

> Jaarverslag Steunpunt voor Mantelzorgers en Ruggesteun 2017



› Waardering voor mantelzorgers en vrijwilligers



In 2017 is de waardering voor de mantelzorgers en vrijwilligers zowel in woorden als in daden weer tot uiting gebracht. Terecht, want de complexiteit van de hulpvragen in de thuissituatie neemt duidelijk toe. De taak van mantelzorgers wordt zwaarder en met name in onze Parkstad regio zien we de hulpvragen rondom mensen met onbegrepen gedrag (zowel GGZ problematiek al mensen met dementie) toenemen. Net deze doelgroep is gebaat bij respijtzorg, bij continuïteit in de aanwezigheid van de ondersteunende vrijwilliger en bij hetzelfde gezicht dat die ondersteuning biedt. Gelukkig heeft Ruggesteun nog steeds een hele grote groep vrijwilligers die deze ondersteuning biedt maar de wachtlijsten groeien en de vrijwilliger van tegenwoordig is minder bereid om afspraken in de agenda vast te leggen. Mensen willen graag wat doen voor een ander, maar willen zich liever niet binden en dus geen terugkerende afspraak maken. Begrijpelijk maar voor ons een enorme uitdaging. De waardering voor de vrijwilligers is groot. Zowel van de ontvangende hulpverleners als vanuit ons als organisatie.

Dat geldt natuurlijk ook voor de zorg die mantelzorgers in onze regio bieden. Vierentwintig uur per

“Vierentwintig uur per dag en zeven dagen per week voor een ander klaarstaan is geen sinecure”

dag en zeven dagen per week klaar staan is geen sinecure. Door onder andere de uitvoering van het mantelzorgcompliment is het aantal ingeschreven mantelzorgers verdubbeld! Er worden ieder kwartaal 4.500 exemplaren van ons blad 'Ruggesteuntje' verstuurd, zoveel mogelijk digitaal maar ook nog in grote hoeveelheden per post. Op die manier kunnen we mensen direct informeren over ons ondersteuningsaanbod.

Deskundigheidsbevordering voor mantelzorgers en vrijwilligers is een belangrijk item. De verschillende cursussen en trainingen zijn dan ook weer goed bezocht. Nieuw is de ontwikkelde multidisciplinaire cursus voor mantelzorgers waar een fysiotherapeut, een ergotherapeut en een mantelzorgconsulent een programma bieden om mantelzorgers fysiek, praktisch en emotioneel tools te geven om hun taak zo lang en zo goed mogelijk te kunnen uitvoeren.

Daarnaast zijn we in 2017 gestart met een nieuw cliëntregistratiesysteem, een noodzakelijk kwaad om de verantwoording naar onze subsidiegevers zo goed mogelijk te kunnen uitvoeren.

Kortom, 2017 is een jaar waarin we veel meer mantelzorgers hebben kunnen bereiken. Een jaar ook waarin we de organisatie nog beter op de kaart hebben kunnen zetten en we ons breed hebben kunnen profileren. Nu nog op zoek naar vrijwilligers die op hun manier het leven van de mantelzorgers even kunnen verlichten...

Angèle van Kastereen

› Het 'In voor Mantelzorgspel'

Spelenderwijs inzicht in samenspel tussen mantelzorgers en medewerker

In 2017 is het landelijke project 'In voor Mantelzorg' binnen de MeanderGroep afgerond. 'Het bondgenootschap van de toekomst' was de passende naam van dit door Vilans uitgezette project met als doel om de samenwerking tussen medewerkers en mantelzorgers op een meer gelijkwaardige manier vorm te geven. Een van de tools die daaruit is voortgekomen is het 'In voor Mantelzorgspel'.

"Als ik aankondig dat we een spelletje gaan doen zie je altijd eerst wat schroom" lacht Angèle van Kasteren van het Steunpunt voor Mantelzorg. "Maar dat gevoel slaat al heel gauw om in enthousiasme. Het geeft mensen de inzichten die nodig zijn om de gelijkwaardigheid in samenwerking beter te kunnen zien en uitvoeren. Op een speelse manier worden vragen en stellingen rondom de samenwerking besproken en dat levert levendige en verhelderende discussies op."

Pionnen en dobbelsteen

Het In voor Mantelzorgspel is ontworpen door een collega van Mossae Zorggroep, die dit tijdens het Vilans project heeft ontwikkeld. Angele vertelt: "Dat concept hebben we wat aangepast en verder doorontwikkeld en is nu een echt professioneel spel geworden, compleet met speelbord, vragenkaarten, pionnen en dobbelstenen. Het spel wordt bijvoorbeeld gespeeld tijdens bij gastlessen op

"Op een speelse manier worden vragen en stellingen rondom de samenwerking besproken"

beroepsopleidingen van Arcus en Zuyd Hogeschool, tijdens kenniscarroussels en tijdens andere bijeenkomsten, zoals onlangs in het Zuyderland ziekenhuis."

Huiskamergesprekken

In het kader van het project zijn in 2017 ook in verpleeghuis Lückerreide en de wijkzorgcentra Kling Nullet en Heereveld diverse huiskamergesprekken georganiseerd, die begeleid werden door een mantelzorgconsulent. De gesprekken hebben geleid tot meer familieparticipatie maar bovenal tot meer begrip voor de situatie van zowel de mantelzorgers als de medewerkers. "Al snel werd de conclusie getrokken dat beide partijen hetzelfde doel hebben: de beste kwaliteit van leven voor de bewoner", aldus Angele. "Die conclusie lijkt zo vanzelfsprekend maar de bewustwording daarvan heeft veel opgeleverd. We hebben veel energie gestoken in de introductie van het project, om zowel bij medewerkers als bij de mantelzorgers draagvlak te krijgen. Dat is gelukt. Mooi om te zien dat deze twee groepen zich op hetzelfde speelveld begeven en meer samen optrekken. Een win-win situatie voor beide partijen, om in spelletjes-termen te blijven."



Maatwerk in ondersteuning is belangrijk voor de kwaliteit van mantelzorg

› Consulent informele zorg Marjan Boumans over mantelzorgondersteuning

Het Steunpunt voor mantelzorg is in elke gemeente dé centrale voordeur voor alle mantelzorgers. Maar in elke regio worden op eigen wijze, in samenwerking met de gemeente, het beleid en de werkwijze bepaald. Zo ook in Parkstad, de regio van acht samenwerkende gemeenten in Zuid-oost-Limburg. De familievertrouwenspersoon geestelijke gezondheidszorg van de Landelijke Stichting Vertrouwen Personen is er al jaren actief en sinds september 2016 ook in het sociaal domein.

Maatwerk voor mantelzorgers

We vroegen Marjan Boumans van het steunpunt mantelzorg in Parkstad naar haar visie op de samenwerking in het sociaal domein: "Wij hebben altijd al goed contact gehad met de familievertrouwenspersoon ggz in onze regio. Nu de LSFVP op basis van subsidie de vertrouwenspersoon ook mag inzetten in het sociaal domein, is ons contact nog beter geworden. Als steunpunt werken we met meerdere organisaties samen die als specialist op hun terrein maatwerk kunnen leveren aan mantelzorgers die tegen problemen aan lopen. Onze kennis en kunde overlappen elkaar deels, maar dat maakt ons contact alleen maar beter. We hebben dezelfde basiskennis, kunnen daardoor een warme overdracht doen van de hulpvraag en weten ook wat de ander extra in huis heeft, waardoor we op tijd de juiste professional naar voren kunnen schuiven."

Meerwaarde familievertrouwenspersoon ggz

Mantelzorgers van mensen met psychiatrische problemen hebben het zwaar, zegt Boumans: "Vaak willen die mensen niet dat familie zich bemoeit met hun probleem en houden ze dat af. Maar als het misgaat, dan is diezelfde familie wel de eerste contactpersoon en de stabiele factor. Mantelzorgers moeten dan continu hun grenzen bewaken. Ze willen meeleven en hun naaste helpen. Ze wikken en wegen: wat moet ik doen, wat is verstandig?"

"Kennis van geestelijke gezondheidszorg (ggz) is belangrijk, want in het kader van privacyregels loop je als mantelzorger en professional nogal snel vast in het verkrijgen van informatie of van een ingang

bij hulpverleners. De familievertrouwenspersoon ggz kan informatie geven over het ziektebeeld, hoe ermee om te gaan en weet de ingangen. En ook erg belangrijk: mantelzorgers kunnen problemen in stand houden. Niet alleen de mantelzorger maar dus ook de cliënt is erbij gebaat dat mantelzorgers snel geholpen worden."

Verwarde personen in de wijk

"Een goede kennis van de 'sociale kaart' en dus van alle professionals rondom de cliënt en mantelzorger bij de sociale wijkteams is erg belangrijk," vindt Boumans. "Ze moeten onze hulp tijdig inroepen. We zijn helaas te klein om in al die teams aanwezig te zijn, dus zou het fijn zijn als zij ook aandacht hebben voor de situatie van de mantelzorger. Een doorverwijzing is al voldoende. Wij op onze beurt moeten natuurlijk investeren in onze relatie met de wijkteams, maar bovenal het contact zoeken met de mantelzorgers. We investeren veel in communicatie en zichtbaarheid. En laten zien waarvoor men terecht kan bij ons en onze partners, zoals de familievertrouwenspersoon ggz. Het voordeel is dat we zonder indicaties werken. We zijn laagdrempelig en hebben de mogelijkheid om snel iets in gang te zetten."

Overbelaste mantelzorgers

Boumans ziet veel mantelzorgers worstelen: "Soms kan een situatie zo ingewikkeld zijn dat een mantelzorger zegt 'ik kap hier helemaal mee'. Je ziet dat ze makkelijk overbelast raken, omdat ze hun naaste nooit helemaal willen en zullen loslaten en de zorg te complex is. Er moet nog veel gebeuren om de positie van de mantelzorger te versterken, want de druk op de mantelzorger is hoger geworden. Er gaat veel aandacht naar degene die ziek is, maar zelden naar wat een mantelzorger nodig heeft: hoe die vormgeeft aan de zorg en dat combineert met zijn of haar leven. Daar gaan we ons als steunpunt mantelzorg sterk voor maken. Net als de familievertrouwenspersoon ggz hebben wij een sterke positie om de zorg een kwaliteitsimpuls te geven."

Marjan Boumans is consulent informele zorg bij Ruggesteun en Steunpunt voor Mantelzorgers

'Lukt het, loopt het, leeft het'

› Praktische cursus voor mantelzorgers

In samenwerking met Ster*k fysiotherapeuten en de ergotherapie van Cicero heeft het Steunpunt voor Mantelzorgers Parkstad een brede cursus ontwikkeld voor mantelzorgers. Zowel fysieke, praktische als emotionele aspecten komen aan bod en de cursus is vraaggestuurd opgebouwd.

Aan de hand van de vragen 'lukt het, loopt het, leeft het' leert de mantelzorger dingen te doen én te gaan (over-)laten en wordt inzicht verkregen in het beter laten lukken, lopen en leven als mantelzorger.

Op een praktische manier wordt antwoord gegeven op alle dagelijkse problemen als mantelzorger. Soms is de deelnemer met kleine oplossingen geholpen, soms is een grote aanpassing nodig.

Hoe zet ik iemand in de rolstoel? Hoe zorg ik ervoor dat ik mijn eigen rug niet overbelast en welke hulpmiddelen zijn er om de mantelzorgtaken zo lang mogelijk te kunnen doen? Maar niet alleen praktische en fysieke aspecten spelen bij het volhouden van die taak een rol. De zorgen om degene waar je voor zorgt, het ervaren van minder vrijheid en het schuldgevoel wanneer de mantelzorger een keer iets voor zichzelf wil doen, zijn aspecten die veel druk opleveren. Hoe ga je daarmee om en hoe kun je toch de keuze maken voor jezelf; ook deze thema's komen aan bod.

Al met al een complete cursus die de mantelzorger zo goed mogelijk toerust voor zijn of haar taak.

De pilot heeft in 2017 plaats gevonden en is ingekocht door de gemeente Heerlen. De respons van de deelnemers was zeer positief.

**EN WIE VRAAGT
DE MANTELZORGER
HOE HET
MET HEM GAAT**

Loesje

› SGL neemt Buddyzorg Limburg over van MeanderGroep



Buddyzorg Limburg, sinds 2006 onderdeel van de MeanderGroep, wordt per 1 januari 2018 overgenomen door de Stichting Gehandicaptenzorg Limburg (SGL).

De reden van de overname is dat SGL, net als Buddyzorg Limburg, in de hele provincie actief is, terwijl de MeanderGroep dit met name in Parkstad is. Daarmee ontstaan nieuwe kansen voor Buddyzorg Limburg om nog meer zichtbaar te worden in de hele provincie. SGL heeft in veel van de 33 Limburgse gemeenten woon- of activiteitscentra waar voor medewerkers en vrijwilligers van Buddyzorg ook werkplekken aanwezig zijn. De verbinding van de vrijwilligers met de doelgroep van SGL (mensen met een lichamelijke handicap en mensen met NAH) levert ook veel kansen op voor beide partijen.

Buddyzorg Limburg is een provinciale maatschappelijk erkende vrijwilligersorganisatie.

Door de inzet van buddy's biedt zij sociaal emotionele ondersteuning aan chronisch en ernstig zieke kinderen, jongeren en volwassenen in hun thuissituatie. Daarnaast ondersteunt Buddyzorg Limburg kinderen, jongeren en volwassenen die aan obesitas lijden in hun weg naar een gezonde leefstijl. Een buddy begeleidt doelgericht en zet in op het verwerken van het ziek zijn en het hervinden van eigen mogelijkheden en kracht.

Buddyzorg Limburg gaat een nieuwe toekomst tegemoet bij SGL maar blijft lid van de netwerken informele steun in de regio's in Limburg. Het aanbod, de vrijwilligers en de doelgroep waarvoor ze werken blijven ongewijzigd.

› Yuri Konings (20) uit Landgraaf is ambassadeur voor de jonge mantelzorger



Een dagje weg of op vakantie. Voor de 20-jarige Yuri Konings uit Landgraaf zijn dat dingen die hij niet zomaar spontaan doet. Want de zorg voor zijn 24-jarige broer Darco komt op de eerste plaats. Van jongs af aan weet Yuri niet beter dan dat hij rekening houdt met zijn ernstig zieke broer. Toen hij gevraagd werd om ambassadeur te worden voor jonge mantelzorgers, nam hij die kans met beide handen aan. “Ik heb zoveel meegemaakt, als ik lotgenoten kan helpen, doe ik dat graag.”

Yuri vergeet het nooit. Hij was een jaar of tien en speelde buiten met zijn vriendjes toen hij zijn broer van achter het raam zag toekijken. “Ik wist niet hoe snel ik weer naar binnen moest. Als hij eenzaam was, voelde dat voor mij niet goed.” Yuri is niet anders gewend dan dat hij rekening houdt met zijn broer. Toen op 11-jarige leeftijd zijn ouders gingen scheiden, werden die zorgen alleen maar groter. “Ik hielp waar ik kon, net als mijn zus die toen al het huis uit was maar toch vaak bijsprong. Dat is altijd zo gebleven. De mentale zorgen zijn het grootst. Ik ga eigenlijk altijd met zorgen naar bed.”

“Ik ga eigenlijk altijd met zorgen naar bed”

Hartafwijking

Darco is geboren met het syndroom van Down. Als gevolg daarvan heeft hij een ernstige hartafwijking. De laatste zes jaar zit hij in een rolstoel. Verbaal kan hij zich moeilijk uiten. Yuri trekt zich zijn lot enorm aan. “Het blijft vreemd als mensen zeggen dat ze het ‘zo knap’ vinden wat ik doe. Ik zie dat helemaal niet zo, voor mij is dit vanzelfsprekend. Tegelijk krijg ik er ook zo ontzettend veel voor terug. Darco laat me bewust van dag tot dag leven. Hij laat me dingen relativeren. Als ik een moeilijke dag heb gehad op school en dan thuis kom, word ik altijd enorm uitbundig begroet. Dan zit hij te juichen op de bank als ik binnenkom en vallen gelijk alle zorgen van me af. Darco kan niet zonder mij, maar ik ook niet zonder hem.”

En toch realiseert Yuri zich dat die dag ooit gaat komen. De levensverwachting is dat Darco niet oud zal worden. “Als kind dacht ik daar niet over na. Mijn broer zou er gewoon altijd zijn. Als je ouder wordt, komt dat besef er natuurlijk wel. Een leven zonder Darco beangstigt me. Ik leef constant in onzekerheid. Hoe ziet mijn leven eruit als ik niet meer voor iemand hoeft te zorgen? Dat lijkt me zo’n enorm gat. Nu draait alles om Darco, er gaat niets normaal in ons gezin. Een boodschap doen bijvoorbeeld vergt een hele organisatie. Hij kan niet alleen thuis blijven, maar als hij meegaat is dat ook lastig. Niet alleen een heel gedoe de rolstoel in en uit de auto te krijgen, maar hij heeft ook nog weglopdrang. De kleinste dingen die voor iedereen vanzelfsprekend zijn, vergen in ons gezin een hele aanpassing.” Over de toekomst denkt Yuri bewust niet teveel na. “Ik ben nu nog bezig met mijn studie verpleegkunde. Mijn droom is op een ambulance te werken. Ik zou best nu al op mezelf willen gaan wonen, maar dat geen optie. Ik ben ervan overtuigd dat het moment zich ooit vanzelf aandient.”

Ambassadeurschap

Het feit dat Yuri zijn ambassadeurschap omarmt is omdat hij vindt dat er te weinig is voor jonge

mantelzorgers. “Ik heb altijd de behoefte gehad om met jongeren te spreken die in een zelfde situatie zaten, maar ik wist ze nooit te vinden. Via de Facebookpagina Lotje & Co kwam ik onlangs in contact met Femke die een boek over dit thema schreef. Ik heb daar, samen met een aantal andere jongeren ook een bijdrage aan geleverd. Dit boek ‘Ik ben er nog’ is nu te koop via Bol.com. Door ambassadeur te zijn hoop ik anderen in een soortgelijke positie te kunnen helpen. Als je jong bent, en je hebt zoveel zorgen, dan ontwikkel je je niet zoals leeftijdgenoten. Je hebt geen ruimte om te puberen, je grenzen te ontdekken... Ik krijg ook steevast twee vragen gesteld: hoe gaat het met je broer? En: het zal wel zwaar zijn voor je ouders? Maar ik heb zelf ook zoveel meegemaakt in dit kader dat ik hoop met mijn ervaring anderen te kunnen helpen. Of ze nu voor een broer, zus of ouder zorgen. Ik was zelfs een periode erg depressief. En tegelijk was het Darco die me er uit wist te halen. Je zit constant in tweestrijd. Je wilt iets, maar het kan niet. Je voelt iets, maar je wilt het tegelijk niet voelen. En toch.. als ik erover nadenk wat me echt gelukkig maakt, dan zijn het de simpele dingen. De lach van Darco 's ochtends vanuit zijn slaapkamer, een beter begin van de dag is er niet...”

Speciale activiteiten voor jonge mantelzorgers

Eén op 4 jongeren in het voortgezet onderwijs is mantelzorger. Toch hoor je daar zelden iets over. Zowel Steunpunt voor Mantelzorgers Parkstad en Schinnen als Steunpunt Mantelzorg Zuid (Maastricht, Heuvelland en Stein) hopen daar met de hulp van Yuri als ambassadeur verandering in te brengen. Door bijeenkomsten te organiseren waarin jonge mantelzorgers tussen de 7 en 25 jaar elkaar kunnen ontmoeten in combinatie met leuke activiteiten of gastlessen op scholen. “We hopen dat Yuri de jonge mantelzorger letterlijk een gezicht geeft”, aldus beide organisaties, die hierin gezamenlijk optrekken.

Fragment uit Hé, ik ben er nog

“Ato” hoe hij zichzelf ook wel noemt....

Misschien klinkt het voor sommige raar of gek, maar ato is een heel speciaal woord voor mij, misschien wel het mooiste woord dat bestaat. In de inmiddels 23 jaar dat hij bij ons mag zijn, is “Ato” altijd “Ato” gebleven.

Als ik aan mijn broer denk galmt het woord “Ato” altijd door mijn hoofd.

Je zou het kunnen zien dat “Ato” Darco maakt hoe hij is en wie hij is...



› Jaar rapportage CIZOP 2017

	nieuwe mantelzorgers 2017	ingeschreven mantelzorgers	nieuwe hulpvragen (Ruggesteun)	actieve zorginzetten (Ruggesteun)	wachlijst hulpvragers (Ruggesteun) op 31 12 2017	nieuwe vrijwilligers	actieve vrijwilligers	inzeturen vrijwilligers
Brunssum	133	867	38	136	30	9	24	2680
Heerlen	563	2258	81	170	29	6	23	3638
Kerkrade	763	1513	40	152	22	4	40	3728
Landgraaf	146	588	31	85	6	4	38	2539
Nuth	89	278	32	32	4	4	14	1179
Onderbanken	19	123	3	8			2	
Schinnen	76	189						
Simpelveld	24	187	10	29	5	1	17	1231
Voerendaal			5	25	5		16	1105
Parkstad			1	15	12	2	14	
Buiten Parkstad	99	292					6	
Totaal	1912	6295	241	652	113	30	194	16100

› Toelichting cijfers jaarrapportage 2017:

Nieuwe mantelzorgers:

Het aantal nieuw aangemelde mantelzorgers

Ingeschreven mantelzorgers:

Alle mantelzorgers die zijn ingeschreven bij het steunpunt mantelzorg.

Nieuwe hulpvragen Ruggesteun:

De ontvangen nieuwe hulpvragen in 2017.

Actieve zorginzetten Ruggesteun:

De lopende ondersteuning in 2017.

Wachlijst hulpvragers:

Mensen die ondersteuning vragen maar waarvoor geen geschikte vrijwilliger beschikbaar is.

Aantal nieuwe vrijwilligers:

Aantal nieuwe gestarte vrijwilligers

Aantal actieve vrijwilligers:

Aantal vrijwilligers die een zorginzet hebben in 2017

Inzeturen vrijwilligers:

Daadwerkelijk aantal gedeclareerde, dus ingezette, zorguren in 2017

Deelnemers cursussen:

Vrijwilligers én mantelzorgers die deelgenomen hebben aan een cursus.

Steunpunt voor Mantelzorgers en Ruggesteun

deelnemers cursussen (mantelzorgers)	bezoekers inloopbijeenkomsten (Steunpunt)	bezoekers gastlessen Steunpunt	deelnemers wijkbijeenkomsten vrijwilligers	deskundigheds- bevordering vrijwilligers	bezoekers act. Middag kinderen met beperking
4	992	203	122	5	20
73	294		72	10	60
20	500		114	11	60
16	204		146	17	20
	251		56		
	85				
	102				
14	144	50	72	6	
			59	2	
	14		252	64	20
127	2586	253	893	115	180

* Wijkbijeenkomsten: VPTZ, Parkstad en Wijkcoördinatoren, bijeenkomsten (Parkstad)

** cursus dementie(2/4dd), Basiscursus VPTZ (5dd), Cursus assertiviteit (4 dd), Cursus omgaan met dementie (4 dd), Cursus eigen kracht (2 dd)

*** cursus omgaan met dementie(6dd), GGZ(4dd), voorbij de zorg..(4 dd), lotgenoten (6 dd), multidisciplinaire(6dd), assertiviteit (4dd), eigen kracht (2 dd)

Deelnemers wijkbijeenkomsten:

Aantal vrijwilligers die acht wekelijkse wijkbijeenkomsten met intervisie hebben bijgewoond.

Bezoekers inloopbijeenkomsten Steunpunt:

Aantal bezoekers van de inloopbijeenkomsten

Bezoekers activiteitenmiddagen:

Aantal bezoekers die activiteitenmiddagen hebben bijgewoond.

Activiteitenmiddag kinderen met een beperking:

Aantal malen dat kinderen de activiteitenmiddag hebben bezocht (geen unieke bezoekers)

Bezoekers gastlessen:

Aantal kinderen en jongeren die de gastlessen op scholen hebben bijgewoond.

Bezoekers lezingen steunpunt:

Aantal bezoekers die lezingen en presentaties van het steunpunt hebben bijgewoond.

Cursus mantelzorg en dementie:

Aantal cursisten die totale cursus hebben bezocht.

Scholing vrijwilligers:

Aantal vrijwilligers die de scholingsbijeenkomsten hebben bijgewoond.

› Overzicht bijgewoone en georganiseerde bijeenkomsten in 2017

In de gemeente **Heerlen** is in 2017 ingezet op het werven van nieuwe vrijwilligers, het verbinden van de organisaties voor informele steun in het Netwerk Informele Steun Heerlen en zijn extra gastlessen gegeven om het thema mantelzorg bij kinderen en jongeren onder de aandacht te brengen. Er zijn presentaties gehouden bij het Alzheimer café Heerlen, de zorgacademie Parkstad en de commissie mantelzorg in de Luciushof. Er zijn groepen gedraaid voor mantelzorgers en GGZ problematiek in samenwerking met Levanto vrijwilligers en met Mondriaan.

Er is informatie gegeven tijdens op de 'Open Koffie' bijeenkomsten in Hoensbroek. Er is in samenwerking met Cicero en S*terk Fysiotherapeuten een multidisciplinaire cursus aangeboden aan de mantelzorgers van Heerlen.

Er is een presentatie rondom mantelzorg verzorgd in de lezingencyclus 'Café Toon Doodgewoon' van het Toon Hermans Huis Parkstad rondom palliatieve zorg.

Namens de mantelzorgers wordt structureel deelgenomen aan de kerngroep van het 'Contract met de samenleving' van Zuiderland.

In de gemeente **Kerkrade** werd het WMO platform structureel bezocht en werden presentaties rondom vrijwilligerswerk en het thema 'eenzaamheid' verzorgd voor de HBH medewerkers in het kader van het project 'eenzaamheid'.

In de gemeente **Brunssum** is voor het derde achtereenvolgende jaar het activiteitenplan van het addendum informele zorg uitgevoerd in samenspraak met gemeente, CMWW en SMO raad. Er zijn gastlessen gegeven rondom het thema mantelzorg bij alle groepen 7 van de basisscholen in de gemeente. De WWZ teams zijn bezocht.

In de gemeente **Onderbanken** wordt deelgenomen aan het WWZ team, is regelmatig contact met de zichtbare schakel en het CMWW.



› Deskundigheidsbevordering 2017

- Basiscursus nieuwe vrijwilligers
- Basiscursus dementie voor vrijwilligers
- Lezing 'Mentorschap, het levenstestament en bewindvoering'
- Documentaire: "Voor het te laat is" over euthanasie en dementie
- Film 'Jouw hoofd in mijn handen'
- Film 'Ger, mijn hoofd in eigen hand'
- Lezing over valpreventie
- Lezing 'Zelfregie en eigen kracht'
- Lezing 'Positieve gezondheid'

In de gemeente **Simpelveld** is de cursus 'mantelzorg en dementie' twee maal gegeven in samenwerking met de casemanager dementie. De gastlessen zijn uitgevoerd en er is een betrokkenheid bij de activiteit voor jonge mantelzorgers die wordt uitgevoerd door Alcaender. Er is een presentatie verzorgd voor het maatwerkteam en het gehandicaptenplatform. Er is een informatiestand verzorgd op de zorgmarkt.

In de gemeente **Landgraaf** is veel aandacht besteed aan het versterken van het Netwerk Informele Steun. Vanuit het netwerk is de verbinding met Horizon versterkt en wordt GGZ casuïstiek besproken en verdeeld tussen de organisaties Ruggesteun en Horizon.

In de gemeente **Voerendaal** zijn vrijwilligers ingezet en worden de vrijwilligers van de wijksteunpunten gefaciliteerd.

In de gemeente **Nuth** is deel genomen aan de werkgroep informele zorg en mantelzorgondersteuning er is uitvoering gegeven aan het uitvoeringsplan 2017. Er is een samenwerkingsproject rondom mantelzorg gestart in samenwerking met Radar en er is een bijeenkomst gehouden voor huisartsen en POH's.

In de gemeente **Schinnen** zijn presentaties verzorgd voor de KBO Doenrade, het maatwerkteam in de Koetleboet en 'Zij Actief' van Schinnen.

Gemeente overschrijdend op **Parkstad** niveau is er deelgenomen aan het netwerk palliatieve zorg, de ketenzorg dementie en mantelzorgondersteuning, en het partnerschap sociaal domein. Er zijn presentaties verzorgd voor Zuyd (HBO opleiding verpleegkunde en opleiding Social Work) en het LOC Arcus (niveau 3 IG). Er is deelgenomen aan de werkgroep jonge mantelzorgers van het Huis voor de Zorg.

Er is een informatiestand verzorgd op de 'Parkstad Zorgt' beurs en er zijn presentaties verzorgd voor meerdere afdelingen van de ANBO, KBO en Zij Actief.

Met betrekking tot **onderzoek** is deelgenomen aan het onderzoek 'Verpleeg(t)huis'. Het project 'In voor mantelzorg' is in 2017 verder uitgerold binnen de MeanderGroep binnen Kling Nullet en Heereveld.

In 2017 is de **basiscursus VPTZ** (vrijwillig palliatieve thuis zorg) gegeven aan 12 vrijwilligers vanuit het Hospice Kerkrade en Ruggesteun. ■

› Jaaroverzicht

Collectieve ondersteuning

Cursus lotgenoten dementie (mantelzorg)
 Lotgenotencontact groep algemeen
 Lotgenotencontact groep assertiviteit
 Gastlessen voor jonge Mantelzorgers
 Presentaties voor verschillende doelgroepen
 Inloopbijeenkomsten
 Cursus / training voor vrijwilligers

- Basistraining nieuwe vrijwilligers
- Thema scholingen
- Specialisatie training VPTZ / dementie

 Wijkbijeenkomsten voor vrijwilligers
 Activiteitenmiddag

Individuele ondersteuning

Intakegesprek mantelzorger
 Intakegesprek nieuwe vrijwilliger en hulpvrager
 Huisbezoeken door vrijwilligers

- Respijtzorg
- Zorg aan hulpbehoevende ouderen (voor-komen sociaal isolement, empowerment)
- VPTZ
- Respijtzorg bij dementie

 Makelaarschap / PGB
 Bureaubezoeken
 Matching vrijwilliger / zorgvrager
 Ziekenhuisbegeleiding

Colofon

Redactie:

Angèle van Kasteren
Carolien Beaujean

Cizop maakt
onderdeel uit van

Fotografie:

Marjo Konings
Henry Peeters



Steunpunt voor Mantelzorgers Parkstad Limburg en Ruggesteun

Bezoekadres:

Minckelersstraat 2
63 72 PP Landgraaf

Postadres:

Postbus 2690
6401 DD Heerlen

Telefoon: 045-211 40 00

www.ruggesteun.nl

www.mantelzorgparkstad.nl

