

WAARDEVOLLE GESPREKKEN EN INFORMATIE OVER MANTELZORG

1 op de 3 mensen verleent mantelzorg door hulp of ondersteuning te bieden aan een familielid, vriend of buurtgenoot die zorg nodig heeft. De meesten vinden dat vanzelfsprekend en doen dat graag, maar onderzoek leert dat ongeveer 1 op de 10 mantelzorgers de belasting wel erg zwaar vindt. In de gemeente Oss lopen dus zo'n 2.500 (!) mantelzorgers op hun tandvlees. Helaas vinden veel mantelzorgers niet de weg naar informatie, advies of ondersteuning. Voor Seniorenraad Oss aanleiding om een symposium rond mantelzorg te organiseren, samen met ONS welzijn en de gemeente Oss. Vrijdag 8 november stond het Osse gemeentehuis dan ook geheel in het teken van mantelzorg. Met een zeer gevarieerd programma voor de vele bezoekers.

Aandachtspunten mantelzorgwoning

Na welkomstwoorden van Gerry van Tol, voorzitter van Seniorenraad Oss, en Wethouder Hilde de Wit verzorgde notaris Barbara van Kampen de eerste presentatie. Zij vertelde over de haken en ogen van een mantelzorgwoning. Haar boodschap: prachtig dat je nu vergunningsvrij een woonunit in je tuin kunt zetten, maar sta wel goed stil bij de juridische, financiële en fiscale consequenties en laat je daar vooral goed bij adviseren. Met name banken zijn bij het verstrekken van een hypotheek erg kieskeurig waar het gaat om de gekozen eigendomsconstructie. Het goede nieuws: als je aan de voorwaarden voldoet, kan een mantelzorgwoning er binnen een half jaar staan.

Zorgbuurthuis als mogelijke oplossing

Dat deze tijd van toenemende tekorten aan geld en personeel om nieuwe oplossingen vraagt liet Marie-Therese Janssen vervolgens zien. Zij is initiatiefnemer van het Hageltje in de Schadewijk, het eerste zorgbuurthuis in Nederland. Een mooi voorbeeld van een 'bejaardenhuis nieuwe stijl'. Iedere bewoner heeft zijn eigen appartement, naast een gezamenlijke huiskamer, waar ook de buurt welkom is. En doordat één thuiszorgorganisatie iedereen verzorgt, kan er de hele dag ondersteuning aanwezig zijn. Er werkt regelmatig een wijkverpleegkundige, waar ook mensen uit de buurt een beroep op kunnen doen. Deze nieuwe woonzorg-oplossing blijkt de mantelzorgers van de bewoners veel gemoedsrust te bezorgen. Zij blijven hun rol vervullen, maar zijn verlost van de voortdurende zorgen over hun naaste. Ook pakken buurtbewoners spontaan mantelzorgtaken op door bijvoorbeeld boodschappen te doen of op bezoek te gaan. De gemeente maakt het experiment financieel mogelijk om zorgverzekeraars ervan te overtuigen dat zij deze vorm van zorgverlening moeten gaan vergoeden. Omdat deze betere zorg oplevert voor minder geld.

Persoonlijke ervaringen

Een panelgesprek met drie ervaringsdeskundigen was de indrukwekkende afronding van het ochtendprogramma. Dat maakte eens te meer duidelijk dat mantelzorgers hun taak met alle liefde doen, maar dat het ook een enorme impact heeft op hun eigen leven en de kwaliteit daarvan. Denk aan de eeuwige zorgen en het veranderde toekomstperspectief, maar ook aan de soms schrijnende consequenties van personeelstekorten in de gehandicaptenzorg. Er zijn grenzen aan wat je als mantelzorger emotioneel kunt verwerken.

Uitgebreide informatiemarkt

Tijdens de lunch bezochten velen de uitgebreide informatiemarkt. Met uiteraard het aanbod van de organisatoren en sprekers van het symposium. Maar ook van de Adviesraad Sociaal Domein, mantelzorgmakelaars, de FNV, Alzheimer Nederland, hospice de Oase en andere partijen die mantelzorgers kunnen ondersteunen en ontlasten. Ook werden praktische oplossingen gepresenteerd, zoals maaltijdservice, beweegprogramma's, hulpmiddelen voor thuis, een duofiets, de wensambulance en zelfs een cambulance (om samen op reis te gaan, zo nodig met vrijwillige chauffeur). Het Osse T-huiz presenteerde slimme technologische oplossingen om comfortabel en veilig thuis te kunnen blijven wonen. Hun voorbeeldwoning is op afspraak te bezoeken.

Praat met elkaar!

Het middagprogramma werd geopend door Natalia Vermeulen van MantelzorgNL. Zij hield een warm pleidooi om vooral met elkaar in gesprek te blijven. Ook al omdat het vaak makkelijker is om mantelzorg te geven, dan om die ondersteuning te accepteren. Soms willen mensen alles zelf blijven doen om bijvoorbeeld hun kinderen te ontlasten, terwijl die veel liever een actieve rol spelen om niet machteloos aan de zijlijn te staan. Haar oproep: durf hulp te vragen en blijf wensen en grenzen open met elkaar bespreken, dan wordt de mantelzorg beter verdeeld. En bewaak als mantelzorger ook zelf je grenzen, want als jij door het ijs zakt, is ook degene waar je voor zorgt de pineut.

Input voor nieuw mantelzorgbeleid

Guus Bremer van ONS welzijn belichtte de resultaten van een enquête onder mantelzorgers in de gemeente Oss. Opgezet om input te vergaren voor het nieuwe mantelzorgbeleid van de gemeente. Een groot deel van de 254 respondenten ervaart de mantelzorg als best tot heel zwaar. En er blijkt eens te meer grote behoefte aan duidelijke en goed vindbare informatie. Die uitkomst werd krachtig onderstreept door een hartenkreet uit de zaal: "Wanneer krijgen we in Oss eindelijk één aanspreekpunt waar je als mantelzorger kunt aankloppen?" Die oproep hebben de organisatoren duidelijk gehoord en genoteerd.

Positieve energie

Het symposium werd afgesloten met een gesprek met twee jonge mantelzorgers. We zagen een fragment uit de voorstelling die zij met hun lotgenotengroep bij ONS welzijn hebben gemaakt, om meer aandacht en begrip te vragen voor hun situatie. Ze maakten duidelijk dat ze als lotgenoten veel aan elkaar hebben, omdat andere leeftijdgenoten vaak niet begrijpen wat het betekent om mantelzorger te zijn. Maar dat het je ook sterk kan maken, doordat je leert omgaan met tegenslag en snel volwassen en zelfstandig wordt. Daar waren deze twee meiden het levende bewijs van. Een hoopgevend slotsignaal van een waardevolle dag.

Inwoners van de gemeente Oss met vragen over mantelzorg of behoefte aan ondersteuning kunnen bellen met Toegang Zorg & Welzijn: 14 0412 (keuze 1) of ONS welzijn: 088 374 25 25.