

Samen zorgen

Informatie voor mantelzorgers



| Thuis in
Rivierenland

SZR

→ www.szr.nl

SZR vindt de inbreng van een mantelzorg(er) erg belangrijk. U kent uw naaste/familie en weet hoe hij of zij de zorg het liefst wil ontvangen.

Tips voor mantelzorgers in zorginstellingen

Het zorgsysteem in een verpleeghuis of verzorgingshuis is anders dan in de thuissituatie. Dat merkt u als mantelzorg(er) als uw naaste in een zorginstelling gaat wonen. Daardoor kan het zijn dat u niet goed weet wat u van de zorginstelling kunt verwachten en wat zij van u kunnen verwachten.

Om u hierin op weg te helpen, vindt u in deze folder een overzicht van praktische tips. De tips zijn mede gebaseerd op ervaringen van andere mantelzorgers.

Mantelzorg(er) als partner in de zorg

Als mantelzorg(er) ondersteunt u uw naaste in zaken die hij of zij niet meer zelf kan. Dat kunnen kleine dingen zijn zoals boodschappen doen, ziekenhuisbezoek of een bezoek aan de stad. Soms hebben mantelzorgers het hoofdaandeel in de zorg, soms de beroepsmatige verzorgers.



Maar in alle gevallen geldt dat mantelzorgers en beroepsmatige verzorgers partners in de zorg zijn. Daar horen goede afspraken bij, het uitspreken van wederzijdse verwachtingen en respect voor elkaars positie. En natuurlijk goede communicatie en uitwisseling van informatie.

Vragen die u kunt stellen als uw naaste in een zorginstelling komt wonen

- Is er sprake van mantelzorgbeleid?
- Is er informatiemateriaal waar ik alles nog eens rustig na kan lezen?
- Zijn er bezoektijden of mag ik mijn naaste bezoeken wanneer ik dat wil?
- Mag ik helpen met de lichamelijke verzorging?
- Hoe gaat het met de was in dit huis?
- Wie gaat met mijn naaste mee als hij of zij bijvoorbeeld naar een ziekenhuis of een opticien moet?
- Wat voor activiteiten worden er aangeboden en wat als deze activiteiten niet bij mijn naaste passen?
- Mag ik aanwezig zijn bij de activiteiten?
- Mag ik aanwezig zijn bij een cliëntbespreking van mijn naaste?
- Wie neemt beslissingen op het moment dat mijn naaste dat niet kan doen?
- Wat is een cliëntenraad en wat doet deze raad voor mijn naaste en mij? (Soms kunnen ook mantelzorgers zitting in de cliëntenraad nemen.)

Ook al woont uw familielid in een zorginstelling, u kunt altijd terecht bij een steunpunt mantelzorg bij u in de buurt. Kijk op onze website www.szr.nl/zorgadviespunt/mantelzorg voor de contactgegevens en de mogelijkheden die SZR biedt om mantelzorgers te ondersteunen.

Mantelzorg

Als u gewend bent om uw familielid te verzorgen en u wilt dat blijven doen, geef dit dan aan bij de verzorging. U kunt dan samen afspraken maken.

Eten

Wanneer u graag wilt helpen tijdens de maaltijd of met uw familielid wilt eten, vraag dan aan de verzorging of het eten van uw familielid in het restaurant geserveerd kan worden, zodat u daar samen kunt eten.

Thuis voelen

Uit de gesprekken met mantelzorgers blijkt dat zij zich ook thuis willen voelen op de afdeling van hun naaste. Geef aan wat u nodig heeft om u thuis te voelen (bijvoorbeeld koffiezetten of de afwas doen) en vraag op de afdeling wat daarin de mogelijkheden zijn.

Verjaardag

Vaak hebben zorgcentra een ruimte om bijvoorbeeld een verjaardag te vieren, of om op zondag koffie te drinken met de hele familie. Informeer hiernaar!

Mantelzorger als hulpvrager

SZR ondersteunt ook u als mantelzorger. Mantelzorg kan zwaar zijn, óók als uw naaste (soms na lange tijd thuiszorg) in een zorginstelling komt wonen. Uw leven kan hierdoor ingrijpend veranderen en u kunt te maken krijgen met spanning, emoties, praktische vragen en knelpunten. Het is van belang dat u niet alleen aan de ander denkt, maar ook aan u zelf. De afdeling van uw naaste kan u daarin ondersteunen.

Tips

- Vraag bij de verzorging om informatie over het ziektebeeld van uw familielid/naaste.
- Heeft u moeite met het accepteren dat uw dierbare in een zorginstelling moet verblijven? Voer gesprekken met andere mantelzorgers of met een maatschappelijk werker om dit verlies een plek in uw leven te geven.
- Spreek uw verwachtingen uit. Afdelingen staan open voor ideeën, dus schroom niet om die te benoemen en duidelijke afspraken te maken.
- Er is voor u één aanspreekpunt, de eerst verantwoordelijk verzorgende (EVV). U hoeft dan maar één keer uw verhaal te doen. Zorg dat u altijd met medewerkers van de afdeling/de zorginstelling in gesprek blijft.
- Dit begint al met het ontvangstgesprek, maar maak ook daarna regelmatig een afspraak om rustig met elkaar te praten. Het is voor beide partijen een nieuwe situatie en er moet ruimte worden geboden om samen te leren werken.
- Ga bij u zelf na welke ondersteuning u kunt blijven bieden nadat uw naaste bij ons is komen wonen. Bespreek dit met uw naaste en de contactpersoon van de afdeling. Maak hierbij uw eigen grenzen duidelijk kenbaar en spreek uw verwachtingen uit.
- Wilt u bij gesprekken met uw naaste aanwezig zijn, maak dit dan kenbaar aan de verzorging. U krijgt twee keer per jaar een uitnodiging om bij een gesprek aanwezig te zijn. Mochten meer gesprekken nodig zijn dan overleggen we dat met u.
- De afspraken over de verzorging en leefwijze van iedereen die in een zorginstelling woont, worden vastgelegd in een zorgleefplan. Het uitgangspunt is de wens en behoefte van uw naaste zodat we daar samen gehoor aan kunnen geven.

Meerdere mantelzorgers betrokken bij uw naaste

Het kan zijn dat meerdere mantelzorgers bij uw familielid betrokken zijn. Spreek dan met elkaar af wie waarvoor verantwoordelijk is. Dit maakt het helder voor zowel de afdeling als voor de mantelzorger. Probeer met uw familie op één lijn te zitten en probeer afspraken te maken in tijden dat het (nog) goed gaat. Dan is er veel minder stress.

Mantelzorger als ervaringsdeskundige

U bent als mantelzorger vaak ervaringsdeskundige ten aanzien van de zorg die uw naaste nodig heeft, bijvoorbeeld hoe uw naaste uit bed komt, medicatie inneemt of iets prettig vindt. Probeer samen met de zorg de afspraken goed vast te leggen in het zorgleefplan en na te leven.

Tips

- Maak uw ervaringen kenbaar aan de verzorging. Geef informatie die van belang is.
- Geef ideeën over passende dagbesteding aan. Wat is uw naaste gewend te doen en wat vindt hij/zij leuk.

N.B. Wilt u zich ook inzetten voor andere bewoners, dan kunt u vrijwilliger worden.

Mantelzorger als persoonlijk betrokkene

Naast mantelzorger blijft u in de eerste plaats partner, kind, ouder of vriend van uw naaste. SZR kan eraan bijdragen dat die relatie blijft bestaan. Dat u naast het zorgen voor, ook ontspannende activiteiten met elkaar kunt ondernemen.

Tip:

Vraag de afdeling om mee te denken om de persoonlijke relatie met uw naaste vorm te geven nadat hij of zij bij ons is komen wonen.



SZR



Zorgvraag?
bel gratis voor
vrijblijvend advies:
0800 0588



Stichting Zorgcentra Rivierenland

Burgemeester Meslaan 49

Postbus 94, 4000 AB TIEL

T 0344 - 67 13 11

E info@szr.nl

→ www.szs.nl
