



Contactbijeenkomst 4 juni 2014 over grenzen stellen

Op 4 juni 2014 organiseerde het Platform Belangenbehartiging Mantelzorgers Kennemerland een bijeenkomst voor mantelzorgers in buurtcentrum de Schakel in Haarlem-Noord. Met een ruime opkomst van meer dan 40 aanwezigen, het merendeel mantelzorgers, werd er dit keer stilgestaan bij het stellen van grenzen. Kunt u als mantelzorger uw grenzen goed aangeven? Heeft u nog voldoende tijd voor uzelf en uw naasten? Kunt u de zorg goed aan, of ligt overbelasting op de loer?

Drie-minuten check

Direkt na de opening van de bijeenkomst door het bestuur en een welkomstwoord door voorzitter Dick van Heun gingen alle aanwezigen aan de slag met de '[3-minuten check](#)'. Door het beantwoorden van 10 korte meerkeuze vragen geeft deze test snel inzicht in de situatie en belasting van de mantelzorger. Onder het nuttigen van een drankje bespraken de aanwezigen de uitkomsten in kleine groepen. Op deze manier kreeg iedereen de kans zijn of haar zorgervaringen te delen.

Positieve sfeer

Tijdens de groepsgesprekken passeerden veel verschillende mantelzorgkwesties de revue: van het regelen van spoedzorg, het verkrijgen van meer ondersteuning bij toenemende zorg tot woningaanpassingen. Ondanks de meestal droevige aard van deze verhalen was de sfeer van de bijeenkomst zeer positief. Mantelzorgers blijken optimistische doorzetters die met veel liefde hun naasten verzorgen.

Struikelblokken

Helaas ervaren velen ook nogal wat struikelblokken in het bieden van zorg. De slechte onderlinge communicatie tussen de zorgverlenende instanties en de toenemende administratie worden als zorgwekkend ervaren. Ook overheerst het gevoel bij veel mantelzorgers dat zij niet als zorgexpert en ervaringsdeskundige worden gezien door de diverse partijen en niet serieus worden genomen in het gesprek.

Inzicht eigen situatie

Uit de verhalen blijkt ook dat mantelzorg voor naasten met psychische problemen andere problemen met zich mee brengt dan mantelzorg voor naasten met een fysieke beperking. Psychische problemen zijn nog altijd moeilijk bespreekbaar in onze samenleving. Hierdoor ligt de mentale belasting voor deze groep mantelzorgers veel hoger. Zorgconsulente Fia Vieleers, aanwezig namens [Tandem](#), benadrukte hoe belangrijk het inzicht in de eigen situatie is. Door beter inzicht kunnen zorgverleners makkelijker tegemoetgekomen aan de (professionele) ondersteuning die een mantelzorger nodig heeft. Vraag op tijd om hulp, want wie zorgt er voor de mantelzorger als deze overbelast is?

Afschaffing Wtcg

Dat de fysieke en mentale belasting van mantelzorgers vaak hoog zijn, bleek ook tijdens de afsluitende plenaire sessie. Er bestaat grote ongerustheid over de veranderingen die de overheid binnenkort in het zorgstelsel gaat doorvoeren. Op de dag voorafgaand aan deze bijeenkomst werd de Wet tegemoetkoming chronisch zieken en gehandicapten (Wtcg)

afgeschaft. Financiële tegemoetkomingen vallen hierdoor mogelijk weg. Een deel van deze tegemoetkomingen wordt straks in aangepaste vorm uitgegeven via de gemeenten. Hoe het geld precies gaat worden besteed en wat dit betekent voor de mantelzorg, is nu nog niet duidelijk.

Stem mantelzorg

Het Platform Belangenbehartiging Mantelzorg heeft als doel een luisterend oor te bieden aan mantelzorgers en de signalen die wij van hen krijgen over te brengen aan beleidsmakers, zorgaanbieders en belangenbehartigers. Wij hebben de scoreformulieren van de 3-minuten checks bestudeerd. Hieruit blijkt dat 35 procent van de aanwezige mantelzorgers goed kunnen omgaan met de belasting die de zorg met zich mee brengt. Helaas geldt dat niet voor de overige aanwezigen. Maar liefst 48 procent beoordeelt de zorg als zwaar en zelfs 12 procent als heel erg zwaar. Deze laatste groep mantelzorgers heeft dringend extra ondersteuning nodig bij het zorgen om niet overbelast te raken.

Als platform gaan we aan de slag met alle geuite problemen en ervaringen en natuurlijk met de scores van de 3-minuten-check. We zorgen ervoor dat we de stem van de mantelzorg op de juiste plekken laten klinken!