

Stein

Hoe wakkeren we het vuurtje aan
waaraan iedereen zich kan warmen?



Lokale praktijk

Stein

Positief Kernthema

Op eigen kracht, samen sterk

Ontwerpvrage

Hoe wakkeren we het vuurtje aan waaraan iedereen zich kan warmen?



Lokale kennisrugzak

Deze kennisrugzak is gemaakt in het kader van In voor mantelzorg-thuis. Binnen dit programma zijn 11 lokale lerende praktijken aan de slag gegaan om de samenwerking met en voor mantelzorgers te verbeteren. Hiervoor is per praktijk een positief kernthema geformuleerd: waar willen we meer van? Vervolgens zijn hierbij ontwerpvrage bedacht die bijdragen aan het realiseren van het positieve kernthema. In experimenten gaan de praktijken vervolgens aan de slag met deze ontwerpvrage. Om dit goed voorbereid te kunnen doen, zijn kennisrugzakken gemaakt. Ze bevatten lokale en landelijke kennis, tools en praktijkvoorbeelden die kunnen bijdragen aan het realiseren van de ontwerpvrage. Meer informatie: www.invoormantelzorg.nl



Inleiding

Hoe wakkeren we het vuurtje aan waaraan iedereen zich kan warmen? Hoe maken we plekken en een sfeer waar iedereen zich bij thuis voelt? En natuurlijk: hoe voorkom je dat je je vingers brandt!

Voor mantelzorgers betekent dit dat zij en degene voor wie zij zorgen zich welkom moeten voelen. Mantelzorgers kunnen zich eenzaam en als niet gezien voelen. Hoe organiseer je een leefomgeving waar mantelzorgers en zorgvragers zich welkom voelen? Een voorziening waar ze beiden warm onthaald worden kan al een gevoel geven dat de mantelzorgers er niet alleen voor staan. Een warm welkom waar verhalen gedeeld mogen worden zodat het vuurtje aangewakkerd wordt zodat iedereen zich hieraan kan warmen.



Wat is de huidige situatie?

In gemeente Stein hebben we veel aandacht voor mantelzorgers. Zij zorgen er namelijk voor dat onze inwoners langer kunnen blijven doen wat ze graag doen en vaak ook langer in hun eigen vertrouwde omgeving kunnen blijven wonen.

Onze mantelzorgconsulent Pia Bronckhorst is het eerste aanspreekpunt voor vragen van mantelzorgers. Of het nu gaat om informatie, een luisterend oor of ondersteuning bij het zoeken naar de juiste zorg. Daarnaast worden diverse activiteiten voor mantelzorgers georganiseerd, variërend van bijeenkomsten voor ontmoeting van gelijkgestemden, workshops om vaardigheden te leren tot seizoenswandelingen.

In Stein zijn ongeveer 900 mantelzorgers geregistreerd, waarvan ongeveer 80 jonger dan 25 jaar. Bij registratie ontvangen mantelzorgers een informatiepakket met informatie over het zorgen voor een ander, de ondersteuning die het Steunpunt Mantelzorg Zuid daarbij kan bieden en activiteiten die georganiseerd worden. Ook ontvangen geregistreerde mantelzorgers in oktober een brief over de jaarlijkse mantelzorgwaardering. Die bestaat in 2020 uit een vvv-bon van € 40,- voor iedere mantelzorger en een uitnodiging voor een feestelijke middag.

Overigens zijn lang niet alle mantelzorgers in Stein geregistreerd. Dat komt onder meer omdat niet alle mantelzorgers zich bewust zijn van het feit dat ze mantelzorger zijn, ze niet bekend zijn met mantelzorgondersteuning of omdat ze zich niet willen registreren.

Verder kunnen mantelzorgers gebruik maken van de inzet van huishoudelijke hulp tegen een aantrekkelijk tarief.

Stichting De Brug zet zorgvrijwilligers in om mantelzorgers te ontlasten. Een zorgvrijwilliger neemt tijdelijk de zorg over, zodat de mantelzorger tijd heeft om andere dingen te doen. De inzet van zorgvrijwilligers noemen we ook wel vervangende zorg.

Naast zorgvrijwilligers kennen we ook andere vormen van vervangende zorg, zoals dagbesteding en logeeropvang.

Ook Partners in Welzijn (PIW) kan een mantelzorger ontlasten met de inzet van een maatje (afhankelijk van de vraag). Bijvoorbeeld bij het ondersteunen bij een doktersbezoek of het houden van gezelschap. Daarnaast kan PIW ondersteunen bij algemene vragen over welzijn en ondersteuning.



Wat weten we al?

Dit warme vuurtje gaat over welkom en thuis voelen. Een van de kernpunten daarin is het belang van elkaar ontmoeten om bijvoorbeeld verhalen met elkaar te delen.

Wat is lokaal bekend?

Buurtcentrum Nieuwdorp: laagdrempelige ontmoetingsplek

In Nieuwdorp is het buurtcentrum het sociale hart van de wijk. In het buurtcentrum worden laagdrempelige activiteiten georganiseerd door gedreven vrijwilligers. Het buurtcentrum is een initiatief van inwoners, hier ligt ook de basis. In het buurtcentrum is er ruimte voor het delen van verhalen en worden er laagdrempelige activiteiten voor iedereen georganiseerd. Ook is er de mogelijkheid om allerlei vragen te stellen aan professionals tijdens het inloopmoment.

DOP's

De gemeente Stein werkt sinds 2014 met de DOPsgewijze aanpak. DOP staat voor DorpsOntwikkelingsProces en richt zich op dorpsgericht werken. Dorpen spelen een cruciale rol in de gemeenschapsontwikkeling. Deze aanpak heeft als doel dat dorpen sociaal en vitaal blijven door het bevorderen van betrokkenheid en participatie van bewoners. De gemeente en andere maatschappelijke en commerciële partijen faciliteren, als samenwerkingspartners, dorpen bij hun initiatieven. Elke DOP beschikt over een dorpscontactpersoon welke in dienst is van de gemeente. De dorpscontactpersoon is een flexibele netwerker met oog voor zijn omgeving (dorp, afdelingen) die goed samen kan werken binnen en buiten de eigen organisatie. Enkele voorbeelden van DOPsinitiatieven zijn; Buurtcentrum Nieuwdorp, Dorpsdagvoorziening Bie Gerda, de wensauto, werkgroep ouderen Berg aan de Maas, werkgroep transformatie kerk Kerensheide en herinrichting speelplein Beatrixplein.

Wat is landelijk bekend?

Vuurtje in de buurt: het belang van ontmoeten

Blokland (2005) laat het belang van ontmoeten treffend zien. Het kan gaan om korte contacten zoals een groet of een praatje bij het uitlaten van de hond of het loopje naar de supermarkt. Wanneer dergelijke ontmoetingen met onbekenden zich herhalen, ontstaat publieke familiariteit: je kent elkaar misschien persoonlijk niet goed, maar je hebt wel weet van elkaar. Dat geeft duidelijkheid en vaak ook een veilig(er) gevoel over de buurt. Je ziet dit vaak terug in motto's van projecten: omzien naar elkaar, een oogje in het zeil, etc.

In een buurt is er volop ruimte voor zulke korte ontmoetingen. Een warm vuurtje creëer je met (zich herhalende) activiteiten die ontmoeting stimuleren. Met het delen van een maaltijd ken je elkaar natuurlijk nog niet persoonlijk. In eerste instantie leer je vooral de 'bekende gezichten uit de buurt' kennen. Na verloop van tijd leer je elkaar misschien beter kennen en bestaat de kans dat sommige mensen onderdeel gaan uitmaken van je persoonlijke netwerk. Met andere woorden: door herhalende activiteiten en ontmoeting groeit de overlap van verschillende persoonlijke netwerken met die van de buurt.



Wat weten we al?

Vuur en vlam in een voorziening

Ditzelfde geldt ook binnen een instelling: oog hebben voor wie je voor je hebt. Namen, voorkeuren, wensen, gewoonten onthouden en ernaar handelen. Allemaal vormen van gastvrijheid.



Welke tools kunnen we gebruiken?

Wat is lokaal bekend?

Lotgenotencontact

Lotgenotencontact bestaat uit georganiseerde bijeenkomsten waarbij onderling contact tussen mensen met een vergelijkbare aandoening wordt georganiseerd. Het doel hiervan is ervaringen uitwisselen en het elkaar bieden van emotionele steun. In de gemeente Stein worden verschillende lotgenotenbijeenkomsten georganiseerd zoals het Alzheimer café, contactgroep Autisme, Ouders voor ouders of de contactgroep dementie.

Bakfiets

Sinds 2019 beschikt de gemeente Stein over een bakfiets. Met deze bakfiets wil de gemeente toenadering bij inwoners zoeken voor het ophalen van informatie en het dichterbij brengen van diensten. Naast gerichte projectgebonden wijkbezoeken wil de gemeente de wijk in om de behoeften, inwoners en netwerken beter te leren kennen met als doel Dichtbij de burger



De inloopvoorziening in Stein

De inloop is een soort spreekuur waar inwoners met al hun vragen kunnen binnenlopen. Medewerkers van MEE, PIW, het Steunpunt Mantelzorg Zuid, een woningbouwcorporatie en klantmanagers van de gemeente beantwoorden deze vragen en helpen inwoners verder door hen in contact te brengen met de juiste contactpersoon, uitleg te geven of hen direct te helpen. Deze medewerkers weten welke voorzieningen in gemeente Stein voorhanden zijn en kunnen mantelzorgers daarom vertellen over de mogelijkheden.

Wat is landelijk bekend?

Bouwen aan buurthulp

Er bestaat geen blauwdruk van Buurthulp: iedere buurt kent weer mensen met eigen, bijzondere kennis en vaardigheden, en in iedere wijk spelen verschillende behoeften aan hulp en ondersteuning. Maar dat betekent niet dat iedereen opnieuw het wiel moet gaan uitvinden. Dit handboek staat daarom vol met voorbeelden en verhalen uit de praktijk. Misschien wel ter inspiratie voor jouw eigen buurthulpproject?

<https://www.movisie.nl/publicatie/bouwen-aan-buurthulp>

Samen dementievriendelijk

In Nederland leven naar schatting 280.000 mensen met dementie. Mensen leven gemiddeld acht jaar met dementie, waarvan de eerste zes jaar thuis. Het helpt als mensen dementie niet alleen herkennen, maar vervolgens ook iets kunnen betekenen voor iemand met dementie of een mantelzorger. Op deze website vind je allerlei voorbeelden en trainingen. Misschien bieden ze ook wel inspiratie voor andere initiatieven.

<https://samendementievriendelijk.nl/wat-kun-jij-doen>



Welke tools kunnen we gebruiken?

Methode Familiezorg

De Methode Familiezorg staat voor een integrale ondersteuning aan chronisch zieke mensen en hun mantelzorgers. Binnen de Methode Familiezorg staan aandacht, actief luisteren en de juiste vragen stellen centraal. Bij trainingen doet iedereen mee: medewerkers van de receptie, keukenmedewerkers, zorgmedewerkers en de bestuurders. Het gaat om het oog hebben voor mensen. <https://expertisecentrumfamiliezorg.nl/>

Out-of-de-boxje: Gastvrijheid

De mate van gastvrijheid beslist of een gast, klant, cliënt of patiënt weer terugkomt. Gastvrijheid heeft dus een absolute meerwaarde. Wij helpen jou om samen de ultieme gastbeleving te creëren binnen jouw organisatie.

Wij geloven dat gastvrijheid het geheim is achter succesvolle bedrijven en mensen. Wat je geeft, krijg je terug. Gastvrije mensen zijn gelukkige mensen die werken en leven met voldoening, vanuit intrinsieke motivatie, met plezier en passie. Zij hebben een waardevolle betekenis in de maatschappij. <https://www.gastvrijheidinbedrijf.nl/>



Welke inspirerende praktijkvoorbeelden kennen we?

Wat is lokaal bekend?

De mantelzorgconsulent heeft samen met een cliëntondersteuning van MEE-ZL een bijeenkomst georganiseerd voor mensen met dementie en hun mantelzorgers. De mantelzorgconsulent ging in gesprek met de mantelzorgers en de cliëntondersteuner van MEE-ZL ging aan de slag met hun zorgvragers met dementie. Mantelzorgers konden hun verhaal en ervaringen delen en kregen advies van andere mantelzorgers of de consulent terwijl zij niet hoefde te denken aan hun zorgvrager omdat zij ook aan de slag gingen met een professional.

Wat is landelijk bekend?

Naoberzorgpunt - flessenpost

Leefbaarheid van Roggel en gezondheid is een groot goed. Betrokken burgers hebben in 2009 het initiatief genomen om een vrijwilligersorganisatie op te zetten met als doel meer samenkracht en burgerschap te realiseren in Roggel. Uitgangspunt is het stimuleren van ontmoetingen en het creëren van ontmoetingsplekken in het dorp. <http://www.naoberzorgpunt.nl/>

“Het Limburgse Roggel startte het Naoberzorgpunt op een bijzondere manier. De initiatiefnemer: “Flessenpost is in feite een alternatieve enquête. We hebben een paar simpele vragen geformuleerd op een A5je, zoals: ‘Waar ben je goed in?’ en ‘Zou je mee willen doen?’ De achterliggende vraag was: welke talenten heb jij om mee te doen met dit nieuwe initiatief. We zijn naar de breezerfabriek gegaan en kregen 7.000 lege flesjes om te gebruiken voor flessenpost. Deze flesjes zijn met een bus naar de school gebracht, waar de kinderen hebben geholpen om de briefjes met de vragen in de flesjes te stoppen. Tijdens de ouderavond zijn de flesjes verspreid, maar ook in het winkelcentrum via lokale ondernemers. Bewoners konden de flesjes met de antwoorden op school en bij de winkeliers inleveren. De conclusie: mensen zijn wel degelijk bereid om voor elkaar te zorgen” (Bouwen aan Buurthulp, pg 28)

Zorgvrijstaat

De zorgvrijstaat in Rotterdam werkt aan zorgzame buurten. Ze organiseren aanschuif-maaltijden waar thema's besproken worden over geestelijke gezondheid, er is een klussendienst er is buurthulp. Allemaal projecten gericht op naar elkaar omzien, elkaar verwelkomen en goed samen leven. Ze gebruiken ook leuke initiatieven om vragen te bespreken, zoals buiten lopen met een sandwich bord met jouw eigen vraag of stelling daarop. Dat levert vaak bijzondere gesprekken op! <https://www.zorgvrijstaat.nl/>

BuurtWijs

Buurtwijs gelooft dat het zinvol is om kennis en praktijkervaringen te delen op een online verzamelplek en te verbinden met wat we al weten door onderzoek, theorie of geschiedenis. Met als uiteindelijk doel de inhoud en kwaliteit van buurtontwikkeling te verbeteren. Ook vinden we het van belang om zichtbaar te maken wat buurtmakers doen. Doelen als het verbeteren van de leefbaarheid en samenhang laten zich niet gemakkelijk meten. Verhalen van hoe dat precies gaat in de praktijk zijn daarom van belang. <https://www.buurtwijs.nl/>



Welke inspirerende praktijkvoorbeelden kennen we?

BankjesCollectief

Samen toveren we de publieke ruimte om tot ontmoetingsplek voor iedereen. Het openluchtcafé bestaat uit geopende bankjes op de stoep voor het huis, in het park of op een plein. Hier serveer je wat lekkers of organiseer je knikkerwedstrijd, dansles of... wat je maar wil! Bij de geopende bankjes kom je alle burens tegen: van studenten, jonge gezinnen, gezellige oma's tot roddeltantes en buurtjochies. <https://www.bankjescollectief.nl/nl/>

True doors - even anders denken

De opklakdeuren van True Doors stimuleren het welzijn van ouderen en mensen met een beperking in woon- en zorgcentra. De kwaliteit van leven verbetert. True Doors leveren een bijdrage aan persoonsgerichte zorg.

Woon- en zorgcentra voelen meer als thuis. Mensen herkennen hun eigen voordeur. Reminiscentie en sociale interactie wordt gestimuleerd. Bewoners kunnen hun eigen identiteit laten zien. <https://www.truedoors.com/nl/>