

Notitie Mantelzorgondersteuning en –waardering 2020 Gemeente Bergen (L)

0. Inleiding

Voor u ligt de geactualiseerde notitie mantelzorgondersteuning en –waardering. Aanleiding hiervoor is de evaluatie van de acties uit de Notitie mantelzorgondersteuning en – waardering gemeente Bergen uit 2015.

In de notitie herhalen we de definitie van mantelzorg (hoofdstuk één), de wettelijke kaders en positionering binnen de gemeente Bergen (hoofdstuk twee). In hoofdstuk drie beschrijven we de wijze waarop de mantelzorgondersteuning en waardering sinds de vaststelling van de notitie in 2015 vorm heeft gekregen.

1. Wat is mantelzorg?

Je bent mantelzorger als:

- ◆ Je zorgt voor een chronisch zieke, gehandicapte of hulpbehoevend familielid, vriend of buur;
- ◆ Je diegene verzorgt of op een andere manier bijstaat;
- ◆ Je geen geld verdient met dit zorgen;
- ◆ Je geen zorg verleent vanuit een vrijwilligersorganisatie

Mantelzorg is geen bewuste keuze, je wordt mantelzorger zonder dat je daarom vraagt. De relatie met de ander is voor een mantelzorger aanleiding om hulp te bieden. Die hulp wordt vaak vanzelfsprekend geboden. Als mantelzorger doe je alles, ook taken die je niet liggen. Het houdt nooit op en duurt soms 24 uur per dag, zeven dagen per week. Mantelzorgers lopen het risico om lichamelijk en psychisch overbelast te raken. Door de intensiteit van de zorg en ondersteuning worden zij beperkt in het onderhouden van sociale contacten.

Het verschil met vrijwilligerszorg zit vaak in de persoonlijk relatie en het (on)vrijwillige karakter van het werk. Een vrijwilliger kiest er min of meer bewust voor om vrijwilligerszorg te doen en bepaalt zelf hoeveel tijd hij daaraan wil besteden. Een vrijwilliger kan ook op vakantie wanneer hij wil en kan afstand nemen als het hem te veel wordt.

Daarnaast onderscheiden we mantelzorg van gebruikelijke zorg. Gebruikelijke zorg is de normale, dagelijkse zorg die partners of ouders en inwonende kinderen geacht worden elkaar onderling te bieden. Dit is alleen aan de orde als er een leefeenheid is, die een gezamenlijk huishouden voert. Bij een gezamenlijk huishouden hebben de leden van dat huishouden een gezamenlijke verantwoordelijkheid voor het functioneren van dat huishouden. Er is sprake van mantelzorg als de normale (gebruikelijke) zorg aanmerkelijk wordt overschreden.¹

In wettelijke termen (Wmo 2015) spreken we van:

“Hulp ten behoeve van zelfredzaamheid, participatie, beschermd wonen, opvang, jeugdhulp, het opvoeden en opgroeien van jeugdigen en zorg en overige diensten als bedoeld in de Zorgverzekeringswet, die rechtstreeks voortvloeit uit een tussen personen bestaande sociale relatie en die niet wordt verleend in het kader van een hulpverlenend beroep.”

Mantelzorgers hebben allen hun eigen kenmerken en dit geldt eveneens voor de mensen voor wie zij zorgen. Er zijn bijvoorbeeld: jonge en oudere mantelzorgers, werkende mantelzorgers, mantelzorgers van zorgvragers met een chronische ziekte, een verstandelijke beperking of GGZ-problematiek. Mantelzorgers vullen ieder op eigen wijze hun rol in. Met andere woorden: ‘Dé mantelzorger bestaat niet’. Iedere groep heeft haar eigen specifieke aandachtspunten. De meeste daarvan kunnen we ondersteunen met ons aanbod.

We noemen hier een aantal voorbeelden van activiteiten die een mantelzorger vaak op zich neemt. Deze lijst is niet uitputtend, maar wel richtinggevend:

- ◆ Administratie bijhouden
- ◆ Persoonlijke verzorging en hygiëne (wassen, aankleden, boterham smeren)
- ◆ Huishoudelijke taken (was doen)

1)

- ◆ Verstrekken medicatie
- ◆ Bezoek dokter/ ziekenhuis
- ◆ Boodschappen doen

2. Wettelijk kader en positionering in Bergen

Mantelzorgers lopen het risico overbelast te raken. Dit kan ertoe leiden dat zij zelf ziek worden, moeten stoppen met werken of hun sociale contacten verliezen. We vinden het daarom belangrijk om onze mantelzorgers te ondersteunen.

Daarnaast ligt er vanuit de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo; artikel 2.2.2) ook de verplichting om mantelzorgers te ondersteunen. De rol van mantelzorgers en vrijwilligers bij de ondersteuning van mensen in de eigen omgeving wordt groter doordat als gevolg van de hervorming van de langdurige zorg mensen langer in hun eigen omgeving blijven wonen. Kern van ons beleid is dat wij de informele ondersteuning en zorg willen Versterken, Verlichten en Verbinden. Versterken, omdat wij de positie van informele ondersteuning en zorg hebben verankerd in ons beleid. Verlichten, omdat wij juist vanwege de grote waarde van het geven van hulp en ondersteuning mantelzorgers en vrijwilligers willen ondersteunen. Verbinden, omdat wij de samenwerking tussen mantelzorgers, vrijwilliger, professionele zorg willen verbeteren.

Het bereiken van mantelzorgers is belangrijke voorwaarde om te kunnen Versterken, Verlichten en Verbinden, daarom hebben is het aandachtspunt Vinden als vierde V toegevoegd.

De vier aandachtspunten bij mantelzorgondersteuning

a. Vinden

De gemeente bereikt de mensen die zorgen voor een naaste, omdat dat de voorwaarde is om hen te kunnen versterken, verlichten en verbinden.

b. Versterken

De gemeente versterkt mantelzorgers in hun regie en positie, zowel op het microniveau van individuele mantelzorgers als op het niveau van beleidsbeïnvloeding, zodat de stem van mantelzorgers in gemeentelijk beleid doorklinkt.

c. Verlichten

De gemeente organiseert ondersteuning om ervoor te zorgen dat mantelzorgers de mantelzorgtaken kunnen (blijven) uitvoeren.

d. Verbinden

De gemeente legt verbindingen tussen formele en informele zorg en ondersteuning en neemt partners – denk aan zorgaanbieders, mantelzorgondersteuners en vrijwilligersorganisaties – mee in deze manier van (samen)werken.

Een aanzienlijk deel van onze inwoners verleend op enige wijze mantelzorg. Mantelzorgers maken daarom een belangrijk onderdeel van de ondersteuningsstructuur binnen de gemeente Bergen en leveren hieraan een grote bijdrage.

3. Uitwerking mantelzorgondersteuning en –waardering

In de gemeente Bergen maken wij voor 18 uur per week gebruik van een professionele mantelzorgondersteuner van Proteion Welzijn. Zij is, samen met de (zorg) vrijwilligers, de spil in de realisatie van ons mantelzorgbeleid.

Hieronder geven wij aan hoe de verschillende speerpunten van de mantelzorgondersteuning praktisch ingevuld zijn. De mantelzorgondersteuner maakt jaarlijks een verslag dat aan de gemeenteraad ter kennis wordt gebracht.

a. Vinden

Communicatiekanalen

De communicatiekanalen die gebruikt worden zijn Facebook, infopagina, website, dorpsblaadjes en mond tot mond reclame. Hiermee wordt bekendheid gegeven aan mantelzorgondersteuning en de vrijwilligerszorg.

Bezoek huiskamers, evenementen en huisbezoeken

De mantelzorgondersteuner bezoekt regelmatig lokale evenementen, het ontmoetingscentrum, de huiskamers en het Alzheimercafé. Zij deelt bij die gelegenheden visitekaartjes uit, zodat ze nog beter bereikbaar en zichtbaar is.

Professionele contacten

Er is regelmatig contact met de WMO consultants van het sociaal team, het maatschappelijk werk, de linking Wijkverpleegkundigen, de traject begeleiders dementie, huisartsen en praktijkondersteuners. Hierbij gaat het om wederzijdse informatie en/of hulp bij casussen op het gebied van mantelzorg en de inzet of vraag naar vrijwilligers bij casussen.

Spreekuur in de bieb

De mantelzorgondersteuner hield wekelijks spreekuur in de bibliotheek van Bergen. Doel was om inwoners laagdrempelig de mogelijkheid te bieden hun vragen te stellen. Door lage opkomst (1 bezoeker in een half jaar) is besloten het spreekuur te laten vervallen.

Presentatie dorpsraden gemeente Bergen

De mantelzorgondersteuner is bij een vergadering van de dorpsraden geweest, waarin zij een presentatie gehouden heeft om mantelzorg en vrijwilligerszorg onder de aandacht te brengen.

Flyer Mantelzorgondersteuning

In de eerste helft van 2019 is de flyer Mantelzorgondersteuning verspreid onder verschillende netwerkpartners. In het najaar is de flyer Mantelzorgondersteuning geactualiseerd en uitgedeeld bij een stand van de gemeente op de informatiemarkt Veilig en Fit die Bergen Beweegt Natuurlijk organiseerde.

b. Versterken

Dag van de mantelzorg

Jaarlijks krijgen mantelzorgers een attentie op de dag van de mantelzorg. Vrijwilligers en de mantelzorgondersteuner bezorgen de attentie samen met een persoonlijke boodschap van de hulpvrager of bekende van de mantelzorger. Er komen veel positieve reacties op deze actie.

Scholing

- Training vrijwilligers
Vrijwilligers van de bibliotheek, dagbesteding bij Den Asseldonk, huiskamerproject Bèjèn en medewerkers van het Klant Contact Centrum hebben deelgenomen aan een training 'GOED omgaan met dementie.
- Scholing Dementie mantelzorgondersteuner
De mantelzorgondersteuner heeft deelgenomen aan een cursus dementie door Proteion en Hulp bij Dementie en aan een tweedaagse training 'de Train de Trainer 'Zorg goed voor jezelf' van Movisie. Centraal stond het boek 'Klein geluk voor de mantelzorger'. De kennis uit deze training is ingezet bij mantelzorggesprekken.
- Aandacht voor huiselijk geweld
Bij een mantelzorggesprek gaf een mantelzorger verontrustende signalen. De mantelzorgondersteuner heeft deze casus anoniem (met goedkeuring van de mantelzorger) voorgelegd aan de aandachtsfunctionaris huiselijk geweld van Proteion. Met de gegeven tips is de mantelzorger aan de slag gegaan.

Nieuwsbrief

De nieuwsbrief mantelzorgers wordt regelmatig uitgebracht en naar ongeveer 300 mantelzorgers verstuurd en alle netwerkpartners. Er wordt eveneens een nieuwsbrief verstuurd naar de vrijwilligers van de vrijwilligerszorg.

Bergen dementievriendelijk

De werkgroep waarvan de mantelzorgondersteuner lid is, komt tweemaandelijks bij elkaar. Er is aandacht voor de vragen en verwachtingen van en voor de gemeente, dementievriendelijke gemeente, communicatie over Bergen Dementievriendelijk, Wereld Alzheimer dag.

Wereld Alzheimer Dag

De Werkgroep Bergen dementievriendelijk besteedt aandacht aan Wereld Alzheimer Dag en organiseert regelmatig activiteiten zoals, de middag 'Samen Dansen' voor mensen met Alzheimer, hun naasten en belangstellenden.

Groepen

Vanuit Bergen Dementievriendelijk loopt de kopgroep, voor mensen met (beginnende) dementie en twee gespreksgroepen voor mantelzorgers van mensen met dementie (Zie hieronder). Maandelijks wordt het Alzheimer Café georganiseerd. Hier wordt informatie gegeven over verschillende aspecten van dementie. De besproken thema's zijn interessant voor iedereen die meer wil weten over dementie. Daarnaast is het een plek voor ontmoeting, lotgenotencontact en een gezellig samenzijn. De bijeenkomsten worden goed bezocht variërend van 40 tot 80 personen.

Vrijwilligerszorg

Onderdeel van de mantelzorgondersteuning is de vrijwilligerszorg. Het betreft ondersteuning door vrijwilligers aan mensen in kwetsbare situaties. Het gaat hierbij om het ontlasten van mantelzorgers (respijtzorg) en het ondersteunen van mensen in kwetsbare situaties waarbij geen of weinig mantelzorgers in zicht zijn.

Mensen met dementie, met een fysieke beperking of een lichte verstandelijke beperking en hun mantelzorgers kunnen een beroep doen op een vaste vrijwilliger van de vrijwilligerszorg Bergen. Het kan gaan om hulp bij praktische zaken maar ook hulp bij het doorbreken van het isolement of het omgaan met een ernstige ziekte. Dankzij de inzet van zorgvrijwilligers krijgen mensen in een kwetsbare positie een groter sociaal netwerk. Hun zelfredzaamheid neemt toe. Hun eenzaamheid wordt minder. Ze ondernemen meer activiteiten en krijgen meer zelfvertrouwen en ze doen met de samenleving.

Bijeenkomst vrijwilligers

Er zijn bijeenkomsten voor vrijwilligers van de vrijwilligerszorg en van Humanitas (maatjesproject). Centraal staat het stellen van grenzen en (kwetsbare) mensen in hun kracht zetten

Boek 'Verhalen van nu'

Het boek 'Verhalen van nu, over het dagelijks leven rond het midden van de vorige eeuw' is aangeschaft voor de vrijwilligers. Het boek is bij uitstek geschikt om voor te lezen aan ouderen die zelf niet meer goed kunnen lezen. Vrijwilligers kunnen dit lenen bij de coördinator en contactpersonen.



Uitje vrijwilligers

Voor de vrijwilligers wordt jaarlijks een uitje georganiseerd.

c. Verlichten

De thema's verlichten en versterken hebben een sterke relatie met elkaar.

Mantelzorgcompliment

Het mantelzorgcompliment kan worden aangevraagd in de periode van 1 september tot en met 31 oktober. Het compliment bestaat uit een bedrag van € 50,00. Het is een blijk van waardering voor de mantelzorgers. De hulpvrager (mantelzorgontvanger) bepaalt hoe de mantelzorg te waarderen/ bedanken.

Huisbezoeken

De mantelzorgondersteuner gaat op huisbezoeken wanneer nodig. De voorkeur gaat uit om de mantelzorgers te bezoeken in hun eigen omgeving, zodat de mantelzorgondersteuner een goed beeld kan krijgen van de casus/ situatie. De hulpvragen kunnen o.a. bestaan uit; een luisterend oor, de "weg wijze in het land van regels", inzet van een vrijwilliger en meer.

Gespreksgroepen mantelzorgers

Iedere twee weken vindt een bijeenkomst plaats van de gespreksgroep van mantelzorgers van mensen met dementie. Hier gaan de mantelzorgers als lotgenoten in een vertrouwelijke sfeer in gesprek over zaken en emoties waarmee zij te maken hebben. De mantelzorgondersteuner is gespreksleider. Sinds december 2019 is hierbij een trajectbegeleider van Hulp bij Dementie toegevoegd. Sinds september 2020 is een tweede gespreksgroep gestart. Ook hier is de mantelzorgondersteuner gespreksleider. Vanaf zes deelnemers sluit ook hier een trajectbegeleider van Hulp bij Dementie aan.

Vrijwilligerszorg

Er worden verschillende aanvragen gedaan voor de inzet van een vrijwilliger.

Naast diverse overleggen via telefoon en mail komen de vrijwillige contactpersonen en vrijwilligerscoördinator gemiddeld 1 keer in de 6 weken bij elkaar voor overleg en casuïstiekbespreking.

Verschillende hulpvragen zijn van kortdurende aard. Hierbij wordt hulp gevraagd om mee te denken of is kortdurende inzet van een vrijwilliger voldoende.

d. Verbinden

Netwerken

Netwerken is een belangrijk deel van de functie van de mantelzorgondersteuner (ook beschreven bij Vinden). Het geeft een completer beeld van de sociale kaart en een breder aanbod m.b.t. het adviseren en doorverwijzen van de mantelzorger. Daarnaast zorgt het voor een betere doorverwijzing naar de mantelzorgondersteuning.

POH's en thuiszorgen

Zoals beschreven in 'hoofdstuk 1: Vinden' neemt de mantelzorgondersteuner deel aan de vergadering met thuiszorgen en POH's. Naast het 'Vinden' is dit ook van belang voor het 'Verbinden' van de mantelzorgondersteuner met deze andere professionals. Het leidt er toe dat POH's rechtstreeks met de mantelzorgondersteuner contact opnemen m.b.t. mantelzorgondersteuning of mogelijke inzet van een vrijwilliger.

Sociaal team

De mantelzorgondersteuner heeft korte lijnen met het sociaal team. Individueel zijn er casuïstiekbesprekingen wanneer nodig. Deze besprekingen hebben betrekking op zowel mantelzorgondersteuning als op de inzet van vrijwilligers, vrijwilligerszorg.

Humanitas

Binnen de gemeente is het Maatjes project van Humanitas actief. De mantelzorgondersteuner heeft regelmatig contact met de coördinator van Humanitas om te kijken of vrijwilligers 'uitgewisseld' kunnen worden. Daarnaast is er aandacht om meer bekendheid te creëren op het gebied van psychiatrische problematiek. Bij de vrijwilligerszorg krijgen wij ook steeds vaker te maken met aanvragen van mensen van een psychiatrische achtergrond.

Maatschappelijk werk

De mantelzorgondersteuner heeft regelmatig contact met de maatschappelijk werker, die sinds september 2019 vanuit Synthese werkzaam is in de gemeente Bergen. Hierbij ging het in eerste instantie over het kennismaken en netwerken met diverse mensen, instanties en initiatieven in de gemeente. Tevens worden daar waar nodig casussen besproken of uitgewisseld.

Presentatie

De mantelzorgondersteuner heeft een presentatie verzorgd voor commissie samenleving. Tijdens deze presentatie heeft de mantelzorgondersteuner uitleg gegeven wat zij doet qua werkzaamheden, netwerken, inzet vrijwilligers, attenties enz.

Netwerkbijeenkomst Kruisbestuiving

Naar aanleiding van de presentatie van de mantelzorgondersteuner tijdens deze netwerkbijeenkomst zijn onder andere contacten gelegd met fysiotherapeuten. Zij wilden graag meer informatie om vanuit hun praktijken klanten (mantelzorgers) door te kunnen sturen naar de mantelzorgondersteuner.

De uitvoering door Eefke Lommen, sociaal werker, Proteion Welzijn

Steeds beter weten mensen mij als mantelzorgondersteuner te vinden. N.a.v. een vraag van bijvoorbeeld, huisarts, praktijkondersteuner, thuiszorg of WMO consulent neem ik contact op met de betreffende mantelzorger. Soms is één telefoontje voldoende om te helpen, vaak ga ik op huisbezoek. De huisbezoeken bij mantelzorgers zijn heel divers. Ik probeer met de mantelzorger te ontdekken waarmee hij of zij het meest geholpen is en te kijken hoe we dat kunnen realiseren. Bij sommige mensen is de hulp

heel concreet, bijvoorbeeld door het inzetten van respijtzorg (dagbesteding aanvragen, een vrijwilliger inzetten of informeren over andere vormen van respijtzorg) of (het regelen van) hulp bij administratie. Andere keren is help ik bij helderheid verschaffen van eigen situatie of is iemand geholpen met uitsluitend een luisterend oor.

Belangrijk onderdeel van de mantelzorgondersteuning is de vrijwilligerszorg. De twee vrijwillige contactpersonen weten steeds weer mooie koppelingen te maken tussen hulpvragers en vrijwilligers uit de omgeving. Sinds het opheffen van de lockdown zijn er veel nieuwe hulpvragen binnengekomen. Het vergt soms creativiteit en buiten de kaders denken om de mensen te kunnen helpen. Gelukkig lukt dit tot nu toe meestal goed.

De gespreksgroepen zijn heel waardevol voor de deelnemers. Prachtig om te ervaren wat het met de mensen doet om bij elkaar herkenning te vinden en ervaringen te delen.
Ik heb geweldig werk!

4. Financiën

De mantelzorgondersteuning is in 2020 begroot op totaal € 55.000,00. 85% van dit bedrag geven we uit aan de inzet van de mantelzorgondersteuner. De overige 15% is gereserveerd voor de kosten van activiteiten (dag van de mantelzorger, lotgenotenbijeenkomsten) en opleiding en onkosten van vrijwilligers.

Voor de mantelzorgwaardering, het mantelzorgcompliment, is € 15.000,00 opgenomen in de begroting. Het risico bestaat dat we meer uitgeven dan begroot. Afgelopen jaren zijn er meer dan 300 aanvragen gehonoreerd.

Er zijn nadere regels vastgesteld, die in werking zijn getreden op 1 augustus 2019, hiermee is het bedrag van het mantelzorgcompliment vastgesteld op € 50,- per aanvrager en zorgen we ervoor dat alle aanvragen op dezelfde wijze worden beoordeeld.