



JAARVERSLAG

Steunpunt voor Mantelzorgers Parkstad en Ruggesteun

2019



Voorwoord

Verbinden is het centrale thema



In 2019 is verbinden opnieuw een centraal thema gebleken. De verbinding tussen de formele en de informele zorg heeft de afgelopen jaren al veel aandacht gekregen. In 2019 zijn de verschillende samenwerkingsverbanden nog sterker neergezet om de ondersteuning zo efficiënt mogelijk te kunnen organiseren. Zo is in samenspraak met de collega's van Sterk Fysiotherapie en Cicero Ergotherapie wederom de multidisciplinaire cursus voor mantelzorgers verzorgd. Ook in de verschillende netwerken informele steun is de verbinding weer versterkt. Op die manier worden wachtlijsten besproken en vrijwilligers die solliciteren op de voor hen meest passende plek ingezet.

In de gemeente Heerlen is in samenspraak met de gemeente en met de verschillende aangesloten organisaties de opzet gemaakt voor een gezamenlijk visiedocument over de informele zorg. Daar denken we samen na over het vraagstuk: "Waar zijn we nu als het gaat om de informele zorg en wat hebben we al bereikt? Maar ook: waar zouden we over vijf jaar moeten zijn en hoe komen we daar?"

Door het verbinden van de informele zorg met de gemeenten én met de formele zorg denken we sterker en duurzamer ondersteuning te kunnen bieden aan alle mantelzorgers in de Parkstad regio en aan alle vrijwilligers die zich in dit domein dag in dag uit belangeloos inzetten voor de ander.

Ook vijf gemeenten hebben besloten om gezamenlijk te subsidiëren maar ook om een gezamenlijke basis te leggen voor beleid rondom de ondersteuning van mantelzorgers en vrijwilligers. En dat met voldoende ruimte om de eigen 'couleur locale' toe te passen, iets wat voor de gemeenten zeer belangrijk is.

"Waar zouden we over vijf jaar moeten zijn en hoe komen we daar?"

Het is fantastisch om te merken dat deze gezamenlijkheid duidelijk wordt gevoeld waardoor de efficiëntie voor onze organisatie enigszins is toegenomen. Ook gaan we steeds meer sámen alle uitdagingen aan die op ons pad komen. Bijvoorbeeld: de ervaren gezondheid van de bevolking in onze regio. De vergrijzing en de krimp. De toename van het aantal hulpvragen, op het gebied van kwantiteit maar zeker ook op het gebied van de complexiteit. De afname van het aantal vrijwilligers die de bereidheid hebben om één op één ondersteuning te bieden in de thuissituatie.

Al met al componenten die ervoor zorgen dat de verwachtingen die de overheid heeft als het gaat om de inzet van mantelzorgers en vrijwilligers, hoger zijn dan waar wij in Parkstad op dit moment aan kunnen voldoen. Toch zien we dat het delen van deze problemen, in de verbindingen tussen formele en informele zorg maar ook tussen de organisaties en de gemeenten onderling, maken dat we er sámen voor gaan. Samen met de mantelzorgers en de vrijwilligers. In 2019 is de basis daarvoor nog verder verstevigd. Een mooi uitgangspunt voor het nieuwe jaar met alle uitdagingen van dien.

Angèle van Kasteren
Manager CIZOP

Deskundigheidsbevordering 2019

In 2019 is de deskundigheidsbevordering voor vrijwilligers op een andere manier opgezet. Eerdere jaren werd maandelijks een lezing of workshop georganiseerd waar vrijwilligers facultatief aan konden deelnemen. We zagen echter het aantal deelnemers fors afnemen. Bij navraag blijkt dat de agenda's al te vol zitten. Veel vrijwilligers hebben al twee hulpvragers die ze bezoeken en zijn daarbij zelf ook nog mantelzorger en / of hebben een eigen gezin. Het vrijwilligerswerk levert hen voldoende extra energie op maar de maandelijks extra bijeenkomsten, naast de wijkbijeenkomsten waar men interview ontvingt, worden vaak afgezegd.

Om die reden is in 2019 voor een andere opzet gekozen waarbij er drie zogenaamde kwaliteitsdagen zijn georganiseerd in nauwe samenwerking met de LevantoGroep Vrijwilligers. Van beide organisaties zijn de vrijwilligers uitgenodigd en het programma is dan ook geheel in samenspraak met elkaar vormgegeven.

Tijdens deze dagen die van 11.00 tot 15.30 uur plaatsvonden, werd een gevarieerd scholingsprogramma geboden in de vorm van workshops, lezingen of interactieve werkvormen. Er werd een lunch geserveerd waardoor mensen zoveel mogelijk ontzorgd werden en de gelegenheid kregen om samen bij te praten.

De kwaliteitsdagen werden als volgt vormgegeven:

5 februari: Positieve Gezondheid 35 deelnemers

Introductie over het gedachtengoed van positieve gezondheid met workshops rond de thema's:

- Hoe breng ik het netwerk in kaart?
- De kracht van het positief denken en het gebruik van gedachtenschema's.
- Het mantelzorgspel.
- Weet wat je eet: informatie over gezonde voeding.

4 juni: Samenwerken in de zorg 56 deelnemers

Zes collega's uit de zorg (te weten: een casemanager dementie, een praktijkondersteuner van de huisarts, een WMO consulent, een GTB medewerker, een zichtbare schakel en een ervaringsdeskundige van de LevantoGroep) geven allen een pitch over hun werkzaamheden. Op die manier worden vrijwilligers geïnformeerd over wie nu wat doet in de zorg.

Er is een KAHOOT quiz georganiseerd naar aanleiding van de pitches waarbij de aanwezigen op een interactieve manier vragen konden beantwoorden. In de middag is er met de methodiek van 'over de streep' met elkaar gediscussieerd over de grenzen aan vrijwilligerswerk.

1 oktober: Communicatie en omgaan met grenzen 21 deelnemers

In de ochtend is met behulp van een acteur verschillende casuïstiek uitgebeeld waarbij de vrijwilligers op een interactieve manier betrokken zijn bij het spel. In de middag is een open discussie gehouden over het stellen van grenzen en hebben ervaringsdeskundigen van de LevantoGroep hun eigen verhaal gedeeld.

Jonge mantelzorgers

Het taboe rondom het thema jonge mantelzorgers bestaat nog steeds. Om dit te doorbreken worden in verschillende gemeenten gastlessen gegeven over het thema.

In de gemeente Simpelveld worden de gastlessen al jaren verzorgd waardoor de connectie van de consulent van het Steunpunt met de scholen laagdrempelig en vertrouwd is. De welzijnsorganisatie Impuls verzorgt een activiteit voor jonge mantelzorgers waardoor er mogelijkheid is samen leuke dingen te ondernemen en lotgenotencontact laagdrempelig wordt vormgegeven. Ook tussentijds is er contact tussen de scholen en de consulent en eventuele verwijzingen vinden gemakkelijk plaats.

In de gemeente Landgraaf zijn in 2019 eveneens gastlessen gegeven. In samenwerking met Welsun zijn afspraken gemaakt om de intern begeleiders van de basisscholen van Movare in Landgraaf uit te nodigen om naar een informatiemiddag te komen over het project 'jonge mantelzorgers'.

Omdat het curriculum vaak al vol gepland is, hebben vijf scholen moeten afzien van deelname. In vier scholen zijn de 11 gastlessen verzorgd. Er waren 30 - 32 kinderen per klas aanwezig.

Tijdens de les kwam naar voren dat de kinderen vooraf niet wisten wat mantelzorg inhoudt. De les werd als leerzaam ervaren en het wordt als 'mooi' gezien dat men elkaar helpt als het nodig is. Ook docenten hebben wat meer inzicht gekregen in het thema.

Vrijwilliger Geert Verriet:

“Ik heb nog genoeg tijd over om te golfen”

Geert Verriet is vrijwilliger bij Ruggesteun in Landgraaf. Hij heeft net een mooie inzet afgesloten. Hij was gekoppeld aan een oude heer die honderd jaar was en recent is overleden. “Weet je dat ik hem echt mis?” zegt hij als reactie op zijn overlijden. “Ik heb vooral geluisterd. Hij kon veel verhalen vertellen over zijn werk bij de staatsmijnen en over zijn liefde voor muziek. En we gingen altijd wandelen. Ondanks zijn hoge leeftijd kon hij met een stok nog best goed uit de voeten. Dan was er altijd eerst wat gesputter en gebrom maar als we dan toch naar buiten gingen dan genoot hij daar nog intens van.” Op de vraag wat deze inzet voor hemzelf betekend heeft, zegt Geert: “Je leert een man kennen, licht dementerend maar met een rijk verleden waarover hij graag vertelt. Over zijn carrière en het leven in de jaren vijftig en zestig. Een interessante persoon die, als de oorlog niet was uitgebroken, zijn creatieve muzikale kant had willen ontwikkelen. Je stapt, samen met hem, in zijn ‘oude wereld’ en dat vind ik fantastisch. Daarnaast waren hij en zijn familie zo ontzettend dankbaar voor mijn aanwezigheid. Ik voelde dat ik echt wat betekende voor hem en dat gaf mij een goed gevoel. Dat is waar ik het voor doe.”

Geert komt uit ‘Holland’ zoals hij dat zelf zegt en was benieuwd of hij met het vrijwilligerswerk in Limburg wel ‘binnen kon komen’ bij de Limburgers. Dat bleek geen enkel probleem. Het luisteren is het belangrijkste. “Als ik iets over mezelf vertelde dan wist hij het gesprek snel weer naar hemzelf te keren. Daar heb ik nooit moeite mee gehad. Je komt als vreemde en je hoeft geen oordeel te hebben. Ik accepteerde hem zoals hij was. Dat waardeerde hij zeer.”



Op mijn vraag of Geert nog tips heeft voor andere vrijwilligers of voor ons als organisatie zegt hij: “De klik, de match, daar gaat het om. Als die er niet was geweest en als ik er voor mezelf niet zoveel uit had kunnen halen, was het misschien anders gelopen. Zowel voor mij maar ook voor mijn cliënt. Ik had geen enkele ervaring in de zorg en zeker niet met dementie maar ben er open in gegaan. Kijken wat er komt en daarop anticiperen. Vooral niet teveel beren op de weg zien dat heeft voor mij goed gewerkt. En zet mensen die beschikbaar zijn, zo snel mogelijk in. Uiteraard moet de match er zijn maar als mensen te lang moeten wachten op een inzet dan haken ze af”.

Geert is met pensioen maar heeft het nog drukker dan toen hij nog werkte. “Ik krijg veel terug voor dat vrijwilligerswerk” zegt hij “maar ik heb ook nog genoeg tijd om te golfen”.

Tekst: Angèle van Kasteren

Vrijwillig Palliatieve Thuis Zorg (VPTZ)

Vrijwillig palliatieve thuis zorg wordt uitgevoerd door vrijwilligers die hiervoor een speciale basiscursus hebben gevolgd. Deze cursus wordt door Ruggesteun gemiddeld twee maal per jaar aangeboden voor de vrijwilligers van Ruggesteun en van hospice de Vlinderhof in Kerkrade.

De vrijwilligers van Ruggesteun van deze specifieke groep, hebben het afgelopen jaar 49 mensen in de laatste levensfase begeleid waarbij de inzet in 95% van de gevallen gebaseerd was op respijtzorg. Hier-

door kan de mantelzorger even tijd voor zichzelf nemen of het slaapttekort inhalen.

De verwijzingen komen veelal van de palliatief consulenten met wie een intensieve samenwerking bestaat.

De cursus VPTZ werd in 2019 twee maal intern georganiseerd en daaraan hebben 24 vrijwilligers deel genomen. Twee maal werd de cursus op vraag van collega-vrijwilligersorganisatie ‘De Brug’ in de Westelijke Mijnstreek in company ingekocht.

De grenzen aan een organisatie

Ruggesteun en het Steunpunt voor Mantelzorgers Parkstad zijn sinds 2009 onderdeel van de Meander-Groep. Voordien waren het afzonderlijke stichtingen met een eigen bestuur. Sinds 2009 zijn de diensten die we bieden aanzienlijk uitgebreid: zowel in aantal, als in professionaliteit. Dankzij de aanhaking bij een formele zorgorganisatie is er sprake van gedegen kwaliteitsbeleid dat door middel van een PDCA cyclus verder wordt ontwikkeld. Dat heeft geresulteerd in een ISO certificering die tweejaarlijks wordt getoetst. Daar zijn we trots op, maar de ontwikkeling van de organisatie met de noodzakelijke professionaliteit, kost ook geld.

Mantelzorgers en vrijwilligers krijgen de ondersteuning die ze nodig hebben en omdat we uit de zorg komen, zeggen we geen 'nee'. De kosten zijn de afgelopen jaren als gevolg van CAO wijzigingen en de grotere vraag door toename cliënten fors gestegen. In 2019 is dat sterk voelbaar geweest en dankzij MeanderGroep die het verlies heeft gedragen, bestaan we nog.

In dit jaarverslag willen we eenmalig deze trend zichtbaar maken. Niet om te klagen maar om aan te geven dat er een grens is bereikt en dat we in 2020 wellicht keuzes moeten gaan maken in de dingen die we wel nog kunnen doen en de dingen die we niet meer doen. Uiteraard in samenspraak met de financiers maar toch. We klagen niet snel maar er wordt ook vaker door de financier gezegd: "Maak het probleem vaker bespreekbaar" of "Geef maar aan wat het probleem is". In dit overzicht willen we cijfermatige onderbouwing geven over de groei. Dat heeft uiteraard ook te maken met de inschrijvingen die gerelateerd zijn aan de uitvoering van het mantelzorgcompliment. Maar hieruit komen ook aanzienlijk meer begeleidings-trajecten voort. Echter: het budget is de afgelopen jaren nauwelijks gegroeid en de formatie is ongewijzigd gebleven.

	Ingeschreven mantelzorgers	Aantal huisbezoeken	Aantal bezoekers inlopen	Aantal actieve vrijwilligers
2011	2472	273	957	205
2012	2714	182	1314	163
2013	2444	385	1697	226
2014	1542	440	1261	173
2015	2366	653	1491	217
2016	4524	719	1369	228
2017	5642	693	1789	209
2018	7145	697	1765	195
2019	8630	654	2079	191

Veel vraag naar ziekenhuisbegeleiding

In 2019 zijn 145 ziekenhuisbegeleidingen uitgevoerd door 12 vrijwilligers van Ruggesteun die zich op afroep beschikbaar stellen om deze begeleiding te bieden. In de maanden mei tot en met september zijn de meeste aanvragen gedaan en de meeste inzetten uitgevoerd.

Werkende mantelzorgers hebben behoefte aan ondersteuning op maat

In 2019 zijn in totaal 63 werkende mantelzorgers begeleid. Werkende mantelzorgers hebben behoefte aan informatie en ondersteuning 'op maat'. De ondersteuningsvragen hebben vaak te maken met communicatie met de werkgever en met financiën. Daarnaast wordt vaker onafhankelijke cliëntondersteuning gevraagd, bijvoorbeeld tijdens het voeren van een keukentafelgesprek. De huisbezoeken aan werkende mantelzorgers worden in de avonden uitgevoerd. Uit navraag blijkt er geen behoefte aan een lotgenotengroep specifiek voor werkende mantelzorgers. Vaak is er sprake van een goed sociaal netwerk en weegt het effect van een lotgenotengroep niet op tegen de al spaarzame tijd die de werkende mantelzorger heeft.

Bij verschillende (grote) bedrijven in Parkstad, waaronder Arriva, de belastingdienst, MeanderGroep en het CBS, is het aanbod van het Steunpunt Mantelzorg bekend en worden regelmatig mantelzorgende medewerkers verwezen. Eind 2019 is contact gelegd door het UWV om ook hier het thema mee vorm te gaan geven. Deze actie wordt in 2020 verder uitgewerkt. In 2019 zijn ook de werkende mantelzorgers van MeanderGroep benaderd rondom de Dag van de Mantelzorg. Met een laagdrempelige actie hebben 14 collega's zich gemeld met vragen rondom werken en mantelzorg. Er zijn drie begeleidingstrajecten extra uit voort gekomen.

Extra activiteiten vrijwilligers en mantelzorgers 2019

Jaarlijks worden voor de vrijwilligers van Ruggesteun diverse activiteiten georganiseerd om de sociale component van het vrijwilligerswerk te bevorderen. Met name omdat vrijwilligers één op één in de thuissituatie worden ingezet is dit voor hen belangrijk. Een maal per acht weken wordt de wijkbijeenkomst georganiseerd waar een thema wordt besproken en in de vorm van intervisie casuïstiek anoniem wordt belicht. Daarnaast wordt er ook gelegenheid geboden om samen leuke dingen te doen.



Voor de vrijwilligers is 2019 gestart met een nieuwjaarsbijeenkomst waar naast een terugblik ook een vooruitblik is gegeven op de voorgenomen activiteiten van het nieuwe jaar. Er zijn 55 vrijwilligers aanwezig geweest. In 2019 is een uitstapje georganiseerd naar het Continium waar na ontvangst met

koffie en vlaai het museum kon worden bezocht. Hier namen 85 vrijwilligers aan deel. Het jaar werd afgesloten met een feestelijke Kerstbrunch bij van der Valk in Heerlen. Hier hebben 110 vrijwilligers erg van genoten.

Voor de mantelzorgers werd naast het reguliere aanbod samen met de gemeente een feestelijke bijeenkomst ter ere van de Dag van de Mantelzorg georganiseerd. In GaiaZOO werd een grootse Quiz georganiseerd voor de mantelzorgers van de gemeenten Heerlen, Landgraaf, Brunssum, Simpelveld en Voerendaal. Hier namen 165 mensen aan deel. De gemeente Kerkrade organiseerde twee theatervoorstellingen in de middag en de avond die werden bezocht door ongeveer 700 mensen, zowel mantelzorgers, hun verzorgde en vrijwilligers. De gemeente Beekdaalen organiseerde een waarderingsavond die in totaal door 106 mensen werd bezocht.

Er werd een attentie uitgereikt namens het Steunpunt Mantelzorg als kleine dankbetuiging voor de inzet van het afgelopen jaar: een winters boekje met tips, recepten en quotes.



Jaarrapportage CIZOP 2019

	Nieuwe mantelzorgers	Ingeschreven mantelzorgers	Nieuwe vrijwilligers	Nieuwe hulpvragen	Actieve zorginzetten	Uitgeschreven hulpvragers	Wachtlijst hulpvragers	Aantal actieve vrijwilligers	Deelnemers kwaliteitsdagen vrijwilligers	Deelnemers cursussen mantelzorgers en vrijwilligers	Deelnemers wijk-bijeenkomsten vrijwilligers	Aantal gastlessen per klas	Bezoekers inloop-bijeenkomsten mantelzorgers
Beekdaelen totaal	162	780	2	21	50	18	9	21	0	11	49	0	358
Beekdaelen	162	259	2	19	16	14	0	21	0	11	0	0	150
Nuth	0	252	0	2	32	4	9	0	0	0	49	0	159
Onderbanken	0	110	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	41
Schinnen	0	159	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	8
Brunssum	145	1046	1	43	82	39	27	25	0	13	79	0	178
Heerlen	212	2684	19	78	161	68	63	31	0	47	50	0	119
Kerkrade	272	1991	6	47	105	34	15	42	0	3	91	0	1195
Landgraaf	196	1014	8	48	73	41	15	38	0	17	88	0	141
Simpelveld	18	207	1	13	27	6	3	13	0	15	47	8	88
Voerendaal	8	100	2	12	40	19	5	18	0	5	54	0	0
Parkstad	0	0	0	0	0	0	14	0	110	4	68	0	0
Buiten Parkstad	53	295	1	0	1	0	0	5	0	0	0	0	0
Totaal	1066	8117	40	262	539	225	151	193	110	115	526	8	2079

Toelichting cijfers jaarrapportage 2019

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 2019.

Actieve zorginzetten Ruggesteun:

De lopende ondersteuning in 2019.

Uitgeschreven hulpvragers:

Afgesloten hulpvragen door verschillende oorzaken.

Wachtlijst 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 2019.

Deelnemers cursussen mantelzorgers en vrijwilligers:

Vrijwilligers én mantelzorgers die deelgenomen hebben aan een cursus.

Deelnemers wijkbijeenkomsten:

Aantal vrijwilligers die acht wekelijkse wijkbijeenkomsten met intervisie hebben bijgewoond.

Bezoekers inloopbijeenkomsten Steunpunt:

Aantal bezoekers van de inloopbijeenkomsten.

Bezoekers lezingen mantelzorgers en vrijwilligers:

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

Aantal gastlessen:

Aantal klassen die bezocht zijn waar gastlessen rondom het thema mantelzorg zijn gegeven.

Bezoekers kwaliteitsdagen:

Aantal vrijwilligers die deelgenomen hebben aan de drie scholingsdagen.

Colofon

Redactie:

Angèle van Kasteren
Carolien Beaujean

Cizop maakt
onderdeel uit van



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

