



Goed voorbeeld – Ondersteuning mantelzorgers met respijtzorg – belangrijk nieuws:

Belangrijk dat gemeenten beleid gaan maken van respijtzorg:

Er zijn gemeenten die vanuit het mantelzorgbeleid (WMO) een pilot respijtzorg met succes hebben afgerond waar in het mantelzorgbeleid structureel respijtzorg wordt ingebed. Uit de pilot is gebleken dat respijtzorg een belangrijke en laagdrempelige voorziening die mantelzorgers in hoge mate van ondersteuning biedt. Iedere gemeenten weet dat onder hun inwoners zich vele mantelzorgers bevinden maar dat veel van deze mantelzorgers niet allen direct in beeld zijn en dat vele mantelzorgers niet weten van het bestaan van respijtzorg. Dat is dan waarschijnlijk ook de oorzaak dat de mantelzorger weinig of geen beroep doen op respijtzorg. Uit cijfers blijkt dat 14,2% van de mantelzorgers in Nederland een beroep doen op respijtzorg. De gemeenten moeten aan de slag door als speerpunt in het integraal Beleidskader Sociaal Domein, Mantelzorgers dit op te nemen, want de mantelzorger verdient de juiste hulp en deskundige ondersteuning.

Mantelzorger zijn of worden wat dan?

Voor vele is de taak mantelzorger een gebeuren die men als “normaal” ervaart omdat men meent dat het gewoon vanzelfsprekend, vindt dit te moeten doen door de situatie waarin men als partners of familie dan wel naasten terecht is gekomen.

Wetende dat het een zware last is en kan zijn of worden en zeker in combinatie met het volgen van een opleiding of een (volledige) baan. Het is ook bekend dat er al mantelzorgers zijn die ten gevolge van de thuissituatie keuzes hebben of moesten (moeten) maken om hun opleidingen te onderbreken dan wel andere keuzes maken in het studiepakket, hun baan hebben moeten opzeggen of van fulltime naar parttime werken zijn overgegaan. Dit alles ten gevolge van de zwaarte van de taakstelling die het mantelzorgwerk met zich meebrengt.

Ja, u leest te het goed, studie moeten afbreken of studiepakket moeten aanpassen, ook jongeren worden steeds vaker belast met mantelzorgtaken en het wordt tijd dat hier mee aandacht voor gaat komen. Wetende dat het voor de jongeren een hele belasting en verantwoording met zich meebrengt en dat jongeren daardoor weinig tijd over hebben om van contacten te maken en onderhouden met leeftijdsgenoten buiten de deur. Sporten en ontspanning staan onder druk daar jongeren op jonge leeftijd, ten gevolge van de mantelzorgtaken die zij oppakken, keuzes moeten maken omdat de zorg in Nederland zo ver is uitgekleeft dat hulpbehoevende, voor zorg en ondersteuning, terug moeten vallen op hun kinderen en naasten daar onze zorgsector hier niet meer aan toe kan komen.

Wat zou u moeten weten als mantelzorgtaken op u af gaan komen:

Belangrijk is om als mantelzorger duidelijk te krijgen wat is de draaglast en draagkracht die op mij af gaat komen en kan ik het dan wel volhouden. Van belang is dat de mantelzorger het overzicht weet te behouden en daar zijn/haar evenwicht in weet te blijven vinden. Zodra hij/zij deze kwijt is dan ligt overbelasting op de loer met alle gevolgen voor zowel de mantelzorgvrager als de mantelzorger zelf. Daarom is het van groot belang dat de gemeenten mantelzorgondersteuning en respijtzorg op de kaart gaan zetten en in het lokale WMO - beleid gaan opnemen. Vanuit de pilot is duidelijk geworden dat het belangrijk is dat mantelzorgers onderling een netwerk hebben en hiermee naar elkaar kunnen omkijken waardoor situatie besproken kunnen worden en er onderling veel meer kennis en waardering gaat ontstaan voor elkaar en het belangrijke werk wat men als mens voor de medemens verricht. Dan pas verneemt men van elkaar dat mantelzorgen mooi kan zijn maar tegelijkertijd erg belastend. Juist om dat te kunnen vaststellen, is het van belang dat mantelzorgers onderling juist hierover praten en dat men van elkaar verneemt hoe dit is tegen te gaan, op te lossen en welke mogelijkheden er zijn om onder de te zware belasting, tijdelijk, uit te komen.

Wat zijn de mogelijkheden om respijtzorg mogelijk te maken:

Uit de pilot is gebleken dat er veel voordelen te halen zijn als respijtzorg aan huis wordt geboden. Als dan ook nog eens met enige regelmaat een professional aan huis komt om de mantelzorg te ondersteunen en die de zorgtaken overneemt kan de mantelzorg zijn/haar zorgen delen met de professional, de aard van de werkdruk toelichten zodat de professional de opgedane kennis meeneemt en deelt met de verantwoordelijke van de lokale gemeentelijke WMO. Zo kan worden voorkomen dat de mantelzorg te lang met zijn/haar zorgen rondom de mantelzorgtaken blijft zitten, er op deskundige wijze kan worden ingespeeld bij de gemeente en werken aan oplossingen waar de hulpvrager en de mantelzorg echt voor lange tijd mee zijn geholpen. De oplossingen die gevonden kunnen worden liggen dan in de aard van, meer ondersteuning en extra inzet van een professional. Door deze manier van aanpak, laat de gemeente zien dat de mantelzorg er niet alleen voor staat. Geadviseerd wordt een lokaal steunpunt mantelzorg op te zetten waar mantelzorgers met hun vragen en problemen kunnen aankloppen en vanuit het steunpunt mantelzorg eventueel wordt meegedacht aan verbeteringen t.b.v. de mantelzorg en de hulpvrager, denk aan inzet van respijtzorg.

Van groot belang is dat mantelzorgers worden bereikt en in beeld komen bij de gemeente:

Om mantelzorgers te bereiken zou vanuit het steunpunt mantelzorg met grote regelmaat activiteiten kunnen worden gerealiseerd waar huidige en toekomstige mantelzorgers voor worden uitgenodigd. Er zijn verschillende thema's te bedenken om hiervoor informatiebijeenkomsten te organiseren. Op deze wijze komen de lokale mantelzorgers in beeld en kunnen de contacten worden gerealiseerd. Ook de lokale welzijnsorganisaties, de thuiszorgorganisatie en praktijkondersteuners van huisartsenpraktijken kunnen worden benaderd door de gemeente sector WMO of door het lokale steunpunt mantelzorg. In de praktijk blijkt dat mantelzorgers niet vanzelfsprekend zich aandienen maar dat gemeente en/of steunpunt mantelzorg actief de boer op moet om de mantelzorgers in beeld te krijgen. Een van de opmerkelijkste uitkomsten uit de pilot voortkomend is, dat gebleken is dat veel zorgvragers en of hun mantelzorgers vaak een drempel over moeten om hulp te vragen en te ontvangen. Er is wel degelijk vraagverlegenheid, terughoudendheid en soms ook vaak zorgmijding bij beide doelgroepen. Dat komt o.a. dat men mantelzorg ervaart als vanzelfsprekendheid. Erkennen dat het zwaar is en je verhaal delen met een 'vreemde' wordt zowel door de mantelzorg als de hulpvrager ervaren als ongemakkelijk en als falen. Belangrijk is dan ook dat de professional, als die in huis komt werkt aan het opbouwen van vertrouwen en de mogelijkheden bespreekbaar maken dat er mogelijkheden zijn van passende hulp en zorg. Denk aan dagbesteding e/f thuiszorg.

Wat kan de meerwaarde zijn van inzet van professionele hulp voor mantelzorg en hulpvrager:

De pilot heeft bewezen de meerwaarde van de inzet van professionele respijtzorg. De mantelzorg ervaart zich ontlast en geeft aan meer ruimte voor zich zelf te hebben gekregen. Door het opbouwen van wederzijds vertrouwen durft de mantelzorg de zorg ook beter over te laten aan de professional. Bij de zorgvrager vermindert de drempel om andere hulp dan die van de mantelzorg te accepteren. Door dit alles worden beide gemotiveerd en uitgedaagd om nieuwe activiteiten te ondernemen. Dat komt geheel ten goed aan het welbevinden van de mantelzorg en de zorgvrager. Doordat de professionele respijtzorg met grote regelmaat in beeld is komt de signaalfunctie en andere knelpunten eerder en beter tot zijn recht en kan benoemd worden. De pilot heeft bewezen dat bij complexe ziektebeelden zoals dementie of parkinson de inzet van professionele ondersteuning te verkiezen is boven vrijwillige inzet.

Wat zou de conclusie van uw gemeente kunnen zijn bij het overgaan tot inzet van respijtzorg:

Alles overziend, uitgaande van het ervaringen in de pilot opgedaan, blijkt dat praktische respijtzorg een structurele inbedding zou moeten verdienen, gelijkwaardig aan gemeentelijke regelingen zoals bedoeld bij de mantelzorgwaardering. Om respijtzorg mogelijk te maken dient er financiële middelen te worden vrijgemaakt, deze zou je als gemeente kunnen halen uit het budget mantelzorgwaardering.

BUS is een Brabantse vrijwilligersorganisatie die ook de belangen van mantelzorgers behartigt:

Wij zouden het zeer op prijs stellen als wij in contact kunnen komen met mantelzorgers en steunpunt mantelzorgorganisaties in Brabant om ervaringen en signalen uit te wisselen. Vooral de jonge mantelzorg heeft onze aandacht en zorg. Mail naar: info@debus.nl.

Bronvermelding: SDU en BUS eigen kennisgebied- praktijk - netwerkervaringen.

**WAT
EEN
GELUK
DAT ER
MANTEL-
ZORGERS
ZIJN!**