

Zorgen voor mantelzorgers

Mantelzorg & Meer biedt ondersteuning

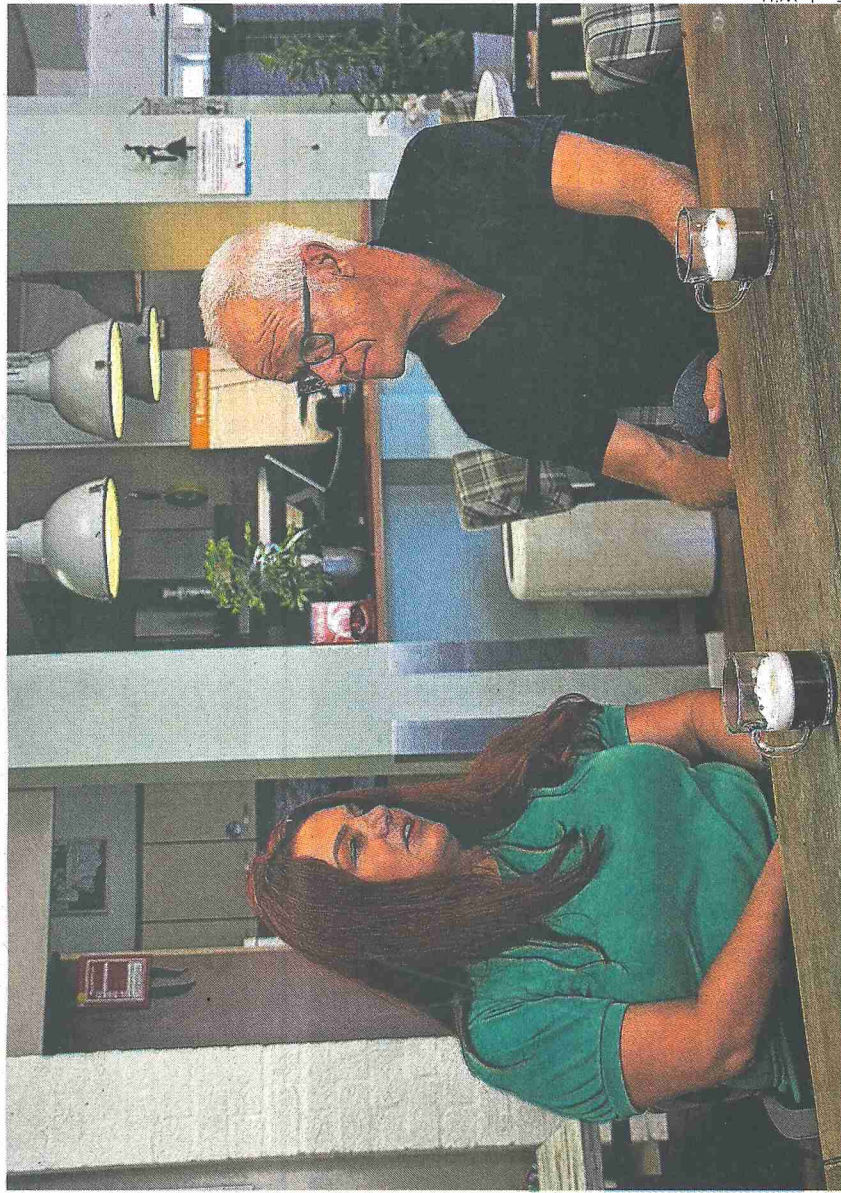
Frans Witteman

BADHOEVEDORP Een mantelzorg is ook maar een mens. En kan vastlopen bij de zorg voor een ander. Dan is het goed te weten dat Mantelzorg & Meer er is voor ondersteuning. In Badhoevedorp is in wijkcentrum 't Rietland een inloopspreekuur gestart.

Het mag raar klinken, maar veel mantelzorgers weten niet eens dat ze het zijn. Ze doen dit werk gewoon omdat ze vinden dat ze het moeten doen. Hun moeder helpen die partner zorgen omdat ze ooit hebben beloofd er in goede en kwade dagen voor elkaar te zullen zijn. Het lijkt zo gewoon, maar dat is het niet, weet Jan Middel uit ervaring. Hij is mantelzorgconsulent bij Mantelzorg & Meer dat zich sinds 1997 heeft ontwikkeld tot expert in de ondersteuning op alle gebieden in de mantelzorg. Als consulent biedt hij de mantelzorg een professioneel luisterend oor, wijst hij mantelzorgers de weg en kan ervoor zorgen dat regeltaken al dan niet tijdelijk uit handen worden genomen. "Langdurig en intensief zorgen voor een ander geeft vaak voldoening, maar soms ook zijn er vragen, zorgen of twijfels. Wij helpen dan graag. Aan onze ondersteuning zijn geen kosten verbonden."

Het is op een door de gemeente Haarlemmeer georganiseerde netwerkbijsamkomst. Jan Middel houdt een inleiding over het werk van Mantelzorg & Meer. Petra Zwetsloot, clustermanager van Maatvast is er ook en is onder de indruk van zijn verhaal. Ze zoekt hem op. "Al snel wordt duidelijk dat Jan in Badhoevedorp op zoek is naar een ruimte voor cursussen en een inloopspreekuur. Er is weliswaar een steunpunt in Hoofddorp maar de afstand kan voor mantelzorgers uit het noorden van de gemeente een drempel zijn. Het onlangs fraai opgeknapte Rietland leek mij een ideale locatie", vertelt Petra enthousiast. Jan is het helemaal met haar eens. "In deze huiskamer van de wijk gaat het attent maken op de mogelijkheden van onze organisatie rimpelloos en ongedwongen. Dat is goed, want het onderwerp is al zo beladen. Erkennen dat je het als mantelzorg niet meer aankunt is een zware stap."

TRAINEN Jan Middel gaat samen met zijn collega's Brigit Albers en Karin van Horssen medewerkers en vrijwilligers van Maatvast trainen in het herkennen van signalen die bezoekers uitzenden. Want achter een stekelige reactie kan zomaar een overwerkte mantelzorgers zitten. Naast ondersteuning biedt Mantelzorg & Meer inzet van (zorg)vrijwilligers, cursussen, gesprekstips, informatiebijsamkomsten en tips. Het kan mantelzorgers helpen om het zorgen voor een ander gemakkelijker vol te houden. De organi-



■ Petra Zwetsloot en Jan Middel in gesprek over het inloopspreekuur.

satie heeft ook een consulent Jonge Mantelzorgers, specifiek bedoeld voor jongeren van 16 tot 23 jaar. In het coalitieakkoord 2022-2026 onderstreept de gemeente het belang van goede zorg voor mantelzorgers. 'Vrijwilligers en (jonge) mantelzorgers moeten optimaal ontzorgd worden. Mantelzorgers moeten op een

centrale plek terecht kunnen met vragen en meldingen. Waar nodig zorgt de gemeente ervoor dat tijdlijktaken overgenomen worden, in de vorm van respijtzorg. Respijtzorg is de tijdelijke en volledige overname van zorg met als doel de mantelzorg een adempauze te geven waardoor ze hun eigen leven beter

in balans houden en daardoor langer voor hun naaste kunnen zorgen. Met ingang van 7 september is op elke eerste woensdag van de maand in 't Rietland, Christiaan Huygensstraat 21, Badhoevedorp van 10 tot 12.30 uur een inloopspreekuur voor mantelzorgers. Een afspraak maken is niet nodig.