



ZORG VOOR UZELF MET EEN *Levenstestament*

Wie zorgt er voor u als u langdurig uitvalt, door ziekte of door een ongeluk? Wie betaalt de rekeningen en doet de boodschappen, precies zoals u dat zelf wilt? Oscar Balkenende krijgt vaak signalen van de moeilijkheden en zorgen die ouderen hebben in de laatste fase van hun leven. Op meerdere manieren is hij inmiddels betrokken bij het welzijn van ouderen en hij heeft diverse landelijke initiatieven genomen om ouderenmisbruik tegen te gaan.

Joehoe... Ben je er nog?" Toen ik op een morgen langs een flatgebouw liep, kwam juist uit een van de portieken een oudere vrouw naar buiten. Ze draaide zich om en riep naar boven. Een moment later was er beweging achter een raam op de tweede verdieping. Toen de vrouw mij zag, moest ze lachen. "We zijn al veertig jaar vriendinnen", vertelde ze vrolijk, "en iedere ochtend kijken we of we er nog zijn." Het was een leuk tafereeltje, maar het zette mij wel aan het denken. Wat gebeurt er als een van hen op vakantie gaat? Of als een van de vriendinnen geen antwoord geeft? Zouden ze daar afspraken over gemaakt hebben? Wat als een van beiden in de war raakt, gaat dementeren, of anderszins hulp nodig heeft?

TWINTIG JAAR TE LEVEN

In 2012 was de resterende levensverwachting op 65-jarige leeftijd voor mannen 18,3 jaar en voor vrouwen 21,2 jaar (bron: Nationaal Kompas Volksgezondheid, ministerie van VWS). Dat betekent voor mensen die nu op pensioenleeftijd zijn, dat zij gemiddeld nog zo'n twintig jaar te leven hebben. Natuurlijk weet niemand van tevoren hoe die jaren zullen verlopen en wat er nog in het verschiet ligt.

Maar het is wel waarschijnlijk dat lichamelijke ongemakken op zullen treden en dat ook de geestelijke gezondheid achteruit zal gaan.

Wanneer de tijd aanbreekt dat u niet meer goed voor uzelf kunt zorgen en u afhankelijk wordt van de

zorg van anderen, is het belangrijk dat die zorg u past. Het is goed om hierover in een vroeg stadium na te denken en er de nodige stappen voor te ondernemen. Een manier om de zorg te regelen, is het opstellen van een levenstestament.



Oscar Balkenende presenteert voor Omroep MAX het programma 'De Nalatenschap'. Als erfenisafwikkelaar heeft hij een jarenlange ervaring in de afhandeling van nalatenschappen.

LEVENSTESTAMENT IS GEËEN TESTAMENT!

Veel mensen hebben een testament laten maken bij een notaris. Hierin hebben zij vastgelegd hoe zaken geregeld moeten worden na hun overlijden. Het levenstestament heeft niets met de nalatenschap te maken; je legt erin vast wat je belangrijk vindt voor een periode waarin je kwetsbaar bent. Het levenstestament is er om ervoor te zorgen dat je persoonlijk leven blijft verlopen zoals je dat zelf wilt, om je welzijn en welbevinden te waarborgen.

Stel dat een van de vriendinnen uit de flat haar hele leven vegetariër is. Als zij tijdelijk verward zou raken door een val of een zware griep, wordt een maaltjidservice wellicht noodzakelijk. Het zou toch een vreselijk idee zijn dat zij dan ineens maaltijden met vlees voorgeschoteld zou krijgen en



haar tegenzin niet kenbaar kan maken? Wanneer zij in een levenstestament zou hebben vastgelegd dat zij altijd vegetarisch wil eten en dat daarop wordt toegezien, kan haar dat niet overkomen.

VERTROUWENSPERSOON

In het levenstestament wordt meestal een vertrouwenspersoon benoemd die dergelijke belangen goed kan behartigen. Het is plezierig om op tijd een vertrouwd iemand uit de omgeving te vragen of hij of zij die rol op zich wil nemen wanneer de tijd daarvoor aanbreekt. Alle relevante wensen en ideeën worden, samen met de bevoegdheden en beperkingen van de vertrouwenspersoon, opgenomen in een notariële akte. Hierin kan ook de controle op de uitvoering van het levenstestament worden gewaarborgd. U kunt namelijk iemand aanstellen die toezicht houdt en die de vertrouwenspersoon controleert en eventueel adviseert.

Het is voor uzelf, maar ook voor uw levenspartner, kinderen en naaste omgeving een hele geruststelling als officieel is vastgelegd wat voor u belangrijk is. Misschien wilt u in bepaalde gevallen geen medische behandeling meer ondergaan. Of misschien wilt u uw partner juist de bevoegdheid geven om

Wat als een van beiden gaat dementeren of anderszins hulp nodig heeft?

daarover te beslissen. Wellicht zijn er financiële zaken die geregeld moeten worden. Of stel dat u graag vaak naar de kapper gaat en u wilt dat dat blijft gebeuren, ook als u dat zelf niet meer kunt regelen...

VERRASSINGEN

Een ongeluk zit in een klein hoekje. Het is mogelijk dat u door omstandigheden plotseling niet meer zo zelfredzaam bent en dat hulp van derden noodzakelijk wordt. Als u niets geregeld heeft, is de kans groot dat uw belangen vanaf dat moment door een onbekende worden behartigd.

Wie dergelijke 'verrassingen' wil voorkomen, doet er goed aan maatregelen te nemen om die periode zo zorgeloos mogelijk te laten verlopen. Met een levenstestament houdt u, ongeacht uw geestelijke of lichamelijke situatie, de regie over uw leven in vertrouwde handen. ■