

# Meander's één

Meander's is een uitgave voor medewerkers en vrijwilligers van MeanderGroep Zuid-Limburg



Mensen  
met  
aandacht

## MeanderGroep werkt mantelzorgvriendelijk 06

### Pilot Blijf Actief Thuis

Wat zou u zelf graag willen? Die vraag werd tot een aantal jaren geleden in de zorg niet vaak gesteld. Inmiddels is Eigen Kracht een ingeburgerd begrip binnen Meander. Zowel in de Hulp bij het Huishouden als bij Verzorging en Verpleging stimuleren medewerkers hun klanten om zoveel mogelijk zélf te doen om hun zelfredzaamheid te behouden.

Lees verder op pagina

12

### Dagbesteding De Dormig investeert in familieparticipatie

“We zijn al 66 jaar getrouwd. Niemand kent mijn man beter dan ik. Zonder mij zou hij niet naar de dagbesteding willen. Maar ik kom hier ook graag voor mijzelf.”

Lees verder op pagina

13

Jaargang 11 • februari 2016



### ‘Eerst zat ik zelf diep in de put, nu probeer ik anderen eruit te halen’

Een aantal jaren geleden deed Saskia Huynen een beroep op Gespecialiseerde Thuisbegeleiding om haar leven weer op orde te krijgen. Door een psychische stoornis kon ze dat niet meer alleen. Inmiddels werkt ze zelf als vrijwilligster bij GTB-cliënten.

Lees verder op pagina

20

# “Mensen realiseren zich: eigenlijk kan ik nog best veel zelf”



Fotobijlschrift: Tijdens de Kick off van de pilot kregen alle medewerkers, in het kader van meer bewegen, o.a. een workshop Zumba.

**‘Wat zou u zelf graag willen?’ Die vraag werd tot een aantal jaren geleden in de zorg niet vaak gesteld. Inmiddels is Eigen Kracht een ingeburgerd begrip binnen Meander. Zowel in de Hulp bij het Huishouden als bij Verzorging en Verpleging stimuleren medewerkers hun klanten om zoveel mogelijk zélf te doen om hun zelfredzaamheid te behouden. Met het project ‘Blijf Actief Thuis’ wordt hier nog dieper op ingegaan. De werkwijze is gebaseerd op een zorgfilosofie uit Amerika.**

Het initiatief voor Blijf Actief Thuis werd in 2014 genomen door de Academische Werkplaats Ouderenzorg Zuid-Limburg. Meander werkt op dit gebied samen met andere regionale zorgaanbieders, Hogeschool Zuyd en de Universiteit Maastricht. Silke Metzelthin, postdoctoraal onderzoeker bij de Universiteit Maastricht, vertelt: “Aan de basis van dit initiatief staat een zorgfilosofie uit Amerika: Function Focused Care. Deze filosofie helpt zorgverleners en mantelzorgers om ouderen te laten deelnemen aan dagelijkse beweegactiviteiten. Op die manier voorkom je functionele

achteruitgang. Je kunt het zien als een vervolg op Eigen Kracht, alleen gaat het dan nog iets dieper. Uiteraard hebben we wel de vertaalslag gemaakt naar de Nederlandse zorgmarkt.”

**Op verschillende manieren actief zijn** Ging het bij de Eigen Kracht trainingen er met name om klanten de dagelijkse handelingen zoveel mogelijk zelf te laten doen; nu wordt het breder getrokken. Verpleegkundige Rilana di Bartolomeo vertelt: “Actief kun je op verschillende manieren opvatten. Het is letterlijk actief blijven door te bewegen, maar ook je geest actief houden en midden in het leven blijven staan. Hoe verbreed je je netwerk? Waar liggen de interesses en welke activiteiten kunnen worden ondernomen?” José Blezer, die vanuit Meander Leren bij het project is betrokken, vult aan: “Dat vereist goede motivatietechnieken van medewerkers. Daar worden ze door middel van interviews bewust van gemaakt. Wat als een oudere niet te motiveren is? Hoe ga je daarmee om? Welke technieken zet je in? Eigen Kracht was een bewustwordingstraject, maar nu gaat het pas echt beginnen. Medewerkers van de pilot krijgen wekelijks een mail met handige tips of

weetjes inzake deze manier van werken. Je moet ze ook blijven motiveren.”

## Patronen

Margreet Bruinsma, manager Thuiszorg is erg te spreken over hoe haar team de nieuwe werkwijze oppakt. “Hulp bij het Huishouden is bij uitstek geschikt om samen met de klant dagelijkse werkzaamheden uit te voeren. Medewerkers zijn er best inventief in. Kan een klant niet het beddengoed opvouwen, dan mag hij of zij de kussenslopen doen. Het geeft klanten het gevoel: he, dit kan ik nog allemaal zelf!”

Zoals met alle nieuwe projecten, is er ook enige mate van weerstand. Rilana: “Zowel klanten als medewerkers zien het soms als een bezuiniging in de zorg. Dan hoor je klanten zeggen: straks pakken ze mijn uren af en medewerkers zijn op hun beurt bang hun baan te verliezen.

## Academische Werkplaats Ouderenzorg Zuid-Limburg

Academische Werkplaats Ouderenzorg Zuid-Limburg is een structureel samenwerkingsverband tussen zeven zorgorganisaties (MeanderGroep Zuid-Limburg, Sevagram, Envida, Cicero

Wat ook jammer is, is dat het nog teveel wordt gezien als iets extra's dat boven op het werk komt. ‘Nu moet ik die klant na afloop ook nog allemaal vragen gaan stellen’ Maar je moet het juist integreren in je dagelijkse werk! Maar als ze het eenmaal toepassen, zijn medewerkers ook om en zien ze de voordelen ervan in. Wat eerst een verschraling lijkt, blijkt dan juist een meerwaarde!” Silke haalt een voorbeeld aan van een mevrouw die op een douchestoel zit te wachten tot de verzorgende haar wast. In de tijd van het wachten had ze

# Dagbesteding De Dormig investeert in familieparticipatie



“Het gaat erom de belangrijkste schakels in het zorgproces te ondersteunen”: Marij Bosch, Jessie Berndsen en Jolanda Boon (staand, vlnr) en het echtpaar Janicki.

Zorggroep, Zuyderland, Vivantes, MosaeGroep] en twee kennisinstellingen Zuyd Hogeschool en Universiteit Maastricht. De Academische Werkplaats Ouderenzorg is een living lab waarin mensen uit de praktijk beleid, onderzoek en onderwijs, kennis en ervaring uitwisselen met als doel betere en nieuwe zorg voor ouderen te realiseren.

best haar bovenlichaam al zelf kunnen wassen. “Mensen zitten vaak vast in patronen. Daar is de zuster toch voor, wordt er dan gedacht. En de medewerker heeft er op haar beurt weer moeite mee om dingen uit handen te geven. Ze zijn immers gewend handelingen over te nemen. Maar de tijd van verzorging is voorbij. Uiteindelijk wordt de klant hier beter van.”

Eind april loopt de pilot ten einde en wordt gekeken hoe de werkwijze binnen heel Meander kan worden ingezet.

**“We zijn al 66 jaar getrouwd. Niemand kent mijn man beter dan ik. Zonder mij zou hij niet naar de dagbesteding willen. Maar ik kom hier ook graag voor mijzelf. Zo ben ik onder de mensen en ik vind altijd een luisterend oor.”**

Mevrouw en mijnheer Janicki wonen sinds juli 2014 in een van de appartementen in De Nieuwe Dormig. Ondanks zijn geheugenproblemen en haar gezondheidsklachten redden ze het samen. Ondersteuning vanuit Meander helpt hen daarbij. Een casemanager dementie begeleidt hen en mijnheer bezoekt twee halve en één hele dag de dagbesteding in De Dormig. Zijn vrouw vergezelt hem trouw. Zij houdt niet alleen haar man gezelschap maar betreft ook andere bezoekers bij activiteiten zoals een spelletje kaarten.

“Wij stimuleren mantelzorgers om te participeren in de zorg hier” vertelt

Jessie Berndsen, werkzaam op de dagbesteding van De Dormig. “Dat is fijn voor beide partijen. De bezoeker heeft een vertrouwd iemand om zich heen en de mantelzorgers voelt zich betrokken en heeft bijvoorbeeld niet het gevoel zijn of haar dierbare in de steek te laten. Als medewerkers hebben we daarom een open houding naar familie toe.”

Marij Bosch en Jolanda Boon, casemanagers dementie, weten uit ervaring dat dit lang niet overal het geval is. “De dagbesteding in De Dormig vervult echt een voorbeeldfunctie in familieparticipatie. Wij zien nog te vaak dat familie te weinig betrokken wordt bij de zorg en soms zelfs als lastig wordt ervaren. Hier werken ze als vanzelfsprekend hand in hand met de familie in de zorg rondom de klant. En zo moet het ook. De mantelzorgers en de klant vormen de belangrijkste schakels in de zorgketen. Waar nodig moeten we dus ook de mantelzorgers ondersteunen en zoveel mogelijk inschakelen in het zorgproces.”

Jolanda maakt deel uit van de commissie zorgonderzoek binnen Meander, de link vanuit onze organisatie naar de Academische Werkplaats Ouderenzorg. “We zoeken naar slimme oplossingen voor complexe vraagstukken in de ouderenzorg en naar manieren om de kwaliteit van de zorg te optimaliseren. Familieparticipatie is een van de speerpunten. Wij moeten familie zien als expert in de zorg voor hun dierbare en als partner in het zorgproces. Samen moeten we werken aan het welzijn van de klant. Hier in De Dormig zien we in de praktijk het bewijs dat investeren in aandacht voor de mantelzorgers een win-win situatie oplevert: betere zorg voor de klant en een grotere weerbaarheid van het familielid.”