

## Mantelzorgbeleid

Voor veel ouderen is het van het grootste belang dat zij blijven deelname aan de maatschappij. Ouderen die door omstandigheden aangewezen zijn op de hulp van naasten en professionele krachten hebben behoefte aan vaste mensen om zich heen. Het netwerk is vaak uitgedund en kan deels opgevangen door mantelzorgers (al dan niet betaald) en vrijwilligers.

Leven en Zorg vindt het een van haar taken om cliënten te ondersteunen bij het in stand houden van hun sociale netwerk en te helpen een netwerk op te bouwen als dit ontbreekt. In een aantal gemeenten in het werkgebied zijn contacten met vrijwilligersorganisaties, (betaalde) mantelzorgorganisaties en welzijnsorganisaties. De zorgcoördinatoren beschikken over de sociale kaart van het werkgebied waar zij verantwoordelijk voor zijn en zij kunnen de cliënt helpen bij het zoeken naar passende oplossingen. Bij de intake wordt hier uitgebreid bij stilgestaan en ook in het zorg-leefplan wordt opgenomen welke afspraken met andere organisaties, mantelzorgers en vrijwilligers zijn gemaakt. Er is aandacht voor een dagbesteding, maaltijdvoorzieningen en onderhouden van sociale contacten. De zorgcoördinator kan bv. zelf een ergotherapeut inschakelen om na te gaan welke voorzieningen nodig zijn en er zijn korte lijnen als het gaat om ouderenadviseurs en vrijwilligersorganisaties.

Samenwerkingspartners zijn:

- Vrijwilligersorganisaties
- Vrijwillige palliatieve thuiszorg
- Stichting welzijn ouderen
- Ouderenadviseurs van gemeentes
- WMO raden

**Onderstaande vragen kunt u invullen om na te gaan of er sprake is van overbelasting.**

1. Mijn nachtrust is verstoord. Ja / Nee
2. Hem of haar helpen kost me nogal wat moeite en tijd. Ja / Nee
3. Ik vind het lichamelijk zwaar. Ja / Nee
4. Het beperkt me in de dingen die ik wil doen. Ja / Nee
5. Wij hebben onze plannen moeten wijzigen. Ja / Nee
6. We hebben onze dagelijkse manier van doen moeten aanpassen. Ja / Nee
7. Er zijn ook andere zaken waaraan ik mijn tijd moet besteden. Ja / Nee
8. Emotioneel gedragen we ons anders ten opzichte van elkaar. Ja / Nee
9. Het gedrag van de persoon die ik verzorg maakt me soms van streek. Ja / Nee
10. Het is pijnlijk te moeten zien dat de persoon die ik verzorg een ander persoon is geworden. Ja / Nee
11. Ik heb mijn werk/baan moeten aanpassen aan de situatie. Ja / Nee
12. We leven onder financiële druk. Ja / Nee
13. Ik word geheel door deze situatie in beslag genomen. Ja / Nee

Als u meer dan 7 vragen met ja hebt beantwoord dan kan er sprake zijn van veel belasting. Als dit lange tijd optreedt dan kan er sprake zijn van overbelasting. Om te zorgen dat u niet voortdurend belast wordt kunt u overleggen met uw zorgcoördinator wat er gedaan kan worden om u iets meer te ontlasten.