

## Wat is de ZelfRedzaamheidsMatrix?

De ZelfRedzaamheidsMatrix, of afgekort: ZRM, is een **intake- en monitoringsinstrument** dat ontwikkeld is door de GGD Amsterdam en de Gemeente Rotterdam om de **zelfredzaamheid** van mensen op **12 verschillende domeinen** in kaart te brengen. Op elk domein kan een **score van 1 tot 5** worden gehaald die de mate van zelfredzaamheid op dat gebied aangeeft, variërend van 1 (acute problematiek) tot 5 (volledig zelfredzaam). De domeinen variëren van hoe iemand woont (huisvesting, huiselijke relaties), hoe gezond iemand is (fysiek, geestelijk, middelengebruik, beheersing ADL) tot wat iemand bezighoudt (tijdsbesteding, werk en opleiding, maatschappelijke deelname en eventueel justitieverleden). Verder wordt de financiële situatie bekeken en de mate waarin iemand een steunend sociaal netwerk heeft.

		Score				
		1 Acute problematiek	2 Niet zelfredzaam	3 Beperkt zelfredzaam	4 Voldoende zelfredzaam	5 Volledig zelfredzaam
D o m e i n e n	<b>Financiën</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>geen inkomsten</li> <li>groeende complexe schulden</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>te weinig inkomsten om te voorzien in basisbehoeften of spontaan/ongepast uitgeven</li> <li>groeende schulden</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>inkomsten uit uitkering om te voorzien in basisbehoeften</li> <li>gepast uitgeven</li> <li>eventuele schulden zijn tenminste stabiel of inkomens/ schuld wordt beheerd door derden</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>inkomsten uit werk (basis) pensioen/ vrijwillige inkomensvoorziening om te voorzien in basisbehoeften</li> <li>eventuele schulden zijn in eigen beheer</li> <li>eventuele schulden verminderen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>uitloftend inkomsten uit werk/ (basis) pensioen/ vrijwillige inkomensvoorziening</li> <li>aan het eind van de maand is geld over</li> <li>geen schulden</li> </ul>
	<b>Werk &amp; Opleiding</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>geen werk-(traject)/ opleiding of werk zonder adequate toerusting/ verzekering</li> <li>geen werk-zoekactiviteiten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>geen werk-(traject) maar wel werk-zoekactiviteiten of 'papieren' opleiding (ingeschreven maar niet volgend) of dreigend ontslag/ drop-out</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>werkt traject gericht op participatie of werkt niet naar vermogen of volgt opleiding maar loopt achter of vrijwillig baanloos zonder sollicitatieplicht</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>werkt traject gericht op re-integratie of fysieel werk of volgt opleiding voor startkwalificatie of vrijgesteld van werk en opleiding</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>vast werk of volgt opleiding hoger dan startkwalificatie</li> </ul>
	<b>Tijdsbesteding</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>afwezigheid van activiteiten die plezierig/ nuttig zijn of geen structuur in de dag</li> <li>onregelmatig dag-nacht ritme</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>nieuwelings activiteiten die plezierig/ nuttig zijn</li> <li>nieuwelings structuur in de dag</li> <li>afwijkend dag-nacht ritme</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>onvoldoende activiteiten die plezierig/ nuttig zijn</li> <li>dag-nacht ritme heeft geen negatieve invloed op het dagelijks functioneren.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>voldoende activiteiten die plezierig/ nuttig zijn</li> <li>dag-nacht ritme heeft geen negatieve invloed op het dagelijks functioneren.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>alle tijd is plezierig/ nuttig besteed</li> <li>gezond dag-nacht ritme</li> </ul>
	<b>Huisvesting</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>dakloos of in nachtopvang</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>voor wonen ongeschikte huisvesting of huur of hypotheek is niet betaalbaar of dreigende huisuitzetting</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>veilige, stabiele huisvesting maar slechts marginaal toereikend of in onderuur of niet-autonome huisvesting</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>veilige, stabiele en toereikende huisvesting</li> <li>huurcontract met bepalingen of gedeeltelijk autonome huisvesting of ingeschreven als inwonend</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>veilige, stabiele en toereikende huisvesting</li> <li>regulier (huur)contract</li> <li>autonome huisvesting</li> </ul>
	<b>Huiselijke relaties</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>sprake van geweld in huiselijke kring/ kindermishandeling/ verwaarlozing</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>aanhoudende relationele problemen met leden van het huishouden of dreigend geweld in huiselijke kring/ kindermishandeling/ verwaarlozing</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>erkent relationele problemen met leden van het huishouden</li> <li>probeert negatief relationeel gedrag te veranderen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>relationele problemen met leden van het huishouden zijn niet (meer) aanwezig of woont alleen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>steunt en wordt gesteund binnen het huishouden</li> <li>communiceert met leden van het huishouden is consistent open</li> </ul>
	<b>Geestelijke gezondheid</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>geestelijke noodsituatie</li> <li>een gevaar voor zichzelf/ anderen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>aanhoudende geestelijke aandoening maar geen gevaar voor zichzelf/ anderen</li> <li>functioneren is ernstig beperkt door geestelijk gezondheidsprobleem</li> <li>geen behandeling</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>geestelijke aandoening</li> <li>functioneren is beperkt door geestelijk gezondheidsprobleem</li> <li>behandeltraject is minimaal of beperking bestaat ondanks goede behandeltraject</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>minimale tekens van geestelijke onrust die voorspelbare reactie zijn op stressoren in het leven</li> <li>functioneren is marginaal beperkt door geestelijke onrust</li> <li>goede behandeltraject of geen behandeltraject nodig</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>geestelijk gezond</li> <li>niet meer dan de dagelijkse beslommeringen/ zorgen</li> </ul>
	<b>Lichamelijke gezondheid</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>een noodgeval/ kritieke situatie</li> <li>direct medische aandacht nodig</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>(chronische) lichamelijke aandoening die medische behandeling vereist</li> <li>functioneren is ernstig beperkt door lichamelijke gezondheidsprobleem</li> <li>geen behandeling</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>lichamelijke aandoening</li> <li>functioneren is beperkt door lichamelijke gezondheidsprobleem</li> <li>behandeltraject is minimaal of beperking bestaat ondanks goede behandeltraject</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>minimaal lichamenlijk ongemak dat samenhangt met dagelijkse activiteiten</li> <li>functioneren is marginaal beperkt door lichamenlijk ongemak</li> <li>goede behandeltraject of geen behandeling nodig</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>lichamenlijk gezond</li> <li>gezonde leefstijl (gezonde voeding en voldoende beweging)</li> </ul>
	<b>Middelengebruik</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ernstige stoornis in het gebruik van middelen</li> <li>gebruik veroorzaakt lichamenlijk/ geestelijke problemen die directe behandeling vereisen zoals overdosis/ drugpsychose/ hartproblemen/ ademenhalingsproblemen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>stoornis in het gebruik van middelen (verslaving)</li> <li>gebruik veroorzaakt/ verergert lichamenlijk/ geestelijke problemen</li> <li>geen behandeling</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>gebruik van middelen</li> <li>aan middelengebruik gerelateerde problemen thuis/ op school/ op het werk maar geen lichamenlijk/ geestelijke problemen</li> <li>behandeltraject is minimaal of beperking bestaat ondanks goede behandeltraject</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>gebruik van middelen of geen middelengebruik ondanks hunkering of behandeling met potentieel verslavende middelen zonder bijgebruik</li> <li>geen aan middelengebruik gerelateerde problemen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>geen middelengebruik anders dan alcohol</li> <li>eventueel alcoholgebruik binnen de normen voor verantwoord gebruik</li> <li>geen hunkering naar gebruik van middelen</li> </ul>
	<b>Basale ADL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>een gebied van de basale ADL wordt niet uitgevoerd</li> <li>verhogering of uitdaging of bevuiling/ vervuiling</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>meerdere gebieden van de basale ADL worden beperkt uitgevoerd</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>alle gebieden van de basale ADL worden uitgevoerd maar een enkel gebied van de basale ADL wordt beperkt uitgevoerd</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>geen beperkingen in de uitvoering van de basale ADL</li> <li>gebruikt hulp(middel) zoals wandelstok/ rollator/ incontinentiemateriaal/ hulp bij voeden</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>geen beperkingen in de uitvoering van de basale ADL</li> <li>geen gebruik van hulpmiddelen</li> </ul>
	<b>Instrumentele ADL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>meerdere gebieden van de instrumentele ADL wordt niet uitgevoerd</li> <li>woningverhuizing of onder-/over-medicate of geen administratie of voedselvergiftiging</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>een enkel gebied van de instrumentele ADL wordt niet uitgevoerd of uitvoering op meerdere gebieden is beperkt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>alle gebieden van de instrumentele ADL worden uitgevoerd</li> <li>uitvoering van een enkel gebied van de instrumentele ADL is beperkt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>geen beperkingen in de uitvoering van de instrumentele ADL</li> <li>gebruikt hulp(middel) zoals begeleiding bij reizen met openbaar vervoer/ regelen bankzaken/ klein onderhoud huis/ grote schoonmaak</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>geen beperkingen in de uitvoering van de instrumentele ADL</li> <li>geen gebruik van hulpmiddelen</li> </ul>
	<b>Sociaal netwerk</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ernstig sociaal isolement</li> <li>geen contact met familie</li> <li>geen steunende contacten of alleen belemmerende contacten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>weinig contact met familie</li> <li>nieuwelings steunende contacten</li> <li>veel belemmerende contacten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>enig contact met familie</li> <li>enkele steunende contacten</li> <li>weinig belemmerende contacten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>voldoende contact met familie</li> <li>voldoende steunende contacten</li> <li>nieuwelings belemmerende contacten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>gezond sociaal netwerk</li> <li>veel steunende contacten</li> <li>geen belemmerende contacten</li> </ul>
	<b>Maatschappelijke participatie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>niet van toepassing door crisissituatie of in overlevingsmodus of veroorzaakt ernstige overlast</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>maatschappelijk geïsoleerd of veroorzaakt overlast</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>nieuwelings participierend in maatschappij (bijwonen) of uitsluitend zorgtaken</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>enige maatschappelijke participatie (meedelen) maar er zijn hindernissen zoals vervoer/ zorgtaken/ kinderopvang</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>actief participierend in de maatschappij (bijdragen)</li> </ul>
<b>Justitie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>zeer regelmatig (maandelijks) contact met politie of openstaande zaken bij justitie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>regelmatig (meerdere keren per jaar) contact met politie of lopende zaken bij justitie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>incidenteel (eens per jaar) contact met politie of voorwaardelijke invrijheidstelling</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>zelden (minder dan eens per jaar) contact met politie of strafblad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>geen contact met politie</li> <li>geen strafblad</li> </ul>	

## Hoe gebruikt hotspot hutspot de ZRM?

Bij hotspot hutspot gebruiken wij de ZRM om het **startniveau** en de **ontwikkeling** van onze vrijwilligers te volgen en zo te bepalen hoe we hen het beste kunnen begeleiden of doorverwijzen. Heeft iemand bijvoorbeeld gezondheidsklachten waar extra medische hulp voor nodig is? Is er zinnige tijdsbesteding in de vorm van betaald of vrijwilligerswerk of volgt iemand een opleiding? Is er een sociaal netwerk van familie of vrienden of is iemand eenzaam? Is er sprake van voldoende

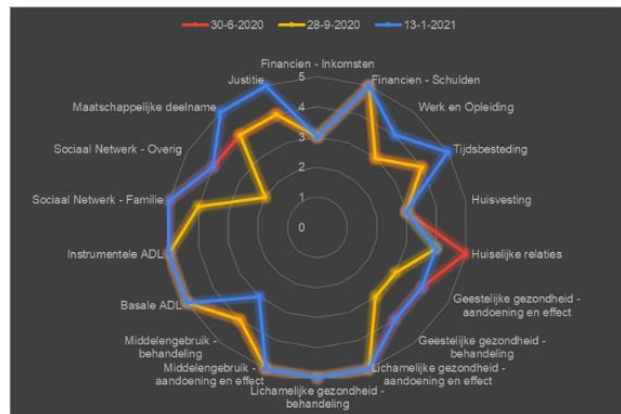
inkomen en heeft iemand schulden? Heeft een vrijwilliger eigenlijk wel een veilig dak boven z'n hoofd of zwerft iemand van plek naar plek?

Bijna iedereen die bij ons binnenkomt als **vrijwilliger van 18 jaar of ouder** doet een **0-meting** met één van onze locatiemanagers. Vanaf daar kijken we ca. elke 3 maanden hoe het gaat door middel van een **vervolgmeting**. Die uitkomsten leggen we vast in een simpel formulier dat we verwerken in onze database waaruit wij vervolgens rapporteren. Zo'n meting is overigens iets anders dan het afwerken van een standaard checklist. Het hebben van een goed, aandachtig en interactief gesprek met elkaar is cruciaal om een goed, eerlijk en volledig beeld te krijgen. De vastlegging volgt daarna.

### Wat doen we met de resultaten?

In de eerste plaats is het een middel dat wij intern gebruiken om **elk individueel persoon goed en gericht** te kunnen **begeleiden** en ook aan iemand zelf te laten zien wat de doorgemaakte **ontwikkeling** is.

In gevallen waar er op meerdere domeinen problemen zijn, is het een hulpmiddel om **prioriteiten** te stellen. Als iemand bijvoorbeeld geen of geen veilige plek heeft om te wonen, dan is er onvoldoende basis en focus om op zoek te gaan naar werk of opleiding.



Daarnaast helpt het ons ook om een beeld te krijgen van de **totale groep** aan vrijwilligers en zo maatschappelijke **trends** terug te zien of te ontdekken. Zo krijgen wij een beeld waar de behoeften liggen en op welke hulp wij zelf of via onze samenwerkingspartners (bijv. op het gebied van verslavingszorg, schuldhulpverlening, crisisopvang) moeten inzetten.



### Meer informatie?

Voor meer informatie over het ZRM instrument zelf kun je terecht op:

<https://www.zelfredzaamheidmatrix.nl/> of <https://www.movisie.nl/tool/zelfredzaamheid-matrix-zrm>

Benieuwd naar onze ervaringen in de praktijk of tips nodig bij het implementeren ervan in jouw eigen organisatie? Neem contact op met [bob@hotspothutspot.nl](mailto:bob@hotspothutspot.nl) of [susanne@hotspothutspot.nl](mailto:susanne@hotspothutspot.nl)