



## Programma Lokale Versterking GGz Wmo van mensen met een psychische handicap

Vereniging Landelijk Platform GGz

Verlag bijeenkomst Deelnemersraad GGZ-WMO Drenthe 26 november 2007

### Thema 'Mantelzorg'

#### 1. Opening

Gesinus Timmer opent de vergadering door allen hartelijk welkom te heten. Omdat dit een speciale thema-bijeenkomst is, is het programma afwijkend van de vorige keren.

#### 2. Thema 'Mantelzorg'

Else Nobel, senior adviseur Zorgbelang Drenthe, leidt de film 'Je dóet het gewoon' in. De film was een idee van Zorgbelang en is in samenwerking met Enova (emancipatieorganisatie in Assen) en met subsidie van het Oranjefonds en van de Provincie tot stand gekomen.

Veel mantelzorgers zijn zich niet bewust van het feit dat ze mantelzorger zijn. Ze staan er niet zo bij stil. Je dóet het gewoon. Onder die titel is er een film gemaakt die over herkenning, erkenning en voorzieningen voor mantelzorgers in Drenthe gaat. Mantelzorgers zullen zichzelf herkennen en ontdekken dat zij een beroep kunnen doen op voorzieningen. Anderen leren wat mantelzorg inhoudt en dat dit in ieders omgeving aan de orde is. De film laat zien dat mantelzorg het fundament van de zorg is en wat er nodig is om dit in stand te houden.

Else vertelt dat 80% van de zorg door mantelzorg wordt geleverd. Gratis zorg. Als deze zorg betaald zou moeten worden, zou dit 7,7 miljard euro kosten. Men is mantelzorger wanneer men meerdere uren per week langdurig gratis zorg verleent.

Eén op de vier volwassen Nederlanders is mantelzorger zonder het te weten. 10% daarvan voelt zich zwaar overbelast. Vaak begint het gevoel van overbelasting wanneer men gedurende meer dan 3 maanden 8 uur per week zorg verleent. Eén op de tien kinderen in Nederland is mantelzorger voor hun ouders, die chronisch ziek zijn, zwaar gehandicapt of psychiatrisch patiënt zijn.

Het verschil tussen vrijwilliger en mantelzorger is dat vrijwilligerswerk je eigen keus is, waarbij je zelf bepaalt hoe vaak en hoe lang je iets op je neemt. Mantelzorg verleen je omdat je van iemand houdt of omdat je voelt dat het je plicht is. Mantelzorg is echter nooit afdwingbaar. Wanneer een gezinslid tijdelijk – korter dan 3 maanden - uit de running is, worden overige gezinsleden geacht voor hem of haar te zorgen en het huishouden draaiende te houden. Dit wordt gebruikelijke zorg genoemd.

De film toont drie portretten van Drentse mantelzorgers met verschillende achtergronden en in zeer verschillende situaties. De film laat zien hoe mantelzorgers voortdurend keuzes moeten maken in de vraag 'wat kan ik zelf' en 'wat kan ik uitbesteden'. Ook brengt de film in beeld welke voorzieningen er in Drenthe voor mantelzorgers zijn en over welke drempels zij heen moeten om hiervan gebruik te maken.

Na de film wordt gediscussieerd en uitgewisseld wat zoal opgevallen is:

- Mantelzorgers zijn dapper, men moet er veel voor over hebben.
- Mantelzorg gebeurt vooral uit liefde en veelal met liefde, ondanks dat men het vaak niet meer kan opbrengen.
- Indringend wat sommige mantelzorgers zeiden, terwijl het in de film niet eens om de zwaarste gevallen ging.
- De relatie tussen man en vrouw verandert wanneer de één zorg moet verlenen aan de ander.
- Het is belangrijk om stoom af te kunnen blazen (bijv. door lotgenotencontact) en ook iets voor zichzelf te hebben (bijv. hobby) anders houdt men het niet vol.
- Het is belangrijk om te weten dat je mantelzorger bent zodat je ook weet welke voorzieningen er zijn.

- Overbelasting van mantelzorgers is niet alleen te signaleren aan diens vermoeidheid en hoofdpijn maar vooral aan het feit dat zij niet meer deelnemen aan activiteiten in de maatschappij.

Ondersteuning voor mantelzorgers kan worden geboden door:

- Contactpunt Mantelzorg = zit in iedere gemeente, bestaat uit lotgenoten die elkaar steunen en van waaruit voorlichting wordt gegeven.
- Vrijwillige thuiszorg = thuiszorg door vrijwilligers, om de mantelzorger bij te staan of te ontlasten.
- Respijtzorg = vorm van zorg waarbij de mantelzorger wordt ontlast doordat de zorg even van hem of haar wordt overgenomen. Bijv. logeeropvang in een verpleeghuis (hiervoor moet men wel geïndiceerd zijn).
- Alzheimer telefoon = voorlichting en steun om de zorg draagbaar te maken.
- Steunpunten van Icare = professionele hulp voor thuiszorg.

Gemeenten zijn sinds de invoering van de WMO verantwoordelijk voor ondersteuning van de mantelzorgers. Als de mantelzorgers het niet volhouden moet de gemeente zorgen dat er professionele hulpverlening komt. Er zijn daarom al gemeenten die geneigd zijn niet zo strikt om te gaan met de sollicitatieplicht van uitkeringsgerechtigden die mantelzorg verlenen.

De boodschap van de WMO-raden aan gemeenten zou moeten zijn: belast mantelzorgers niet nog meer. Zoek hen op en ga met hen na welke ondersteuning zij nodig hebben om de mantelzorg te kunnen volhouden. Mantelzorgers moeten met de gemeente (WMO-loket) overleggen welk deel van de zorg zij op zich nemen en welk deel de gemeente zal doen. Gemeenten moeten veel vrijwilligers werven voor de vrijwillige thuiszorg. PGB's (Persoonsgebonden budget) moeten voldoende zijn om mantelzorgers in te kopen zodat zij een deel van hun baan kunnen opzeggen. Probleem daarbij is echter dat zij hun sociale voorzieningen kwijtraken en dat er door herindicatie ineens een heel andere situatie kan ontstaan.

Tip vanuit de groep: Laat Zorgbelang onderzoeken wat mantelzorgers onder ongebruikelijke zorg verstaan. Vanuit Zorgbelang is de tip aan de GGZ-WMO groep: Breng in beeld wat de draagkracht van ggz-cliënten die mantelzorger zijn, is.

Ter afsluiting bedankt Gesinus Else heel hartelijk voor de informatie.

**Relevante websites en adressen:**

[www.hulpindrenthe.nl](http://www.hulpindrenthe.nl) = overzicht van alle zorgmogelijkheden in Drenthe, ook mantelzorg.

Steunpunt Mantelzorg in Drenthe, tel. 0522-273925: Hier kan men adressen van regionale steunpunten navragen en een abonnement op de mantelzorgkrant aanvragen (= gratis).

De steunpunten zijn ook te bereiken via: [www.mantelzorg.info](http://www.mantelzorg.info) en [www.jongerenenzorgen.nl](http://www.jongerenenzorgen.nl)