst. Een wilsverklaring is laagdrempelig omdat deze kan worden opgesteld zonder tussenkomst van een rechterlijke organisatie. Stel je een



wilsverklaring op? Dan is het handig om hem ook aan de huisarts te geven, zodat deze op de hoogte is van jouw wensen.

Levenstestament

In een levenstestament leg je vast wie namens jou beslissingen mag nemen als je dit zelf niet meer kunt, bijvoorbeeld over persoonlijke, financiële en medische zaken. Soms is een euthanasieverklaring ook onderdeel van een levenstestament. Wil je een levenstestament opstellen, doe dit dan in een vroeg stadium. Als je te lang wacht met het opstellen van een levenstestament en je dementie in een gevorderd stadium is, kan het zijn dat het testament niet meer rechtsgeldig is. Een levenstestament kun je het beste bij een notaris opstellen.

Volmacht

Als je iemand wil machtigen om alle financiële zaken namens jou te regelen, dan geef je diegene een volmacht. Een volmacht wordt vaak samen met een notaris opgesteld. Soms is dit onderdeel van een levenstestament.