

Envida

content

Vakblad voor de professional in de zorg

De Academie
Informeel Zorg:
halen en brengen

Zorg voor de
mantelzorger

nr. 7 | juli 2016

INHOUD

- 3 Huiskamergesprekken verbinden mantelzorgers en zorgmedewerkers
- 6 Uit de wetenschap
Naar een hoger niveau van mantelzorg
- 9 Column
Zorg voor de mantelzorger
- 10 De Academie Informele Zorg: halen en brengen
- 14 Uit de praktijk
California Dreamin'
- 18 Familiefabels
- 21 Nieuws
- 23 Redactioneel



Huiskamergesprekken verbinden mantelzorgers en zorgmedewerkers »

In een informele sfeer praten en nadenken over de kwaliteit van de zorg. Binnen Envida-zorgcentrum De Zeven Bronnen nemen zes tot tien personen deel aan de huiskamergesprekken. Afhankelijk van de situatie kunnen dat mantelzorgers zijn, verzorgenden, activiteitenbegeleiders en leden van de cliëntenraad. Onderwerpen die ter tafel komen zijn mantelzorg, familieparticipatie en vrijwilligerswerk. De inzet als het gaat om mantelzorg: hoe kunnen mantelzorgers en zorgmedewerkers nog beter samenwerken?

Ine Mares is mantelzorger van huis uit. Ze mantelzorgt al 23 jaar voor haar echtgenoot, die een zwaar lichamelijke beperking heeft en 24 uur per dag is aangewezen op zorg. Nu is hij een van de bewoners van De Zeven Bronnen. Door zijn verblijf in het zorgcentrum wordt Ine behoorlijk ontlast in haar zorgtaken. Maar toch. Aan het verantwoordelijkheidsgevoel van Ine verandert niets. Haar echtgenoot wil dat ze hem elke avond helpt bij de broodmaaltijd. Zij en niemand anders. Soms wil Ine thuisblijven, maar dan komt ze toch. Ze kan niet loslaten. Vroeger hielp haar dochter in de zorg voor haar echtgenoot, maar dat zag Ine na een tijd niet meer zitten. Zo'n meisje moet haar eigen leven hebben. Na al die jaren begin ik nu pas mijn grenzen te stellen, zegt Ine. Beetje bij beetje. Zou ze twee weken zonder haar echtgenoot met vakantie kunnen gaan? Daar zou ze het moeilijk mee hebben. Verder over de relatie met haar echtgenoot: we hebben geen latrelatie, maar - vanwege zijn rolstoel - een plankrelatie.

AAN HET VERANTWOORDELIJKHEIDSGEVOEL VAN INE VERANDERT NIETS

Een reden om op te staan

Patricia Nieman is activiteitenbegeleider. Dat lijkt verdacht veel op een verkeerde functiebenaming. Omdat Patricia niet de spelletjesmevrouw is. Ze is veel meer de spil die het contact onderhoudt met bewoners en naasten. Waarna ze de uitkomsten van de gesprekken die ze voert, vertaalt naar de overige zorgmedewerkers. Ze is er



Patricia Nieman, Ine Mares Lilian Frusch, Miranda Kools

duidelijk over: het gaat niet om de tillift, het gaat om de mens in de tilband. En: je moet bewoners een reden geven om 's ochtends op te staan. Dat is geregeld moeilijk. Omdat opname in een zorgcentrum een shock is voor de meesten van hen. Daarom moet je de goede vragen stellen. Wat kunnen we voor u doen? Wat zijn uw wensen? Voorbeeld: de echtgenoot van mevrouw Mares schildert graag. Hij gaat nu elke woensdag naar het atelier. Een andere bewoner houdt van vissen. Dus regelen we een stekje aan het water voor hem. Niet één keer. Door contact te leggen met zijn oud-collega's kan hij er vaker op uit. Een individueel plan voor elke individuele bewoner. Zo draag je bij aan hun kwaliteit van leven.

PATRICIA IS NIET DE SPELLETJESMEVROUW

Blik naar buiten

Miranda Kools is regiomanager van De Zeven Bronnen en woonzorgcomplex Hagerpoort. Over de goede bedoelingen van zorgmedewerkers: ze willen mantel-

zorgers graag ontlasten, maar gaan daarin soms te ver. Neem mevrouw Mares. En mijnheer Mares. Zij weet precies hoe hij zijn brood wil. Wat daarop moet. Hoe de korstjes gesneden moeten worden. Mijnheer Mares vindt dat belangrijk: dat er iemand is die precies weet wat hij wil. Wat daarnaast belangrijk is: een verruiming van de blik naar buiten. Dat geldt - ondanks tijd- en budgetdruk - ook voor de zorgmedewerkers. Buiten is waar het wezen van de ander is. De bewoner, de mantelzorger en andere naasten. Buiten is ook Amby. De hele wijk wordt binnen een proefproject betrokken bij De Zeven Bronnen en Hagerpoort. Dat betekent onder meer: nauwere contacten met de huisartsen en de winkeliers in de wijk. Wijkbewoners zijn welkom in de restaurants van beide locaties. Er is dagopvang voor mensen met een Wmo-indicatie en via het verenigingsleven polst Miranda wijkbewoners of ze vrijwilliger willen worden. Daarnaast heeft Amby een sociale ontmoetingsruimte - de Koffiepot - voor locatie- en wijkbewoners. Ook mantelzorgparticipatie maakt deel uit van het dienstenaanbod.

MIRANDA BETREKT HEEL AMBY BIJ DE ZORGLOCATIES

Een bakker is geen bankier

Lilian Frusch is mantelzorgconsulent bij Steunpunt Mantelzorg Zuid en biedt ondersteuning tijdens de huiskamer-gesprekken, waaraan ook mantelzorgers en verzorgenden deelnemen. Die laatsten komen via de gesprekken sneller te weten wat de specifieke familietradities zijn rond een bewoner,

zodat ze hun zorg op die kennis kunnen afstemmen. Tegelijkertijd ervaren ze hoe mantelzorgers aankijken tegen de zorg voor hun naasten en welke bijdrage zij willen leveren binnen hun eigen grenzen. Daarbij is het maken van een persoonlijk levensboek over een bewoner een van de middelen om tot cliëntgerichte zorg te komen. Omdat je een bakker anders benadert dan een bankier. Omdat ieder mens gezien wil worden zoals hij is. Inclusief de mantelzorger.

LILIAN EN DE ROL VAN COMMUNICATIE

De mantelzorger krijgt het steeds zwaarder nu hulpbehoevende ouderen steeds langer thuis blijven wonen. Een partner met alzheimer in een gevorderd stadium ... ga er maar aan staan. Of - in het geval van mevrouw Mares - een echtgenoot met een zwaar lichamelijke beperking. Een goede communicatie tijdens de huiskamer-gesprekken zorgt ervoor dat ze weer even aan zichzelf toekomt. Om mantelzorgers op de hoogte te houden van het wel en wee van hun naasten moet in de toekomst ook worden gezocht naar andere vormen van communicatie. Zonder het belang van lijfelijk contact uit het oog te verliezen: een beeld- en geluidsverbinding via internet kan dan een mogelijkheid zijn. De Zeven Bronnen is daar qua apparatuur toe uitgerust. Zo blijft ook Lilian voortdurend zoeken naar nieuwe wegen om de samenwerking tussen mantelzorgers en zorgmedewerkers verder te stroomlijnen en te versterken. «



Linda Hoek

Naar een hoger niveau van mantelzorg »

Linda Hoek werkt in opdracht van de Academische Werkplaats Ouderenzorg Zuid-Limburg (AWO) als promovendus bij de Universiteit Maastricht, die met Zuyd Hogeschool en zeven zorgorganisaties samenwerkt binnen de AWO. Ze doet onderzoek naar verpleeghuiszorg nieuwe stijl, waarbij de cliënt en zijn naasten centraal staan. Zodat zij zo veel mogelijk hun leven kunnen voortzetten op de manier waarop zij dat wensen.

'Ik ben afgestudeerd fysiotherapeut en heb de opleiding gezondheidspsychologie afgerond aan de Universiteit Twente. Twente is de landstreek waar ik vandaan kom. Vervolgens ben ik op zoek gegaan naar een baan. Onderzoek had daarbij mijn voorkeur.' Ondanks alle cijfers, grafieken en bronvermeldingen die daar deel van uitmaken? 'Dat vind ik leuk. Bovendien bevalt me de vaste structuur van werken die onderzoek kenmerkt. De hoofddoelgroep waarop het onderzoek zich richt, zijn cliënten met dementie die in een verpleeghuis wonen.' Linda kan tijdens het onderzoek - dat begon in 2015 en dat wordt afgesloten in 2019 - terugvallen op drie (co)promotors, onder wie Jan Hamers, AWO-voorzitter en hoogleraar ouderenzorg aan de Universiteit Maastricht. Die vertelde eerder in dit blad dat we moeten toewerken naar een omgeving waarin de zorg zich concentreert rond de cliënt en zijn mantelzorgers. Linda: 'Om te beginnen bij de cliënt. Wat nog te vaak voorkomt, is dat deze zijn levensstijl moet aanpassen aan de regels van het verpleeghuis. Iemand die er thuis aan gewend was om niet voor tien uur 's ochtends op te staan, wordt in het verpleeghuis in veel gevallen al voor die tijd gewekt. Ons project heeft als doel het leven zoals thuis voort te zetten, ook al woont iemand in het verpleeghuis en ontvangt hij daar zijn zorg. Vooral cliënten met dementie zijn vaak afhankelijk van de hulp van anderen. Daarom is het belangrijk naar hun wensen en behoeften te luisteren en vervolgens te kijken naar wat de mogelijkheden zijn. De rol van familie en andere naasten is daarbij cruciaal.'

CLIËNTEN MOETEN HUN LEVENSTIJL NOG TE VAAK AANPASSEN IN HET VERPLEEGHUIS

We doen het lang niet slecht

'Daarnaast komen cliënten tegenwoordig pas naar het verpleeghuis als ze echt niet meer thuis kunnen wonen. De complexiteit van de zorg neemt daardoor toe. Ook in het verlengde daarvan past het om mantelzorgers een grotere rol te geven. Ik praat trouwens »

liever over naasten. Mantelzorger klinkt zo zwaar, vooral als je bedenkt dat het dan gaat om bijvoorbeeld een levenspartner of een kind van een cliënt. Die voelen zich lang niet altijd aangesproken door die term. Voor het onderzoek heb ik veel praktijkwerk verricht en gesproken met familie, medewerkers en cliëntvertegenwoordigers. Ook heb ik de wetenschappelijke literatuur bestudeerd. Nationaal en internationaal. Vooral in de Verenigde Staten, Australië en Engeland verschijnen veel publicaties die ertoe bij kunnen dragen om het mantelzorgniveau in Nederland naar een hoger niveau te brengen. Dat wil overigens niet zeggen dat we alleen van het buitenland kunnen leren. Zo komen geregeld Amerikaanse onderzoekers naar ons land om te ervaren wat onze aanpak is op het gebied van mantelzorg. Dat geeft al aan dat we het lang niet slecht doen, ondanks de vele uitdagingen die ons nog te wachten staan voordat er daadwerkelijk sprake is van een cultuuromslag. Een van die uitdagingen: welke vrijheid hebben naasten en vrijwilligers als ze een cliënt in een verpleeghuis bijstaan? Stel dat een naaste een cliënt al hielp met het spuiten van insuline toen die nog thuis woonde. Dan kan dat ook in het verpleeghuis. Er is meer mogelijk dan naasten, maar ook zorgprofessionals denken. Vilans - het kenniscentrum voor langdurende zorg - heeft daartoe een notitie uitgebracht die als houvast kan dienen.'

HIËRARCHISCHE STRUCTUREN STAAAN EEN GOEDE SAMENWERKING IN DE WEG

Afdeling beschikbaar stellen

En hoe wordt de stap gemaakt van de theorie naar de praktijk? 'We vragen zorgorganisaties of ze een afdeling beschikbaar hebben om experimenten uit te voeren. De animo om daaraan mee te doen, is groot. Want niet alleen cliënten en hun naasten krijgen een grotere regierol. Ook de zorgmedewerkers kunnen het achterwege laten van onnodige regels en procedures als iets positiefs ervaren. Bovendien wordt een sterker beroep gedaan op hun eigen verantwoordelijkheid. Het gevolg daarvan weer is dat hun werkplezier toeneemt. En in dat verband: we proberen ook de angst weg te nemen bij zorgmedewerkers dat hun baan in gevaar zou kunnen komen door een grotere handelingsvrijheid van naasten. Een voorbeeld van hoe het zou moeten, heb ik gezien in een hospice. Daar worden naasten en vrijwilligers volledig meegenomen en opgenomen in het zorgtraject en staan ze in feite naast de zorgprofessionals om de best passende zorg aan de cliënt te bieden. Van een strenge rangorde is geen sprake. Vandaar dat ik me wel eens de vraag stel: hoe kan het dat mensen die nog maar een paar weken of maanden te leven hebben wel gebruik kunnen maken van dat voorrecht en een cliënt in een verpleeghuis die misschien nog anderhalf jaar te leven heeft, niet? Het onderzoek wil daarom ook meewerken aan de afbouw van hiërarchische structuren, omdat die een goede samenwerking in de weg staan.' «



Zorg voor de mantelzorger

Gaat het echt lukken om mensen langer thuis te laten wonen? Dat hangt sterk af van de vraag of er mantelzorg is. Hoe minder mantel, hoe moeilijker deze opgave. Over dit vraagstuk is veel debat. Recent wees een belangrijk adviesorgaan erop dat de kwetsbaarheid van informele zorg wel eens de achilleshiel van deze ambitie zou kunnen zijn. Mantelzorg is onderdeel van informele zorg en die is minder vanzelfsprekend geworden: teruggelopen kinderaantallen, grotere reisafstanden tussen ouders en kinderen en minder tijd vanwege werkverplichtingen. De nu al grote druk op mantelzorgers zou daardoor alleen maar toenemen. Aan de andere kant laat Europees onderzoek naar dementie zien dat mantelzorgers in ons land zich verhoudingsgewijs het minst overbelast voelen en minder uren maken dan elders in Europa. Volgens de Maastrichtse hoogleraar ouderenzorg Jan Hamers komt dat omdat mantelzorgers hier goed ondersteund worden.

Als dit zo is, ligt er in ieder geval een grote uitdaging voor om die ondersteuning goed overeind te houden, zeker nu er meer van burgers zelf gevraagd wordt en het informele systeem steeds meer

COLUMN

wordt aangesproken op zijn eigen verantwoordelijkheid. De draagkracht van de mantelzorg en breder het informele systeem is een belangrijke voorspeller voor verpleeghuisopname: is die draagkracht er niet of kan de informele zorg het niet meer aan, dan ligt opname al gauw voor de hand. Voor de ambitie 'meer mensen langer thuis' is een sluitende aanpak rond informele zorg nodig. Inzetten op een integrale ondersteuning van mantelzorgers thuis is dus een absolute voorwaarde. Daar horen uitgekiende arrangementen bij die voor een belangrijk deel gefinancierd moeten worden uit de Wmo, al of niet aangevuld met eigen betalingen: preventie, voorlichting, deeltijdopvang, respijtzorg, lotgenotencontact, gemaks- en comfortdiensten.

Belangrijk is bovenal om bij de beoordeling van een individuele zorgvraag structureel mee te wegen of er mantelzorg is, hoe de zorgbelasting ervaren wordt en hoe het staat met de kennis rond ziekte en gedrag. Gericht inzicht in bekwaamheid en belastbaarheid van mantelzorgers is nodig willen we mensen echt langer thuis laten wonen. Dit 'omgevingsdenken' kan nog wel verder versterkt worden. Misschien moeten we toch nog eens nadenken over een consultatiebureau voor 'ouderen en gezin' in wijken en buurten, waar kennis en ervaring gebundeld worden om ook in de ouderenzorg tot 'één gezin, één plan' te komen. En waar zorg voor mantelzorg een structureel en evenwichtig aandachtspunt is.

Jan Maarten Nuijens
Bestuurder Envida

De Academie Informele Zorg: halen en brengen

Ze waren al een tijdje bezig, maar op 10 juni jongstleden was het dan zover: de Academie Informele Zorg ging officieel van start. Wat wil die academie en wat heb je eraan, als professioneel zorgverlener?



Wat wil de academie?

In de Academie Informele Zorg (AIZ) bundelen deelnemende organisaties (zie pagina 13) hun kennis om mantelzorgers en vrijwilligers in zorg en welzijn beter te ondersteunen. Dat doen ze door scholing aan te bieden in de vorm van cursussen, workshops en themadagen. Het idee is dat vrijwilligers en mantelzorgers hun zorgtaken daardoor beter onderlegd en dus met meer zekerheid en een goed gevoel kunnen uitvoeren. De AIZ was al een tijdje voor de officiële start actief en deed in die periode ervaring op met het aanbieden van verschillende scholingsmodules. Zo werden een workshop Herkenning van ziektebeelden, een scholingsmodule Meldcode huiselijk geweld en kindermishandeling en een toneelvoorstelling rond het thema Stigmatisering van mensen met een psychiatrische stoornis georganiseerd. Een uiteenlopend aanbod, afgestemd op de behoeften die bij vrijwilligers en mantelzorgers leven. Cindy Custers, regiocoördinator bij de stichting Horizon, een van de deelnemende organisaties in de AIZ: 'Met de cursussen willen we vooral praktische handvatten geven.' Rasa de Zanger, directeur van stichting In de Rooden Leeuw: 'Stel, je begeleidt als vrijwilliger iemand in een rolstoel. Hoe pak je dat aan? Wat moet je doen? Wat moet je niet doen?' Het scholingsaanbod is heel divers en kan ook gericht zijn op persoonlijke ontplooiing. De kern is dat mensen zich zekerder moeten gaan voelen in hun zorgtaken als vrijwilliger of mantelzorgers; dat is de gemeenschappelijke noemer. »

Het wiel uitvinden

De behoeften van de vrijwilligers en mantelzorgers is één, maar tegelijkertijd speelt een ander aspect, zegt Rasa. 'We vroegen ons ook af: hoe zit het met de deskundigheid binnen onze organisaties? Welke kennis kunnen we bundelen?' Cindy: 'Er was natuurlijk al veel deskundigheid bij de afzonderlijke instellingen. Die kun je delen, je hoeft niet elke keer het wiel uit te vinden.'

Voor de professional

Wat kan een professionele zorgverlener

met de Academie Informele Zorg? Neem een wijkverpleegkundige die constateert dat een cliënt eenzaam is. 'Die verpleegkundige kan dan op de website van de AIZ kijken welke van de deelnemende organisaties iets voor die cliënt kan betekenen', zegt Rasa. Cindy: 'Professionals in zorg en welzijn krijgen in hun werk steeds meer te maken met vrijwilligers en mantelzorgers. De gebundelde kennis binnen de AIZ kan dan van pas komen. Je kunt ook buiten je eigen organisatie kijken naar mogelijkheden die bijdragen aan de ondersteuning van je patiënten of

cliënten.' Door vrijwilligers en mantelzorgers te wijzen op het cursusaanbod op de website, bijvoorbeeld. Via die website kunnen zij zich inschrijven voor cursussen en workshops. Rasa: 'De academie draagt ook bij aan de emancipatie van vrijwilligers en mantelzorgers. Ze kan ook een ontmoetingsplek zijn.' Cindy: 'De overheid vraagt steeds meer van vrijwilligers en mantelzorgers. Er is een spanningsveld: wat kan wel en wat kan niet gedaan worden met vrijwilligers en mantelzorgers? Daar kan de AIZ een rol in spelen.'

Halen en brengen

De AIZ zoekt ook contact met het bedrijfsleven. Rasa: 'Een onderneming zou een themabijeenkomst of cursus kunnen sponsoren.' Misschien zijn er ook zorgprofessionals die zelf een training of workshop willen geven. En organisaties die zich bij de AIZ willen aansluiten, zijn welkom. Want niet alleen het scholingsaanbod wordt uitgebreid, de academie wil ook meer samenwerkingspartners aantrekken. Cindy: 'Daar zijn we heel praktisch in. Het kan gaan om menskracht, om ruimtes. Het idee is: iedereen komt wat halen én wat brengen.' <<



Cindy Custers

Rasa de Zanger

Wie doen mee met de Academie Informele Zorg?

De leden van ZorgSaam:

- De Zonnebloem, afdelingen Maastricht West en Maastricht Oost
- Het Nederlandse Rode Kruis afd. Maastricht, Meerssen en Mergelland
- Radar
- Steunpunt Mantelzorg Zuid
- Stichting Horizon
- Stichting In de Rooden Leeuw
- Stichting Samen Onbeperkt
- Trajekt
- Toon Hermans Huis Maastricht
- Vereniging Humanitas, afdeling Maastricht

Envida, de ledenorganisatie Service van Envida en MEE Zuid-Limburg

Meer gegevens over de Academie Informele Zorg en het scholingsaanbod zijn te vinden op www.academieinformelezorg.nl

UIT DE PRAKTIJK

Op wie kunnen alleenstaande ouderen een beroep doen?

California Dreamin'

De hoofdrolspeler in dit verhaal is een 92-jarige mevrouw die gebruikmaakt van mantelzorg omdat ze eenzaam is.

Is eenzaamheid een ziekte? En als dat niet zo is: kun je er dan ziek van worden?

Een middag met haar en met een praktijkondersteuner en een vrijwilliger die haar bijstaan. »

Een hard feit. Omdat ze een tijd geleden in de avondschemering werd overvallen bij een bushalte, wil mevrouw anoniem blijven. De dader - ook al is hij opgepakt - achtervolgt haar nog iedere dag. Nog

een hard feit: haar echtgenoot en zoon zijn overleden. Op haar leeftijd zijn in de tussentijd nog veel meer mensen uit de directe omgeving weggefallen. Naast mevrouw aan tafel zitten Anny Vogel-



Anny Vogelzang

Trees Castermans

zang en Trees Castermans. Anny is een van de Zusters Onder de Bogen en werkt als vrijwilliger bij Steunpunt Mantelzorg Zuid. Trees is praktijkondersteuner bij Gezondheidscentrum

Dr. Van Kleef. Haar aandachtsgebieden: cardiovasculair risicomanagement en ouderenzorg. »

Praten over van alles

Trees: 'Ik ben zo'n drie tot vier jaar geleden in contact gekomen met mevrouw via ons gezondheidscentrum, dat meedoet aan het project [G]OUD: Gezond Oud in Limburg. Daartoe screenen we kwetsbare mensen op leeftijd en dan vooral alleenstaande ouderen. Tijdens ons eerste gesprek hebben we het gehad over alleen-zijn en geïnventariseerd op wie mevrouw een beroep zou kunnen doen. Het heeft een tijd geduurd voordat mevrouw openstond voor hulp.' Mevrouw: 'Ik ontmoet graag nieuwe mensen, maar van nature ben ik nogal terughoudend.' Anny bezoekt haar om de veertien dagen en is dan minimaal twee uur aanwezig. 'We praten dan over van alles, over vroeger en nu. Over haar zoon die is verongelukt en over haar echtgenoot die overleed in verpleeghuis Klevarie. Ook help ik met praktische zaken zoals het regelen van een begeleiderskaart voor de bus of de trein. Mevrouw weet dat ik altijd kom. Zo is inmiddels een sterke vertrouwensband ontstaan. Daarbij heb ik mevrouw een belofte gedaan. Ik heb gezegd: 'Als u het hoofd straks neerlegt, ben ik bij u.' Mevrouw: 'Ik wil niet in mijn eentje sterven. Daar ben ik bang voor.'

ALS U HET HOOFD STRAKS NEERLEGT, BEN IK BIJ U

Eenzaamheid als prijs voor het leven

Trees: 'Mevrouw probeert haar eenzaamheid enigszins te doorbreken door nog veel dingen zelf te doen.' Mevrouw: 'Ik haal boodschappen in het winkelcen-

trum. Ik doe het hele huishouden. Soms ga ik de stad in. Ik maak een praatje met de burens. Toch voel ik me vaak alleen.' Trees: 'Eenzaamheid bij mensen van mevrouws generatie is dikwijls nog een taboe. Jongere ouderen zullen eerder een poging doen om met andere mensen in contact te komen. Al hebben die ook niet meer allemaal de energie om te investeren in bijvoorbeeld een nieuwe vriendschap.' Anny: 'Ik denk dat eenzaamheid een prijs is die ieder mens in mindere of meerdere mate betaalt voor het leven. En dat heeft lang niet altijd te maken met alleen-zijn. Onlangs hadden we een themabijeenkomst bij Steunpunt Mantelzorg Zuid. Daar deed een spreker deze uitspraak: 'Ben je bang voor eenzaamheid? Trouw dan niet.'" Trees: 'Daarbij is eenzaamheid ook niet leeftijdgebonden. Hoeveel pubers lopen niet met hun ziel onder de arm?'

BEN JE BANG VOOR EENZAAMHEID, TROUW DAN NIET

Gezin met acht kinderen

Mensen die eenzaam zijn, kunnen zich ziek gaan voelen. Ze kunnen last krijgen van hun lichaam - hoofdpijn, buikpijn - of verzeild raken in een aanhoudende sombere stemming. Andersom kunnen langdurig zieke mensen te maken krijgen met eenzaamheid. Zeker als de mensen in hun omgeving niet goed begrijpen wat die ziekte - dementie bijvoorbeeld - inhoudt. Mevrouw: 'Misschien heeft mijn eenzaamheid er ook wel mee te maken dat ik uit een gezin met acht kinderen kom, van wie ik trouwens de enige ben die nog in leven is.



Er was altijd zoveel gezellige drukte in huis. Daarom ben ik vandaag extra blij dat deze twee dames er zijn. Nu is het minder stil. Je hebt altijd mensen nodig om je heen. Zo helpen mijn burens bij het opnemen van de meterstand. Ze waren er ook toen ik mijn huissleutel was kwijtgeraakt. Dat is een lang verhaal, maar ik heb nu een nieuw en veilig slot op de voordeur.'

NIET ALLE BLADEREN ZIJN BRUIN

In het vliegtuig

Het leven van mevrouw gaat niet over rozen. Maar niet alle bladeren in haar leven zijn bruin, en niet alle luchten zijn

grijs. Ze heeft nog een dochter, al woont die in Californië aan de Amerikaanse westkust. In de stilte van de woon- of slaapkamer droomt mevrouw vaak de oceaan over. Maar elk jaar wordt die droom ook werkelijkheid. Dan neemt ze het vliegtuig om even bij haar dochter te kunnen zijn. En beter nog: 'Binnenkort stapt mijn dochter in het vliegtuig en komt zij naar Maastricht.' Dat zal ongetwijfeld een heerlijke tijd worden. 'We blijven niet alleen in Maastricht. Van hieruit gaan we samen op vakantie.' Nóg beter. «

Familiefabels



De theatervoorstelling Familiefabels is een initiatief van Vilans, het kenniscentrum voor langdurende zorg. De voorstelling bevat niet zozeer een leerrijke moraal - zoals in de fabels van Jean de La Fontaine of Aesopus - maar richt zich op het doorbreken van vooroordelen en misvattingen rond familieparticipatie. De primaire doelgroep bestaat uit mantelzorgers en medewerkers van zorgorganisaties die een start willen maken met familieparticipatie of die daar al mee bezig zijn. Envida is een van die organisaties.

Lisette Ars, beleidsadviseur bij Envida: 'De theatervoorstelling past binnen ons nieuwe mantelzorgbeleid, waarmee we de samenwerking tussen onze zorgmedewerkers en mantelzorgers een extra impuls willen geven. Tegelijkertijd past de voorstelling binnen het nieuwe decor van de zorg nu sprake is van aanzienlijke overheidsbezuinigingen en een sterker beroep wordt gedaan op de zelfredzaamheid van cliënten en de inzet van informele zorg.' De acteurs van Familiefabels zijn Yvonne de Jong en Theo Royers. Voor de goede orde: dat zijn geen acteurs die van buitenaf zijn ingehuurd om de voorstelling gestalte te geven. Yvonne is expert familieparticipatie bij Vilans. Theo: 'Yvonne en ik zijn vijftien jaar collega's geweest bij Vilans. Ik werk nu als zzp'er.' Yvonne: 'We hebben de theatervoorstelling in 2012 samen opgezet en in 2013 verder uitgewerkt. Onze rolverdeling: ik speel steeds een familie- of ander typetje dat symbool staat voor misvattingen rond familieparticipatie. Theo betreft zorgmedewerkers en mantelzorgers bij de voorstelling door hun vragen te stellen rond familieparticipatie en vervolgens een dialoog met hen aan te gaan.'

GEEN ACTEURS DIE VAN BUITENAF ZIJN INGEHUURD

We benne op de wereld ...

Het thema van de voorstelling in een muzikale notendop. Tijdens de openingsact draait Theo een liedje uit 't Schaep met de 5 pooten, de komische Nederlandse serie die eind jaren zestig op tv te zien was: We benne op de

wereld om mekaar (om mekaar om mekaar om mekaar) te hellepe, niewaar? Theo: 'De mensen moeten de voorstelling ook leuk en speels vinden. Daarbij hoort trouwens een serieuze voorbereiding. Een half uur voor aanvang trek ik me terug in mijn eigen wereldje en laat ik alle omgevingsinvloeden voor wat ze zijn. Eenmaal op de vloer probeer ik ook altijd een veilige sfeer te creëren voor het publiek. Als ik met mijn microfoon op iemand afstap, is er dan ook niets fout aan wat hij denkt en zegt.' Enkele voorbeelden van scheve beelden die Yvonne en Theo recht willen zetten: familieleden hebben het per definitie te druk om hulp te bieden in de zorg voor een naaste, zorgorganisaties communiceren uitsluitend met de eerste contactpersoon van een familie en zijn altijd wettelijk aansprakelijk voor de zorghandelingen van familieleden.

EEN SPEELSE VOORSTELLING BEGINT MET EEN SERIEUZE VOORBEREIDING

Cultuuromslag

Yvonne: 'We treden elke week op en vaak twee keer per dag. Dat zijn mooie, maar geregeld ook lange dagen. 's Ochtends om zes uur op pad en 's nachts om twaalf uur weer thuis is geen uitzondering. Onze voorstelling doet dan ook alle provincies aan, van Limburg tot Groningen. En voor een volledig overzicht: je kunt ons ook tegenkomen in bijvoorbeeld de gehandicaptenzorg, in revalidatieklinieken en in ziekenhuizen. Dat is niet meer dan logisch, want het onderwerp »

Theo RoyersYvonne de Jong

familieparticipatie is natuurlijk niet alleen voorbehouden aan verpleeg- en verzorgingshuizen.' Lisette: 'Familiefabels neemt vooringenomen meningen weg, maar werkt op een breder niveau ook aan een cultuuromslag binnen de zorg. Wat Envida betreft: we willen meer ruimte en vertrouwen geven aan de relatie van medewerkers met cliënten en hun familie. Daarbij horen ook minder regels, procedures en formulieren.'

FAMILIEFABELS NEEMT VOORINGENOMEN MENINGEN WEG

Grenzen verkennen

'In samenwerking met diverse partners, financiers en patiënten- en mantelzorgorganisaties willen we deze cultuuromslag op meerdere gebieden tot stand brengen. Het Envida-project Stroomopwaarts, dat de nieuwe missie en visie weergeeft van de organisatie, is daarbij een sterke leidraad om onze volle

aandacht te richten op de kern van al onze activiteiten: bijdragen aan de kwaliteit van leven van onze cliënten.' Yvonne: 'En zo zijn er steeds nieuwe ontwikkelingen in de zorg. Die geven we ook een plaats in onze voorstelling. Vilans heeft onlangs een notitie uitgebracht: Grenzen verkennen. Deze notitie gaat in op de wettelijke en juridische beantwoording van de vraag welke handelingen mantelzorgers en vrijwilligers nu precies mogen verrichten in hun zorgverlening. Zodat ook op dat gebied meer duidelijkheid ontstaat. Misschien dat ik weer een nieuw typetje bedenk om de belangrijkste aanbevelingen uit deze notitie over de bühne te brengen.' Theo: 'Dat zou mooi zijn. Yvonne komt geregeld met een nieuw typetje. Dat is - net als de overige typetjes in haar repertoire - een goede opstap voor de gesprekken die ik voer met de mensen in de zaal. Maar voor die tijd sta ik dan al met open mond naar Yvonne te luisteren.' <<

NIEUWS

Mantelzorgsalon

Een keer in de maand organiseert Steunpunt Mantelzorg Zuid de zogenoemde Mantelzorgsalon in de gemeenten Maastricht, Eijsden-Margraten, Vaals en Gulpen-Wittem. Mantelzorgers

ontmoeten elkaar en kunnen vragen stellen aan een mantelzorgconsulent, die informatie verstrekt over een actueel mantelzorgthema. De toegang is gratis, aanmelden hoeft niet.

Er is weer een mantelzorgsalon op:

- » **Woensdag 13 juli**
19.00 - 20.30 uur | 't Heemet, d'r Inloop | Clarissenstraat 2 | Vaals
- » **Maandag 25 juli**
13.30 - 15.00 uur | Steunpunt Mantelzorg Zuid | Sphinxlunet 3 | Maastricht
- » **Woensdag 27 juli**
14.30 - 16.00 uur | Zorgcentrum Dr. Ackenhuis | Oude Maastrichterweg 21 | Gulpen
- » **Woensdag 10 augustus**
13.30 - 15.00 uur | Schinkepoort 69 (voormalige bibliotheek) | Margraten
- » **Maandag 29 augustus**
13.30 - 15.00 uur | Steunpunt Mantelzorg Zuid | Sphinxlunet 3 | Maastricht

Financieel zakboekje Mantelzorg

De landelijke mantelzorgvereniging Mezzo heeft op maandag 20 juni het financieel zakboekje Mantelzorg uitgebracht. Dit 112 pagina's tellende boekje geeft inzicht in alle (financiële) regelingen en staat vol tips en weetjes. Voor meer informatie zie: www.mezzo.nl/producten/76.



Financieel zakboekje

Vol tips en weetjes

Interessante websites voor mantelzorgers

www.mezzo.nl

www.platformmantelzorglimburg.nl

www.voormantelzorgers.nl

www.academieinformelezorg.nl

www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/mantelzorg



Academie Informele Zorg

Op vrijdag 10 juni is de Academie Informele Zorg officieel van start gegaan. Dit samenwerkingsverband van tien zorgorganisaties uit de regio Maastricht verzorgt cursussen en workshops voor vrijwilligers en mantelzorgers. Het aanbod varieert van eenmalige themabijeenkomsten tot meerdaagse cursussen. Geïnteresseerden kunnen zich aanmelden op de website van de academie:

www.academieinformelezorg.nl.

Mantelzorgmonitor

Elke twee jaar voert Alzheimer Nederland samen met het Nederlands instituut voor onderzoek van de gezondheidszorg (NIVEL) een onderzoek uit onder mantelzorgers van een naaste met dementie. De resultaten van deze zogenoemde Mantelzorgmonitor worden onder meer gebruikt om aandacht te vragen voor de problematiek en behoeften van mensen met dementie en hun mantelzorgers.

De Mantelzorgmonitor kan nog tot 17 juli aanstaande worden ingevuld via www.alzheimer-nederland.nl/dmm. Een schriftelijk exemplaar kan worden aangevraagd bij Wendy Werkman: w.werkman@alzheimer-nederland.nl of telefoon 033-3032546.

REDACTIONEEL

Mantelzorg overkomt je

Het wordt vaak gezien als vrijwilligerswerk, maar dat is het natuurlijk niet. Want je kiest niet voor mantelzorg. Mantelzorg overkomt je. Maar liefst vier miljoen Nederlanders kunnen daarover meepraten. Zij zorgen allemaal voor hun vader, moeder, partner of een andere dierbare. Velen van hen vinden dat vanzelfsprekend en doen dat uit liefde. Maar als de zorg intensiever wordt, lopen ze regelmatig tegen problemen aan. Zeker als ze ook nog een baan hebben. En dat geldt voor meer dan 80% van de mantelzorgers. De combinatie mantelzorg-werk is vaak zwaar. Beperkte tijd en vermoeidheid beginnen op een gegeven moment hun tol te eisen. Het is goed dat steeds meer werkgevers hier oog voor hebben, waaronder Envida. Het mantelzorgvriendelijke personeelsbeleid leverde onlangs een nominatie op van de gemeente Maastricht, die veel aandacht besteedt aan mantelzorg en daartoe onder meer de actie 'Attentie voor een Attentie' heeft bedacht. Deze actie stelt organisaties in de gelegenheid om medewerkers te vragen collega's te nomineren die mantelzorgers zijn. Binnen Envida zijn inmiddels veertig medewerkers aangemeld. Zij krijgen binnenkort een leuke attentie. Maar ook: dit soort initiatieven geeft mantelzorgers een gezicht. Daarnaast ontstaan er steeds meer (belangen)verenigingen en netwerken voor mantelzorgers. Mezzo, Platform Mantelzorg Limburg en Steunpunt Mantelzorg Zuid zijn op dit moment het meest bekend. Zij staan de mantelzorgers bij met raad en daad en organiseren regelmatig diverse activiteiten. Zodat de mantelzorgers er niet alleen voor staat en altijd een vangnet heeft.

De redactie

COLOFON

Content is een uitgave van Envida in samenwerking met Maastricht UMC+, ZIO en Academische Werkplaats Ouderenzorg Zuid-Limburg.

Redactie: Marina Ackermans, Lisette Ars, Guido Biesmans, Jan Claassens, Vivian Haine, Marc Kentgens, Hilde Verbeek, Marjolein Wassenberg, Ingeborg Wijnands-Hoekstra

Tekst: Pascal Panis, Jules Coenegracht, Marc Kentgens

Concept: Zuiderlicht

Opmaak: Advance Communications

Fotografie: Marcel van Hoom

Druk: ARS printmedia

Suggesties voor de redactie?

Bel of mail Marc Kentgens, Communicatie en Marketingadviseur Envida, 043 - 631 41 87, content@envida.nl