

VERSLAG BIJeenkomst 'ZELFSTANDIG THUIS WONEN! HOE DAN?'
Georganiseerd door cliëntenraad B.R.O.T.

Datum: 13 september 2023

Aanwezig: Leden cliëntenraad B.R.O.T., Fred v.d. Heijden, Desirée Helmond, John Moolenschot, cliënten en mantelzorgers (ca. 100 personen).

Afwezig: -

Notulist: Berlien v. Rozendaal

1. Welkom en korte toelichting op het werk van de cliëntenraad B.R.O.T.

Ca. 100 cliënten en mantelzorgers uit Heeswijk, Schijndel, Berlicum, St. Michielsgestel en Uden worden welkom geheten door Annie v.d. Ven, voorzitter van cliëntenraad B.R.O.T. (Behandeling, Revalidatie en Ondersteuning Thuis).



De cliëntenraad probeert de belangen van de cliënten zo goed mogelijk te behartigen en heeft het recht om advies te geven op bepaalde zaken. Indien men meer informatie wil over deze raad, kan men na afloop een folder meenemen. Tijdens deze bijeenkomst wordt gesproken over de ontwikkelingen in zorgland.

2. Huidige situatie (ouderen-)zorg in Nederland → noodzaak voor verandering.

Dhr. John Moolenschot, raad van bestuur van Laverhof, toont een aantal verontrustende krantenkoppen van de afgelopen maanden over de ouderenzorg die onder druk staat. Aan de hand hiervan wordt met elkaar het gesprek aangegaan.

Er staan ca. 21.000 mensen op de wachtlijst voor verpleeghuizen. Door het tekort aan personeel ontstaan er gevaarlijke situaties in verpleeghuizen. We moeten inleveren op ervaring en op kwaliteit. De financiële situatie van de zorgsector is zwak.

** Opm. cliënt/mantelzorger: De bejaardenhuizen zijn verdwenen, gaan verpleeghuizen ook verdwijnen?*

Verpleeghuizen gaan niet verdwijnen, maar er is wel een keuze gemaakt dat er geen verpleeghuizen bijgebouwd worden. De financiële situatie is erg precair en het zorgsysteem staat onder hevige druk. Daarom doet Laverhof

een beroep op u. Het is niet alleen een probleem van de zorgorganisaties, maar van de maatschappij, dus van ons allemaal. We moeten het samen regelen, met elkaar.

Het aantal 'oude ouderen' neemt toe en dit stelt ons voor een paar vraagstukken. Het aantal mensen van 65 en ouder neemt toe met 1,9 miljoen en het aantal 80-plussers neemt toe met 193%. Dit zal pas afvlakken na het jaar 2050.

Voor dit aantal zou 1 op de 3 mensen in de zorg moeten werken, echter dat lukt niet! In de zorg zijn er gigantische tekorten en wij kunnen niet aan de vraag voldoen.

M.b.t. dementie zullen die aantallen verdubbelen! Dit moeten we met elkaar opvangen. Ook zal het aantal mantelzorgers afnemen en vergrijzen onze medewerkers; de



uitstroom is groot tot 2030. De enige constante is de verandering.

Onze mind-set zal anders moeten zijn, we moeten ons aanpassen. We moeten hier samen kijken hoe we dat doen.

Als Laverhof willen wij midden in de samenleving blijven staan, het samen blijven doen. Maar wij kunnen het niet alleen. Wij ondersteunen de cliënten: thuis, in geclusterde woonvormen of in het verpleeghuis. We willen vooral zien wat wèl kan, daar gaan we vanuit en dat stimuleren we: wat kunt u nog zelf. Samen naar oplossingen zoeken om dit vraagstuk vorm te geven. Daarvoor moeten we wel de knop omzetten.

** Opm. cliënt/mantelzorger:*

- Moeten we terug naar het nabuurschap?

Ja, denkt dhr. Moolenschot; een aantal jaren geleden was dat heel gebruikelijk.

We zijn nu meer een individualistische maatschappij, maar we moeten als gemeenschap kijken hoe we dit kunnen oplossen.

- Hoe ga je het efficiënter maken?

Nieuwe vormen van samenwonen.

Naar aanleiding van deze vraag geeft dhr. Moolenschot het woord aan dhr. Fred van der Heijden, directeur zorg, met als onderdeel B.R.O.T. (Behandeling, Revalidatie en Ondersteuning Thuis).

3. Wat zijn de gevolgen en de betekenis van de huidige en toekomstige situatie voor de (thuis)zorg?

Hr. v.d. Heijden geeft aan dat ons perspectief is: zoveel mogelijk mensen helpen.

We kijken welke mensen we hebben en we kijken naar passende woonvormen. Hoe kunnen we zorgen dat we leefbare buurten hebben, met ruimte voor ontmoeting, om eenzaamheid te voorkomen en andere mensen te ontmoeten?

** Opm. cliënt/mantelzorger:*

- We moeten zorgen voor elkaar. Ook digitale veiligheid is belangrijk.



In de toekomst zal dementie een van de grotere problemen zijn. M.b.t. passende woonvormen moeten we goed kijken naar nieuwbouwplannen, bijv. leeftijd bestendige woningen of geclusterd wonen. Dit is een alternatief voor het ontbreken van verpleeghuisplaatsen. Verder is er ook verpleeghuiszorg thuis. Een van de voorwaarden om langer thuis te wonen is dat de woningen geschikt zijn.

We richten ons erop wat belangrijk is voor iemand. Hoe kunnen we ons richten op het zo zelfstandig mogelijk laten zijn? Ook ondersteunen we daarbij de mantelzorger, niet alleen de cliënt.

Dhr. v.d. Heijden vraagt of er mantelzorgers zijn die behoefte hebben aan trainingen, praktische zaken die je kunnen helpen?

** Opm. cliënt/mantelzorger:*

- Ja, maar dan wel in de avond uren !

- Een mevrouw heeft door fysio geleerd om dingen gemakkelijker te maken bij het verzorgen van haar man. Je leert dan om goed te zorgen voor iemand.

- Een mevrouw vraagt of zij toch de cursus kan volgen, ook al is haar man overleden. Ja, dat is mogelijk.

- Cursussen 'Omgaan met dementie' zijn meestal gericht op Alzheimer, niet op andere vormen van dementie.

- Een cursus wordt gegeven van 10 tot 11 uur, maar mevr. werkt overdag.

Hr. v.d. Heijden belooft hiermee rekening te houden.

- In St. Michielsgestel wordt veel georganiseerd door BINT.

Volgens Hr. v.d. Heijden is dat zeker ook in Schijndel en Heeswijk-Dinther.

Voor een cursus kan men zich aanmelden na afloop van deze bijeenkomst of via de website van Laverhof.

Zelfstandigheid:

Het is fijn om zelfstandig en niet afhankelijk te zijn, voor zover mogelijk. We gaan uit van wat iemand (nog) wel kan. Hierover nu al zelf nadenken.

In de regio Noord-Oost Brabant werken we steeds meer samen met alle partijen, bijv. een mantelzorgcursus. Verder bevorderen we het ontstaan van vitale leefgemeenschappen, zoals in Veghel.

Hulpmiddelen en domotica:

Enkele voorbeelden worden getoond, zoals een trapdivider, een drinkbeker voor Parkinson patiënten, een bord met een hoge gekleurde rand, etc.

** Opm. cliënt/mantelzorger:*

- Hulpmiddelen zijn wel mooi, maar het zit hem ook in acceptatie. Accepteren mensen die hulpmiddelen?

De adoptie van hulpmiddelen vraagt aandacht.

- In Oss en Den Bosch heeft Thuyz een huis ingericht om mensen te informeren wat er allemaal is aan technologie. Dit is een eyeopener. Het huis is te bezichtigen en een rondleiding duurt 1,5 tot 2 uur.

Hr. v.d. Heijden zegt toe om die informatie toe te sturen.

Er komen straks geen robots die u wassen, maar we kunnen wel op andere manieren zorg toepassen. Voorbeelden zijn:

- Medido, die medicijnen op het juiste moment uitdeelt.
- Robot Tessa, die kan praten en mensen ergens aan kan herinneren. Dit helpt om structuur te geven aan de dag.
- Biodynamische verlichting, waarbij licht wordt afgestemd op gebruikszorg.
- Beeldzorg, gesprek via facetime o.i.d.
- Continu meten van bloedsuiker.
- Sensoren en een scherm bij de zusterspost.
- Een druppelbril met 3 gaatjes, waarmee mensen zelf hun ogen kunnen druppelen.

** Opm. cliënt/mantelzorger:*

- Als mensen het niet kunnen betalen, wie betaalt dat dan?

De zorgverzekeraar betaalt een deel. Maar wij kunnen wel alternatieven bieden. Er zijn verschillende mogelijkheden.

Hiermede sluit hr. v.d. Heijden dit onderdeel af en volgt er een korte pauze.

4. In gesprek met de aanwezigen.

'Oost West Thuis Best'

Gespreksleider mevr. Desirée Helmond van bureau 'Trainen met zorg' heeft 27 jaar in de zorg gewerkt en is lang mantelzorger geweest. In die tijd heeft zij geleerd dat het verlenen van zorg als professional heel anders is dan als mantelzorger.

Aan de hand van stellingen leidt zij het gesprek met de aanwezigen.

Wat haar helpt, als het even tegenzit, is om te lachen. Ons brein krijgt dan een stukje zuurstof en er worden andere stoffen in ons brein aangemaakt. Het werkt ontspannend en geeft een ander gevoel.



Eigen regie.

Uit onderzoek blijkt dat ruim 50% van de jonge senioren nooit praat over de oude dag. Als mensen iets mankeren, wordt de vraag om hulp snel bij de zorgverlener gelegd. Echter, het is belangrijk om zelf de verantwoordelijkheid te nemen en het gesprek aan te gaan met je naasten.

Oproep: ga komend weekend of binnenkort met elkaar, met uw kinderen, het gesprek aan: 'Wat als...'

Wat betekent eigen regie voor u?

Als iemand het zelf niet meer kan aangeven, is het aan ons om te kijken wat voor iemand dat is, waar die blij van werd en hoe we daar zo goed mogelijk aan tegemoet kunnen komen. Praten is de enige manier.

** Opm. cliënt/mantelzorger:*

- Als je partner in een verpleeghuis komt en jij mag niet mee, kun je geen eigen regie nemen. Je kunt niet samen ergens wonen en voor elkaar zorgen.

Dit heeft volgens Hr. v.d. Heijden ook te maken met de beperking zoals we ons systeem hebben ingericht. We gaan toe naar scheiden van wonen en zorg en dan wordt dit een stuk gemakkelijker. Er komen meer mogelijkheden, maar we zijn nog niet hierop ingericht.

- Als je niet gedoucht wilt worden, alleen gewassen, hoe zijn dan de opdrachten van de verzorgenden hierover? Ook m.b.t. huishoudelijke hulp: hoe zijn de opdrachten naar de mensen toe dat ze het wat gemakkelijker hebben?

Hulp bij het huishouden wordt geïndiceerd door de gemeenten, het aantal uren en de opdracht. Hr. v.d. Heijden vindt dat men dan die vrijheid moet nemen, bijv. voor een kopje koffie. M.b.t. de zorg: daar bepaalt de wijkverpleegkundige samen met de cliënt wat nodig is. Als er op een dag iets anders nodig is, dan kan daarvan afgeweken worden.

Desirée kan zich voorstellen dat het werken met technologieën een knop omzetten is. En ook dit is een stukje knop omzetten, het gesprek aangaan over wat belangrijk is. Dat vraagt niet alleen iets van u, maar ook van de zorgverleners.

Is bij u het glas halfvol of halfleeg?

Bij veel zaken is ons karakter van hele grote invloed. Er zijn mensen waar het glas altijd halfleeg is en ook mensen waar het glas halfvol is. Soms ziet iemand alleen beren op de weg, een ander met dezelfde kwalen e.d. geeft aan wat zij nog wel kan.

Als we goed gesteund worden door de omgeving, dan is het glas eerder halfvol.

Bij wie is het glas eerder halfvol?

** Opm. cliënt/mantelzorger:*

- Dit wisselt, van dag tot dag.

- Het hangt ervan af als je voor de spiegel staat.

- Ik kijk niet zo graag diep in het glaasje.

- 'Count your blessings'.

Zolang ik mijn stoepje zelf veeg, blijf ik ook in beweging.

Als we de dingen doen die we nog kunnen, is dat goed voor onze zelfwaarde.

Als we minder mobiel zijn, kunnen we toch nog van alles betekenen voor anderen.

Wat zijn uw ervaringen, wat maakt het voor u prettig om dingen nog zelf te doen?

** Opm. cliënt/mantelzorger:*

- Reizen met de bus (bushalte voor de deur); proberen telkens een ander uitje te vinden.

- Belangrijk om bezig te blijven. Dingen hoeven niet in een uur klaar, mw. kan er langer over doen. Gewoon tegen jezelf zeggen: ik hou van je (voor de spiegel).

- Je wilt voldoen aan vragen.

- *Dat is gemakkelijker als de relatie professioneler is.*

Een punt voor veel mensen is om het samen te bespreken. U kunt er samen over lachen, maar soms ziet Desirée mensen die bijna geen risico durven nemen. Ook dat zijn zaken die we met elkaar kunnen bespreken: in hoeverre zijn er risico's en zijn die acceptabel? M.b.t. die fysiotherapeut die goede tips gaf, bij Laverhof is ook een ergotherapeut die goede tips kan geven.

Stoplicht met smileys.

Wat gaat goed en wat gaat minder goed?

** Opm. cliënt/mantelzorger:*

- *Een aanwezige vindt dat er teveel gefocust wordt op de mantelzorger. Er zijn mensen die werken. Vroeger woonden mensen dicht bij elkaar, maar tegenwoordig wonen mensen alleen of verder van elkaar af. Zij zelf heeft geen partner, geen kinderen. Haar familie woont hier 1 uur vandaan; haar burens zijn 80-plussers. Wat als haar iets overkomt? Zij vindt dat er teveel wordt gerekend op mantelzorgers. Hoe meer dat ouderen bij elkaar komen te wonen, hoe groter dat probleem wordt.*

De ervaring van Desirée is dat heel veel mensen zich geen mantelzorger voelen; zij zijn partner of kind van iemand die extra zorg nodig heeft, of buurman. We zijn naasten. Dat maakt voor haar een verschil. Mantelzorg overkomt je, je doet het gewoon. Daar denk je niet over na. Dus de term mantelzorg, daar vindt zij ook wel wat van.

Hr. v.d. Heijden denkt dat mw. helemaal gelijk heeft. We vinden het wel vanzelfsprekend om een ziek kind op te halen.

- *Probleem is dat de ouders niet opbellen.*

Dat is de andere kant, aldus Hr. v.d. Heijden. Voer dan het gesprek, bijv. over alarmering o.i.d.

- *Probleem is ook dat de kinderen ook weer kinderen hebben en verder weg wonen.*

We hebben het altijd over vitale leefgemeenschappen. In Veghel is Laverhof momenteel bezig met het appartementencomplex Fioretti met 25 appartementen. In onze visie moet dat vitaal zijn, een mengsel van bewoners.

- *Wat gebeurt er dan als je niet meer vitaal bent?*

Je moet een mix hebben, anders gaat de vitaliteit eraan.

- *In hoeverre wordt gekeken naar jongeren in combinatie met ouderen?*

Daar wordt over nagedacht. We zijn o.a. bezig met tiny houses op het terrein van St. Barbara, waar mensen mogen wonen tegen goedkope huur als zij vrijwilligerswerk doen voor de bewoners van St. Barbara.

- Een cliënt die in Servaeshof woont had daar schilderijen neergehangen, maar die zijn daar weggehaald. We hebben inspraak over de leefomgeving, maar u doet er niets aan. Volgens Hr. v.d. Heijden is Servaeshof nog niet echt een leefgemeenschap. Maar hij neemt deze opmerking mee.

Mantelzorgondersteuning is een uitdaging. Het is duidelijk dat we meer naar elkaar moeten omkijken. Ook dat we moeten nadenken over moeilijke keuzes die we moeten maken.

** Opm. cliënt/mantelzorger:*

- Er zijn regelingen voor kinderopvang, maar waar blijven de regels voor ouders?

Volgens Hr. v.d. Heijden zijn er verschillende regelingen.

- *De druk op mantelzorgers is hoog. Het is een risico voor de werkgever. Zij staan niet te springen op het feit dat mensen mantelzorger zijn. Mw. is zelf HR-manager. In het bedrijfsleven wordt gekeken naar de financiën.*

Volgens Hr. v.d. Heijden kies je er niet voor om mantelzorger te zijn, dat ben je.

Het geeft aan hoe complex de uitdaging is waar we voor staan. Keuzes maken met elkaar.

- *Die 25 appartementen in Veghel is een druppel op een gloeiende plaat.*

Hr. Moolenschot geeft aan dat wij samen met de woningbouwcorporatie kijken naar woningen voor senioren. We zijn op veel plekken bezig en er zitten een aantal dingen in de pipeline, in Schijndel, Heeswijk en Uden.

Gedeelde smart is halve smart.

Hoe houden we het (samen) leuk?

Doorleven en vooral doorgaan met ademen, diep zuchten, aldus Desirée.

Tips die zij vaak hoort zijn: muziek luisteren, foto's kijken, herinneringen ophalen, met de bus uitjes maken.

** Opm. client/mantelzorger:*

- Waarom maak je daar niet van: 'Gedeelde vreugde is grote vreugde'?

- Verdere tips om het leuk te houden: kaarten, zingen, af en toe je mond houden.

Jong geleerd, oud gedaan.

Wat we vaak vergeten: wat we als jongere geleerd hebben om in te zetten als het even niet zo makkelijk is, is dat je dit ook kunt als je ouder bent.

Veerkracht is belangrijk. Vaak kun je toch dingen aan.

Vraag: waar zit uw veerkracht in?

** Opm. cliënt/mantelzorger:*

- In beweging blijven.

- Iets blijven doen.

- Iets voor jezelf blijven doen als mantelzorger.

- Een jongere vriendin zoeken!

Hiermee sluit Desirée haar bijdrage af.

5. Sluiting.

De voorzitter, Mevr. Van de Ven, dankt de sprekers en alle aanwezigen voor hun komst en sluit hiermee de bijeenkomst af.

Aan het mailadres van de cliëntenraad cr.brot@laverhof.nl kunnen eventuele opmerkingen doorgegeven worden. De mogelijkheid voor mantelzorgtraining is aangegeven. Hr. v.d. Heijden voegt toe dat over alle onderwerpen verder in gesprek gegaan kan worden als daar behoefte aan is. Dit kan ook via ditzelfde mailadres.