

# MANTELZORG MAGAZINE

GRONINGEN

Voor alle mantelzorgers  
in onze provincie.

**Nummer 1 – juni 2016** Wordt u aangeboden door het Provinciaal  
Expertisecentrum Informele Zorg van CMO STAMM

**SPECIAL MANTELZORG & HET KEUKENTAFELGESPREK**

**'LAAT JE GOED  
INFORMEREN'**

*'Het was  
een prima gesprek'*

**MEER HELDERHEID  
IS GEWENST**





# ‘Je krijgt wat je nodig hebt’

**ANTHON SLEIFER IS CLIËNTONDERSTEUNER, NET ALS ZIJN COLLEGA'S IN HET SOCIAAL TEAM VAN HOOGEZAND-SAPPEMEER ZUID, GESTATIONEERD AAN DE MELKWEG. ‘‘IK ZIT BIJ EEN KEUKENTAFELGESPREK, ALS DE CLIËNT DIT WIL’’, ZEGT DE MAN, DIE IN HET SOCIAAL TEAM GEDETACHEERD IS VANUIT MEE GRONINGEN.**



“Spreek je uit als mantelzorger’

De cliënt die ondersteuning wil bij het keukentafelgesprek, kan zich voorlopig nog melden bij het Sociaal Team. “We hebben ter voorbereiding één of twee gesprekken”, aldus Anthon. “We praten over hoe het met hem of haar gaat. Wie zit er in je netwerk? Houden ze het vol? Als ik mee ga naar het gesprek doet de cliënt zelf het woord. Ik spring in als het nodig is. Er was bijvoorbeeld iemand met een licht verstandelijke beperking die aan het begin van het keukentafelgesprek aangaf dat zijn individuele begeleiding en de dagbesteding wel konden worden geschrapt. Op zo’n moment zorg ik voor de balans en geef aan wat wel, maar ook wat niet goed gaat. Ik heb met de cliënt een vervolgspraak gemaakt om samen zijn zorgplan op te stellen.”

## ZORG

Anthon vertelt dat de gemeente Hoogezand-Sappemeer de onafhankelijke cliëntvertegenwoordiging door vrijwilligers gaat laten doen. “Voor specifieke situaties vraag ik me af of dit mogelijk is, gezien bijvoorbeeld mensen met een verstandelijke of psychische beperking of een stoornis in het autistisch spectrum. Ik wil voorop stellen dat er heel goede vrijwilligers zijn, maar dat er vaak iets meer kennis nodig is van bepaalde beperkingen om de juiste adviezen te kunnen geven. Stel je treft een ernstig overbelaste mantelzorger. Dan heb je ook kennis nodig van de beperking van de persoon voor wie hij zorgt om de mantelzorger goed te kunnen ondersteunen.”

## KORTDUREND

Anthon ziet eveneens een voorlichtende rol voor de indicatiesteller. “Stel de indicatiesteller treft een mantelzorger die geen idee heeft van de beperking van degene die hij verzorgt. Dan kan de indicatiesteller de mantelzorger informatie geven, zodat de mantelzorger inzicht krijgt en daardoor niet langer op zijn tenen hoeft te lopen. De indicatiesteller kan bijvoorbeeld de mantelzorger doorverwijzen naar het Sociaal Team. Wij kunnen de mantelzorger kortdurende ondersteuning bieden en – als het nodig is – bij specialisten langdurige ondersteuning regelen.”

## GOED GEVRAAGD, GOED GELUISTERD

Afgelopen jaar zat Anthon ter ondersteuning van de cliënt bij meerdere keukentafelgesprekken. “Over het algemeen verliepen de gesprekken goed”, zegt hij terugblikkend. “Er werd goed gevraagd en goed geluisterd. Soms is het lastig om direct de taal van een cliënt te spreken. Aan mantelzorgers werd gevraagd of zij ondersteuning nodig hadden. Daar waar mantelzorgers ‘nee’ zeiden, werd niet altijd verder gevraagd. In het geval van twee kinderen, die hun moeder met MS ondersteunen, werd ook gevraagd welke steun er nodig is om de zorg vol te houden naast hun studie. Dat wordt nu bekeken. Wanneer wij in het Sociaal Team vragen krijgen over mantelzorg, overleggen we vaak met het steunpunt mantelzorg.”

## TIPS

Tot slot heeft Anthon een aantal tips voor mantelzorgers. “Ieder mens is uniek”, zegt hij, “dus kijk naar de drijfveren van de persoon. Kijk waar zijn kracht ligt. Dat geldt ook voor mantelzorgers. Laat de indicatiesteller zien wat realistisch is. Kijk ‘breed’ en geef de indicatiesteller een goed beeld van de situatie. Haal niet het onderste uit de kan, maar spreek je wel uit als mantelzorger. Tot slot: praat niet over geld, maar over de zorg die nodig is. De gemeente geeft aan: wat nodig is, willen we bieden. Zo ervaar ik het ook. Je krijgt wat je nodig hebt.” <<



# ‘IK BEN BLIJ MET DE GEMEENTE DELFZIJL’

**MANTELZORGER MARIE-ANNE BROODBAKKER VOERDE TWEEMAAL EEN KEUKENTAFELGESPREK. VORIG JAAR IN DE PROVINCIE DRENTHE EN AFGELOPEN VOORJAAR IN DE GEMEENTE DELFZIJL. HAAR ONDERHUURDER PASCAL (45) WIL GRAAG EEN SCOOTMOBIEL, EEN AANGEPAST WASH-AIR TOILET EN EEN TRAPLIJF OF AANPASSING VAN DE GARAGE, ZODAT HIJ BENEDEN KAN WONEN.**

In het kort schetsen Pascal en Marie-Anne hun situatie. “We ontmoetten elkaar zes jaar geleden. Drank en medicatie speelden toen nog een grote rol in het leven van Pascal, die als dakdekker van het dak viel met als gevolg verbrijzelde voeten en een gebroken rug en heupen. “Pascal heeft psychische problemen, een post traumatische stressstoornis, is manisch depressief, heeft veel last van clusterhoofdpijn en is COPD-patiënt”,

het dak is Pascal geopereerd en heeft zestien pennen in zijn rug. Hij moet heel voorzichtig zijn, want als de pennen breken, kunnen ze in zijn ruggenmerg steken met een dwarslaesie als gevolg.”

## NIETS MOGELIJK

Marie-Anne ging in 2014 met pensioen en Pascal verhuisde van Limburg naar Hoorn, waar Marie-Anne destijds woonde. Eerder moest ze voor haar werk regelmatig in Drenthe zijn en genoot

“We hebben alleraardigste lui gesproken met een geweldig invoelingsvermogen

aldus Marie-Anne. “Na een tia heeft hij problemen met zijn concentratie. Na dertig jaar drank, drinkt hij sinds twee jaar niet meer en zijn medicatie is eindelijk goed geregeld. Na de val van

ze van de rust in haar tijdelijk gehuurde recreatiewoning. “Pascal heeft een prikkelarme omgeving nodig en Hoorn bleek veel te druk”, vervolgt Marie-Anne haar verhaal. “We besloten naar

Drenthe te verhuizen. Daar hadden we ons eerste keukentafelgesprek. Dat was heel kort. Twee dames kwamen binnen en vertelden ons gelijk dat er geen aanpassingen mogelijk waren in een recreatiewoning, omdat je daar niet permanent mag wonen. Daarmee was de kous af en het gesprek beëindigd. We werden dus niet geholpen. Er werd ons alleen verteld wat niet mogelijk was. Dus we besloten om te verhuizen. We keken op Funda en kwamen vorig jaar in dit huurhuis in de gemeente Delfzijl terecht. Het is hier heerlijk rustig, een mooie, prikkelarme omgeving.”

## ALLE AANDACHT

Marie-Anne en Pascal besloten een keukentafelgesprek aan te vragen bij de gemeente Delfzijl. “We hebben alleraardigste lui gesproken met een geweldig invoelingsvermogen”, vervolgt Marie-Anne. “Dat heb ik ze ook gezegd. Het is niet dat we kregen wat we wilden, maar de manier waarop de mensen van de gemeente naar ons luisterden en reageerden, was prima. Ook als mantelzorger kreeg ik alle aandacht. Ja, ik ben blij met de gemeente Delfzijl. Op de vraag of het huis eventueel - als dit nodig is op termijn - kan worden aangepast, kregen we een ‘nee’. Zij namen aan dat we in Drenthe in een levensloopbestendige woning woonden en daar vrijwillig uit zijn gegaan, maar dat is niet zo. De scooter, zodat Pascal iets verder weg kan, en het aangepaste toilet zijn wel akkoord. We hebben het verslag gekregen van het gesprek en daar gaan we nu op reageren.”

## TIPS

Marie-Anne noemt de Wmo een knap ingewikkelde materie. “Je moet aardig intelligent zijn om het allemaal te begrijpen.” Ze heeft nog wel een paar tips voor gemeenten. “Luister vooral heel goed naar wat zorgvragers en mantelzorgers vertellen. Of ga – heel proactief – op bezoek bij mensen die nieuw in de gemeente komen wonen. Aan mantelzorgers zou ik willen zeggen: meld je aan bij het steunpunt mantelzorg. Daar kunnen ze veel voor je doen en als mantelzorgers kunnen we van elkaar leren en veel voor elkaar betekenen.” <<

## Jongeren hebben veel in hun (mantelzorg)mars!

De provinciale werkgroep 'Jonge mantelzorg' wil jonge mantelzorg dit jaar bij iedereen in de provincie Groningen onder de aandacht brengen. Uitgangspunt van alle activiteiten zijn de verhalen van jonge mantelzorgers. Wat zijn hun ervaringen, wensen en behoeften? Die vraag wordt beantwoord in een film, gemaakt door en voor jongeren. De film is niet alleen te gebruiken als voorlichtingsfilm op scholen, maar ook interessant voor professionals en vrijwilligers die met jongeren werken. Hoe goed sluit de bestaande ondersteuning aan bij jonge mantelzorgers? Waar zijn verbeteringen mogelijk? Met deze thema's gaan professionals uit zorg en onderwijs en beleidsmakers van gemeenten op 1 december 2016 aan de slag. Dan organiseert de provinciale werkgroep de conferentie 'Jongeren hebben veel in hun (mantelzorg)mars!'. Wil jij, (ex)-jonge mantelzorg, meewerken in dit project? Stuur je mail naar [r.ringersma@cmostamm.nl](mailto:r.ringersma@cmostamm.nl)



## ACHT KEUKENTAFELTIPS

Als mantelzorg bent u een volwaardige partner in de zorg. Daarom bent u in gesprek over de zorg een volwaardige gesprekspartner naast de zorgvrager. Voor het keukentafelgesprek kunt u een beroep doen op een cliëntondersteuner, die bij het keukentafelgesprek aanwezig kan zijn. Bel met MEE Groningen of vraag uw gemeente.

Een aantal tips:

### 1. BEREID U GOED VOOR

Bedenk voor het gesprek waar u als mantelzorg mee geholpen zou zijn. Praat er eventueel vooraf over met iemand uit uw familie- of vriendenkring.

### 2. SCHRIJF OP WAT U WILT BESPREKEN

Zo vergeet u niets. U kunt gebruik maken van de aandachtspuntenlijst op de website van Mezzo: [www.mezzo.nl](http://www.mezzo.nl).

### 3. GEEF EEN REËEL BEELD

Wees eerlijk: wat kost u veel energie, waar maakt u zich zorgen om en waar wilt u hulp bij?

### 4. STEL VRAGEN

Vraag wat de gemeente voor u kan doen. Welke ondersteuning is er? Is er iets niet helemaal duidelijk? Vraag dan door.

### 5. VRAAG OM EEN EIGEN GESPREK

Het kan moeilijk zijn om in aanwezigheid van de zorgvrager aan te geven waar u zelf behoefte aan heeft of wat u lastig vindt in de zorgsituatie. Vraag dan om een apart gesprek.

### 6. VOLDOENDE AANDACHT

Laat er voldoende aandacht zijn voor het dagelijks leven van u als mantelzorg en zorg dat daarmee rekening wordt gehouden. Stel ook uw wens om met vakantie te gaan (respijtzorg) aan de orde.

### 7. LEES HET VERSLAG

U krijgt na afloop een verslag van het gesprek. Kijk of de situatie goed in beeld is gebracht en wat er concreet is afgesproken.

### 8. BIJ WIE KUNT U TERECHT?

Het keukentafelgesprek is een momentopname. De situatie kan veranderen of het mantelzorgen kan u zwaarder vallen dan u had gedacht. Spreek af bij wie u op dat moment terecht kunt.

Bron: [www.mezzo.nl](http://www.mezzo.nl)



## Onder de keukentafel



Laatst kwam ik onder de keukentafel. 'Wat doet een mens daar?', zult u vragen.

Tja, nou ja, laat ik maar zeggen dat ik er even rond keek.

Ik zat dus onder de keukentafel. Daar kwamen vragen bij mij op.

Wat gebeurt er onder de keukentafel?, vraag ik mij af.

Wat blijft er 'onder' tafel?

Gaat er geld 'onder' de tafel door?

Zit er iemand die 'onder' de tafel is gepraat?

Gelukkig viel het mee.

Dat wil zeggen: geen mensen en geen geld onder tafel.

Wel stof, gespreksstof vooral.

En daarover gaat het in dit magazine.

Let op!

Niemand mag onder de keukentafel worden gepraat en alles moet over tafel kunnen gaan!

Ook voor de mantelzorg is er een plek aan tafel. Soms moet de mantelzorg apart aan tafel kunnen.

Er zijn 'grenzen' bij het verlenen van mantelzorg. Dit is het thema van een conferentie die ons platform in september organiseert.

De datum is nog niet precies bekend, maar geeft u zich alvast op.

Dat kan per mail via [www.sphv.nl](http://www.sphv.nl) of per post: PHV, p.a. Zorgbelang, Hoendiep 95, 9718 TE Groningen

Welkom bij ons aan tafel!

Roelof Lanting

voorzitter van het Platform Hattinga Verschure, De organisatie voor de behartiging van de Collectieve Belangen van Mantelzorgers in de Provincie Groningen



### UIT ONDERZOEK BLIJKT:

## Positie mantelzorg kan steviger

UIT DE MEEST RECENTE CLIËNTEN-MONITOR VAN AANDACHT VOOR IEDEREEN BLIJKT DAT EEN DERDE VAN DE MANTELZORGERS VINDT DAT BIJ DE TOTSTANDKOMING VAN HET NIEUWE ZORGAANBOD GEEN REKENING WORDT GEHOUDEN MET HUN WENSEN EN BEHOEFTE. VEERTIG PROCENT VOELT ZICH DOOR HET NIEUWE AANBOD ZWAARDER BELAST. MANTELZORGERS VINDEN HET VAAK MOEILIK OM HUN GRENZEN AAN TE GEVEN TIJDENS HET KEUKENTAFELGESPREK. DAARNAAST LUKT HET GEMEENTEN NIET ALTIJD OM DE GELEVERDE ZORG GOED AF TE STEMMEN MET DE MANTELZORGER.

### ONDERZOEK

Het Expertisecentrum Informele Zorg CMO Stamm vroeg studenten van de opleiding Toegepaste Psychologie van de Hanze Hogeschool onderzoek te doen. De onderzoeksvragen

waren: 'Hoe kunnen mantelzorgers hun grenzen aangeven tijdens een keukentafelgesprek?' en 'Hoe kan de mantelzorg beter worden herkend en erkend vanuit het Wmo-loket?' De studenten hielden interviews met mantelzorgers, met steunpunten mantelzorg, Wmo-consulenten en met het Platform Hattinga Verschure. Daarnaast deden zij literatuuronderzoek.

### ONDERLINGE AFSTEMMING

Uit de interviews kwam naar voren dat mantelzorgers zich vaak niet realiseren dat ze mantelzorg zijn. Ook lieten mantelzorgers weten het moeilijk te vinden om hun grenzen aan te geven, omdat ze het vanzelfsprekend vinden om voor hun naasten te zorgen. Daarnaast is er een tekort aan begeleiding, waardoor mantelzorgers veel problemen alleen moeten oplossen. Omdat Wmo-consulenten de regie bij de zorgvrager neerleggen, wordt de rol van de mantelzorg vaak onvoldoende belicht. Door gebrek

aan onderlinge afstemming kan er vervolgens onvrede ontstaan bij mantelzorgers.

### RESULTATEN IN DE PRAKTIJK

Op basis van de onderzoeksresultaten ontwikkelden de studenten activiteiten voor mantelzorgers, gemeenten en steunpunten mantelzorg. Voor mantelzorgers ligt het accent op het feit dat zij zich realiseren dat ze mantelzorg zijn, dat zij hun grenzen leren kennen en oefenen in het aangeven van deze grenzen tijdens een keukentafelgesprek. De activiteiten richting instanties moeten er toe bijdragen dat mantelzorgers beter in beeld zijn bij gemeenten en er meer erkenning komt voor de positie van de mantelzorg.

Het Expertisecentrum bekijkt na de zomer met de steunpunten mantelzorg hoe de onderzoeksresultaten in praktijk kunnen worden gebracht. Wilt u hierbij worden betrokken? Stuur uw e-mail naar [s.buurma@cmostamm.nl](mailto:s.buurma@cmostamm.nl)

UIT ONDERZOEK BLIJKT:

# MEER HELDERHEID IS GEWENST

DE ZES LEEKSTER MANTELZORGERS, TWEE ZORGVRAGERS EN NEGEN PROFESSIONALS, DIE DANIËLLE DE BROCK INTERVIEWDE VOOR HAAR AFSTUDEERSCHRIJFTE, HEBBEN VOORAL BELANG BIJ MEER HELDERHEID VANUIT DE GEMEENTE. WAAR MOETEN ZE ZIJN ALS ZE ONDERSTEUNING NODIG HEBBEN? WAAR KUNNEN ZE OP REKENEN? DENKT DE GEMEENTE EERST AAN HET GELD OF AAN DAT WAT DE MENSEN NODIG HEBBEN? “DAARNAAST KAN DE SAMENWERKING TUSSEN PROFESSIONALS NOG WEL EEN IMPULS GEBRUIKEN”, ALDUS DANIËLLE. “VAAK WETEN ZE VAN ELKAAR NIET WAT ZE MANTELZORGERS TE BIEDEN HEBBEN.”

**DE START**

Daniëlle zag de vacature voor het onderzoek op de site van haar opleiding, de Hanzehogeschool, en ging in gesprek met de opdrachtgever, het Platform Hattinga Verschure. Bestuurslid Gijs van Beusekom ondersteunt Daniëlle vanuit het platform. “Wij stelden de kaders op”, vertelt Gijs. “De kaders baseerden

we op ons tien punten manifest (zie kader). Hierin staat wat wij als platform belangrijk vinden voor gemeenten om aandacht aan te besteden. Dit manifest hebben we dan ook naar alle Groninger gemeenten gestuurd. Wat we vooral willen onderzoeken is: Wat doen gemeenten aan de genoemde thema’s?” Daniëlle formuleerde vervolgens

haar onderzoeksvragen. “We wilden vooral meer weten over de ervaringen van mantelzorgers met keukentafelgesprekken, hoe ze acute zorg regelen als dit nodig is en of mantelzorgers bij gemeenten in beeld zijn.” Daniëlle besloot het onderzoek te houden in de gemeente Leek, waar ze het grootste deel van haar leven heeft gewoond. Binnenkort hoopt ze haar afstudeerscriptie, waarmee ze in september vorig jaar van start ging, af te ronden. Ze zit in het laatste jaar van haar opleiding Toegepaste Psychologie.

**STEUNPUNT ALS STARTPUNT**

Allereerst nam de onderzoekster contact op met het Steunpunt Mantelzorg Leek met de vraag om haar in contact te brengen met

mantelzorgers. “Ik kreeg een aantal adressen van – voornamelijk oudere - mantelzorgers, die ik vervolgens heb benaderd voor een gesprek. Ook heb ik via het Alzheimercafé geprobeerd meer mantelzorgers bij het onderzoek te betrekken, maar dat is niet gelukt. Ik kreeg van het steunpunt eveneens de namen van contactpersonen van organisaties, zodat ik ook hen kon bezoeken.”

**LAGE DREMPEL**

Zowel mantelzorgers als professionals geven aan dat gemeenten meer aandacht moeten besteden aan dat waar mantelzorgers tegenaan lopen, vertelt Daniëlle. “Bijvoorbeeld mensen hebben acute of respijtzorg nodig. Veel mantelzorgers weten niet dat ze hierover in gesprek kunnen met de gemeente. Ze regelen deze vervanging vaak zelf via familie, een woonzorgcentrum of ze gaan met hun vragen naar het steunpunt mantelzorg. Mantelzorgers vertellen dat de drempel richting steunpunt laag is, terwijl ze de stap richting gemeente toch wel groot noemen. De meeste mantelzorgers zorgen voor iemand met dementie. Ze gaven aan dat tijdens het keukentafelgesprek vooral werd

gesproken over lichamelijke knelpunten, terwijl die bij hen niet of minder spelen. Er zijn mantelzorgers die geen keukentafelgesprek willen, omdat het vertrouwen in dat wat de gemeente hen te bieden heeft ontbreekt. Ik merkte dat mantelzorgers het prettig vonden om mee te doen aan het onderzoek, vooral ook omdat ze hun verhaal kwijt konden en er naar hen geluisterd werd.”

**MOOIE BASIS**

Gijs en Daniëlle noemen het onderzoek ‘een mooie basis’. We hadden wel meer mantelzorgers willen spreken, maar dan had je met meer studenten moeten samenwerken en dat was niet mogelijk”, aldus Gijs. “Omdat er geen andere studenten interesse toonden in het onderzoek, is Daniëlle alleen aan de slag gegaan. De onderzoeksopzet ligt er en we kunnen het onderzoek eveneens in andere gemeenten houden, om te zien hoe de situatie daar is. Op basis van het voorlopige onderzoeksverslag kun je concluderen dat het vooral een kwestie is van communicatie. Als mantelzorger moet je er zelf achteraan als je knelpunten wilt oplossen of hulp wilt inschakelen. Het zou mooi zijn wanneer elke gemeente één flyer heeft



“ ‘Ons doel is het collectief behartigen van de belangen van (ex) mantelzorgers’

waarin staat waar je met welk probleem terecht kunt. De vraag is: hoe kant en klaar kun je het aanbod aanbieden?” <<



## Het tien punten manifest van Hattinga Verschure

De Stichting Platform Hattinga Verschure stelt zich op als partner van de Groninger gemeenten bij de vormgeving van goed mantelzorgbeleid. ‘Daarnaast willen wij met de tien punten uit het manifest het mantelzorgbeleid van de 26 gemeenten in de provincie toetsen’, aldus de opstellers. ‘We willen nagaan in hoeverre gemeenten de tien punten

toepassen. Daarnaast bieden we gemeenten aan om hen hierbij te ondersteunen. Alles met als doel het collectief behartigen van de belangen van de (ex)mantelzorger.’

**De tien aandachtspunten zijn:**

1. Keukentafelgesprekken
2. Mantelzorgers in beeld
3. Waardering

4. Acute zorg
5. Respijtzorg
6. Faciliteren
7. Bezwaar maken
8. Dagbesteding
9. Mantelzorgvriendelijk personeelsbeleid
10. Persoonsgebonden budget

Zie voor meer informatie [www.sphv.nl](http://www.sphv.nl).



“ ‘Ik kom alleen maar goedwillende mensen tegen.’ ”

## ‘LAAT JE GOED INFORMEREN’

HIJ HOEFDE GEEN KEUKENTAFELGESPREK IN VERBAND MET DE ZIEKTE VAN ZIJN VROUW. “MAAR ALS IK WEL ZO’N GESPREK ZOU MOETEN HEBBEN, ZOU IK DE EERST VERANTWOORDELIJK VERZORGENDE (EVV’ER) VAN MIJN VROUW ERBIJ VRAGEN OF DE HUISARTS INSCHAKELLEN. ALS JE ONZEKER BENT, KUN JE HET BESTE IEMAND VRAGEN OM BIJ HET GESPREK AANWEZIG TE ZIJN”, ALDUS JAN RIGTERING (77) UIT WINSUM. ZIJN VROUW (78) KREEG IN 2003 EEN HERSENBLOEDING. NA EEN JAAR ZIEKENHUIS, VERPLEEGHUIS EN BEATRIXOORD, KWAM ZE WEER THUIS.

### GOEDWILLENDEN MENSEN

“Vanuit Beatrixoord werd al veel geregeld voor mijn vrouw naar huis kwam, zoals de rolstoel, invaliden parkeerkaart en drie dagen per week therapie in woonzorgcentrum de Twaalf Hoven. We hadden al particuliere hulp voor de huishouding, die betalen we zelf. De dagopvang in de Twaalf Hoven werd eerder betaald vanuit de AWBZ en ging per 1 januari 2016 over naar de Wmo. Sindsdien betalen we een eigen bijdrage. Toen het AWBZ-contract met de Twaalf Hoven afliep, is er een kort gesprek geweest op basis van het dossier en besliste de gemeente dat we zo verder zouden gaan. Ik ben altijd voor de dingen aan. Toen de Twaalf Hoven aangaf dat de verandering op komst was, ben ik al naar de gemeente gegaan. Ik ken de mevrouw waar ik het gesprek mee had en zij kent onze situatie. Ik weet inmiddels veel van de zorg en kom alleen maar goedwillende mensen tegen.”

### VOLHOUDEN

Jan geeft aan dat hij alles overzichtelijker vindt, sinds niet het Centraal indicatieorgaan (Ciz), maar de gemeente en de zorgverzekeraar de zorg regelen. “Het is dichtbij, je kunt met

elkaar in gesprek gaan en dat is goed. Als ze zeggen dat iets niet kan, wil ik altijd wel even weten waarom niet. Ik merk dat als je vriendelijk blijft er veel mogelijk is. Ik hoef niet alles van de gemeente, maar ik wil de zorg voor mijn vrouw wel kunnen volhouden.” Het echtpaar Rigtering vroeg bijvoorbeeld een traplift aan bij de gemeente, maar dat was niet mogelijk. “Die hebben we toen zelf betaald. Ik moet wel zeggen dat mijn inkomen de laatste twaalf jaar niet is verhoogd, terwijl de zorgkosten in die jaren behoorlijk zijn gestegen. Dit betekent dat je minder kunt dan eerder. Er valt wel eens iets tegen, maar ik klaag niet.”

### TIPS

’s Morgens en ’s avonds komt iemand van TSN Thuiszorg langs om Jans vrouw te helpen bij het aan- en uitkleden, douchen en verdere persoonlijke verzorging. “Dat wordt sinds 1 januari betaald door de zorgverzekeraar. Bij Menzis moet de mantelzorgverzekering Zorg 2 verzekerd zijn om recht te hebben op vijftien dagen vakantie/respijtzorg per jaar. Dit hoorde ik van mijn contactpersoon van de Wmo. Via ‘Handen in Huis’ ga ik er een paar dagen tussenuit. Je mag zelf iemand aandragen die dan voor de patiënt zorgt. Onze huishoudelijke hulp gaf aan dit wel te willen doen”, aldus Jan, die ook de maandelijkse koffieochtenden van het Steunpunt Mantelzorg bezoekt. “Je vindt er herkenning bij andere mantelzorgers, krijgt veel tips van elkaar en samen vullen we het programma in. Als ik iets wil weten loop ik binnen bij de mevrouw van de Wmo, ik bel met MEE Groningen of ik bezoek de zorgmarkt. Er zijn mensen die alleen met de sores thuis zitten. Ik zou zeggen: ga er op uit, laat je goed informeren en je zult zien dat er soms meer mogelijk is in de zorg, dan je aanvankelijk dacht.” <<

## ‘OPEN GESPREK OVER ALLE LEVENSDOMEINEN’

WAT DE DEFINITIE IS VAN EEN KEUKENTAFELGESPREK? “HET IS EEN OPEN EN BREED GESPREK OVER ALLE LEVENSDOMEINEN”, ZEGT WIENEKE VALKEMA, MANTELZORGEN OUDERENADVISEUR, LID VAN HET SOCIAAL TEAM SLOCHTEREN.

### BASIS

Wieneke en haar collega’s van het Sociaal Team Slochteren voeren de gesprekken in opdracht van de gemeente. “Een keukentafelgesprek duurt één tot twee uur, afhankelijk van de situatie”, legt ze uit. “Tijdens het maken van een afspraak wordt altijd besproken dat het belangrijk is om een keukentafelgesprek niet alleen te voeren. We geven ook aan dat het mogelijk is om een onafhankelijke cliëntondersteuner te laten aanschrijven. Regelmatig blijft het niet bij één gesprek. Wij maken een verslag van het gesprek, dat de betrokkene in tweevoud krijgt. Staat alles er correct in? Dan ondertekent de persoon één verslag en stuurt het naar ons terug. Staat iets niet goed verwoord? Dan passen we in overleg de tekst aan. Dit verslag is de basis voor een eventuele voorziening en indicatie. Mocht de situatie veranderen en is een nieuwe indicatie nodig? Dan kunnen we dit vaak telefonisch regelen,

omdat we de totale situatie al kennen. Mensen moeten wel zelf de duur van de indicatie in de gaten houden. De gesprekken zijn laagdrempelig en informeel. Dit wordt door onze inwoners op prijs gesteld. Als casemanager blijf je vast aanspreekpunt voor de inwoners. Je kent de mensen vaak al langer en je sluit aan op waar problemen worden ervaren.”

### MANTELZORG

Niet alleen Wieneke, maar ook haar collega’s besteden veel aandacht aan mantelzorg tijdens het keukentafelgesprek. “Mijn collega’s kennen het aanbod voor de ondersteuning van mantelzorgers en bieden ook sociaal-emotionele steun. Hebben ze specifieke informatie nodig? Dan vragen ze die aan mij. We bieden mantelzorgers aan om zich te laten registreren, zodat ze de

uitnodigingen en andere informatie van het Steunpunt Mantelzorg en het Mantelzorgcompliment van de gemeente ontvangen. Daarnaast vertellen we hen over de mogelijkheden voor respijtzorg, de inzet van vrijwilligers, dagbesteding of andere hulp.”

In Slochteren wisten veel mensen het Loket Zorg & Welzijn – dat tegenwoordig het Loket Sociaal Team heet – al goed te vinden. “Het Sociaal Team bestaat uit vijftien mensen”, aldus Wieneke. “Onderling hebben we korte lijnen en we kunnen een beroep doen op de zogeheten ‘schilpartners’. Dat zijn organisaties die gespecialiseerd zijn, zoals de GGD, Lentis, de organisaties voor mensen met een beperking en dergelijke. We voeren de keukentafelgesprekken met mensen die aangeven problemen te ervaren of we krijgen signalen van anderen, zoals thuiszorg of de huisartsenpraktijk. In dat geval nemen we contact op met de mensen.”

### OPLOSSING

Bij het oplossen van knelpunten kijkt het Sociaal Team allereerst naar de eigen mogelijkheden en het eigen netwerk van de betrokkene. “Is er iemand die boodschappen kan doen voor u? Is er een winkel die boodschappen bezorgt? Is de eigen bijdrage zo hoog, dat u beter particuliere huishoudelijke hulp kunt inschakelen? Al die zaken bespreken we voordat een voorziening in beeld komt, want het blijft maatwerk. Dit kan ook betekenen dat we juist wel huishoudelijke hulp inschakelen, zodat bijvoorbeeld de mantelzorgverzekering langer kan bieden. Ik heb een aantal vrijwilligers die inzetbaar zijn als respijtzorg voor de mantelzorgverzekering nodig is. Ik vind het wel eens jammer dat een beeld wordt geschetst van ‘er komt iemand van de gemeente...’, alsof die tegenover je staat, maar wij zijn er voor om onze inwoners te helpen! Je probeert er samen uit te komen en meestal lukt dat ook.” <<

“ ‘Wij zijn er voor om onze inwoners te helpen!’ ”



## STEUNPUNTEN MANTELZORG EN VRIJWILLIGE THUISHULP

### APPINGEDAM

Steunpunt Mantelzorg en Vrijwillige Thuishulp, Stichting Welzijn & Dienstverlening, Gezondheidscentrum Overdiep, Stadshaven 23, Appingedam, kamer 112 (1e etage), 06-516 198 17, d.kornelius@s-w-d.nl

### BEDUM

Steunpunt Mantelzorg Bedum, Stichting Welzijn Bedum, Kapelstraat 9, Bedum, (050) 301 44 65, mantelzorg@welzijnbedum.nl

### BELLINGWEDDE

Vrijwillige Thuishulp en Mantelzorgondersteuning, Stichting Welzijn Oldambt, Hoofdweg 158, Bellingwolde, (0597) 45 49 99, tderoo@welzijnoldambt.nl

### DELFIJL

Steunpunt Mantelzorg, Stichting Welzijn & Dienstverlening, Noordersingel 1, Delfzijl, (0596) 65 07 87, k.leertouwer-bosker@s-w-d.nl

### DE MARNE

Steunpunt Mantelzorg en Vrijwillige Thuishulp De Marne, Stichting Welzijn & Dienstverlening, Warfstraat 1, Winsum, 06-488 74 339, m.blom@s-w-d.nl

### EEMSMOND

Steunpunt Mantelzorg, Stichting Welzijn & Dienstverlening, De Blauwe Schuit, Warfstraat 1, Winsum, 06-488 74 339, m.blom@s-w-d.nl

### GRONINGEN

Humanitas Thuishulp en Mantelzorg Groningen-Stad, Akerkhof zuidzijde 22, Groningen, (050) 312 60 00, mip.groningen@humanitas.nl

### GROOATEGAST

Steunpunt mantelzorg, Dienstencentrum De Schutse Oldenoert 32, Leek, (0594) 51 23 34, tineke.turksema@planet.nl

### HAREN

Coördinatiepunt Mantelzorg en Vrijwillige Thuishulp, Stichting Torion, Kerklaan 5, Haren, (050) 534 41 73 of 06-313 79 171, m.folkerts@torion.nl

### HOOGEZAND-SAPPEMEER

Steunpunt Mantelzorg Hoogezand-Sappemeer, Laan van de sport 2, Hoogezand, (0598) 36 49 00 of 06-278 58 234, steunpuntmantelzorg@kwartierzorgenwelzijn.nl

### LEEK

Steunpunt mantelzorg, Dienstencentrum De Schutse, Oldenoert 32, Leek, (0594) 51 23 34, tineke.turksema@planet.nl

### LOPPERSUM

Mantelzorgondersteuning Loppersum, Stichting Welzijn & Dienstverlening, De Schepperij 2, Loppersum, (0596) 64 96 00 of 06-516 19 817, d.kornelius@s-w-d.nl

### MARUM

Steunpunt Marum, MFC 't Marheem, Schoolstraat 8, Marum, (0594) 64 18 90, info@marheem.nl

### MENTERWOLDE

Mantelzorgondersteuning Gemeente Menterwolde, Kerkstraat 2, Muntendam, (0598) 65 88 77, Hester Aanen, h.aanen@menterwolde.nl, Vrijwillige Hulpdienst 06-14016056 of 0598-610042 vrijwilligerscentrale@live.nl

### OLDAMBT

Steunpunt mantelzorg Oldambt, Stichting Welzijn Oldambt, Het Boschplein 2, Winschoten, (0597) 42 18 33, tderoo@welzijnoldambt.nl of aalberts@welzijnoldambt.nl

### PEKELA

Vrijwillige Thuishulp en Mantelzorgondersteuning, De Badde, Sportlaan 4, Oude Pekela, (0597) 64 50 00, rroelans@debadde.nl

### SLOCHTEREN

Steunpunt mantelzorg gemeente Slochteren, Hoofdweg 10a, Slochteren, (0598) 42 55 55, wwalkema@slochteren.nl, www.slochteren.nl

### STADSKANAAL

Steunpunt Mantelzorg Zuid Groningen (voor Stadskanaal en Vlagtwedde), MFA Lint, W. Diemerstraat 7, Musselkanaal, (0599) 63 59 99, mantelzorg@welstad.nl

### TEN BOER

De Deel (dorpscoaches), Gemeentehuis Ten Boer, Hendrik Westerstraat 24, Ten Boer, (050) 302 88 88, secretariaatdedeel@tenboer.nl

### VEENDAM

Steunpunt Mantelzorg, Compaen, Jan Salvaplein 3, Veendam, (0598) 69 81 19 of 06-461 74 257, smustafa@compaenveendam.nl

### VLAGTWEDDE

Meldpunten mantelzorg en vrijwilligerswerk, St. Rzijn, Afd. ouderenwerk/Steunstees, Dr. Bekenkampstraat 37, Ter Apel, (0599) 58 24 60, steunsteeterapel@rzijn.nu, (0599) 58 24 60, steunsteevlagtwedde@rzijn.nu, (0599) 31 22 91, steunsteesellingen@rzijn.nu (0599) 32 22 27

### WINSUM

Steunpunt Mantelzorg gemeente Winsum, Stichting Welzijn & Dienstverlening, Warfstraat 1, Winsum, 06-488 74 340, r.maring@s-w-d.nl

### ZUIDHORN

Steunpunt mantelzorg en vrijwillige thuishulp, Stichting Welzijn gemeente Zuidhorn, Jellemaeweg 3, Zuidhorn (0594) 50 47 11, sandraterveen@swgz.nl

## ORGANISATIES VRIJWILLIGE PALLIATIEVE TERMINALE THUISHULP

### GRONINGEN-STAD

Vrijwillige Terminale Thuishulp, Humanitas, Akerkhof zuidzijde 22, Groningen, (050) 312 60 00, mip.groningen@humanitas.nl  
Hospice Gasthuis Groningen, Eendrachtsskade NZ 19, Groningen, 06-114 83 924, info@gasthuisgroningen.nl

### HOOGEZAND-SAPPEMEER, WINSUM, DE MARNE, HAREN

Vrijwillige Terminale Thuishulp, Humanitas, Akerkhof zuidzijde 22, Groningen, (050) 312 60 00, mip.groningen@humanitas.nl

### DELFIJL, APPINGEDAM, EEMSMOND, LOPPERSUM, SLOCHTEREN, BEDUM EN TEN BOER

De Schutse, Thuishulp en Hospice, Stichting VPTZ Noordoost Groningen, 06-295 11 357, coördinator@deschutsevptz.nl. Hospice De Schutse, Wieger van den Bosstraat 13a, Appingedam, (0596) 82 00 00

### VEENDAM, MENTERWOLDE, PEKELA, OLDAMBT, BELLINGWEDDE

Stichting Vrijwillige Palliatieve Terminale Zorg Oost Groningen, Jan Salvaplein 3, 9641 LN Veendam, (0598) 69 81 39 of 06-10 448 298, info@vptzooostgroningen.nl /secretariaat@vptzooostgroningen.nl

### OOST-GRONINGEN

Stichting Sint Maartenhuis (Hospice), bezoekadres P.C. Hoofllaan 74a,

Winschoten, postadres Vondellaan 75, 9673 JH Winschoten (0597) 45 21 70, info@hospicewinschoten.nl, www.hospice-winschoten.nl

### STADSKANAAL, VLAGTWEDDE

Vrijwillige Terminale Thuishulp voor Stadskanaal en Vlagtwedde, W Diemerstraat 7, Musselkanaal, (0599) 63 59 99, mantelzorg@welstad.nl, www.mantelzorgpoort.nl

### WESTERKWARTIER

Vrijwillig Palliatief Terminale Ondersteuning Westerkwartier, Dienstencentrum De Schutse, Oldenoert 32, Leek, (0594) 51 23 34, sjaakverster@live.nl

### MEER INFORMATIE:

www.mantelzorggroningen.nl  
www.mezzo.nl  
www.expertisecentrummantelzorg.nl  
www.werkenmantelzorg.nl  
www.vptz.nl  
Mantelzorglijn 0900-2020496 (10 ct. per min.)