

**ALS IK MIJN VERSTAND
VERLIES, WIL IK DAT
MIJN KEUZES
GERESPECTEERD WORDEN.**

**IK WIL NIET DAT MIJN
LEVEN LATER KUNSTMATIG
VERLENGD WORDT.**

**ALS HET MOMENT
DAAR IS, WIL IK THUIS
STERVEN INDIEN
MOGELIJK...**

PRAAT TIJDIG OVER JE OUDE DAG

Het zijn levensbelangrijke onderwerpen.

Een schat van informatie voor jou en voor je naasten www.mijnoudedag.be

Het is niet altijd gemakkelijk om aan je oude dag te denken...

En erover praten met je omgeving is soms moeilijker.

Toch ontmoeten we oudere mensen die, ondanks wat gezondheidsproblemen, volop van het leven genieten. Dan merken we dat het leven op elke ouderdom zijn mooie kanten heeft. Maar het omgekeerde kan ook: sommige mensen lijken zo bedreefd omdat ze beetje bij beetje hun autonomie verliezen en dan denk je "zo wil ik niet eindigen".

Hoe kunnen we ons voorbereiden op onze oude dag en op het geleidelijke verlies van autonomie? Hoe garanderen we dat onze verwachtingen, wensen en visie over die fase van ons leven worden ingewilligd? En wat met mensen die lijden aan één of andere vorm van cognitieve achteruitgang (dementie)? Wanneer, hoe en met wie hierover praten?

Het is belangrijk dat je hierover praat met je omgeving en eventueel met je huisarts, en je wensen duidelijk maakt. Hiermee kan dan rekening gehouden worden bij keuzes rond zorg, huisvesting en bij levenseinde.

Advanced Care Planning (ACP) stelt je in staat je wensen over je toekomstige zorgen, huisvesting en levenseinde te registreren.

Dit document is beschikbaar op mijnoudedag.be.

Maar ook bij je huisarts.

Het gaat dus niet enkel om het nadenken over je laatste dagen, maar vooral om je leven dat je later zou wensen voor te bereiden.



federale overheidsdienst

**VOLKSGEZONDHEID,
VEILIGHEID VAN DE VOEDSELKETEN
EN LEEFMILIEU**

