Inleiding

De vijfde nieuwsbrief ligt voor u. Voor de tweede keer blikken we terug op een goed kwartaal met een feestelijke dag op 4 september. Op deze dag vierden we de tweede openingsdag en nogmaals het 1- jarig bestaan met een feestelijk tintje. Het bezoekersaantal groeit langzaam maar zeker, zodat het steeds meer duidelijk wordt dat het Odensehuis Hoeksche Waard in een groeiende behoefte voorziet. Dit blijkt ook weer duidelijk uit het stukje van Riet, bij 'bezoekers uitgelicht'.
Ik hoop dat de 2e openingsdag het ook voor meer mensen mogelijk maakt om te komen.
Ook twee van onze mantelzorgers hebben zich vanaf het begin ontpopt tot waardevolle vrijwilligers, zij stellen zich nader aan u voor .
De digitale ontwikkeling gaat snel, u kunt hier meer over lezen in een stuk uit Denkbeeld over 'zorg delen via internet'.

Neemt u vooral regelmatig een kijkje op de website www.odensehuishw.nl Hier vindt u komende activiteiten.

Veel leesplezier en tot ziens in het Odensehuis!

Ria Los

Nieuws van het 3e kwartaal

Elke eerste dinsdag van de maand zijn we ’s morgens in de blauwe kamer te vinden, i.v.m. de bingo die in de grote zaal plaatsvindt. Dit was even wennen, maar nu blijkt dit ook een gezellige ontmoetingsplaats.

Start project ‘de schatkist van het leven’. Op 8 september.

Het Odensehuis Hoeksche Waard begon op dinsdag 8 september met het creatieve project ‘De schatkist van het leven’ o.l.v. creatieve coaches ***Martine Romer en Conny van der Hel.*** Elke keer is er een ander thema met een daarbij behorende techniek.

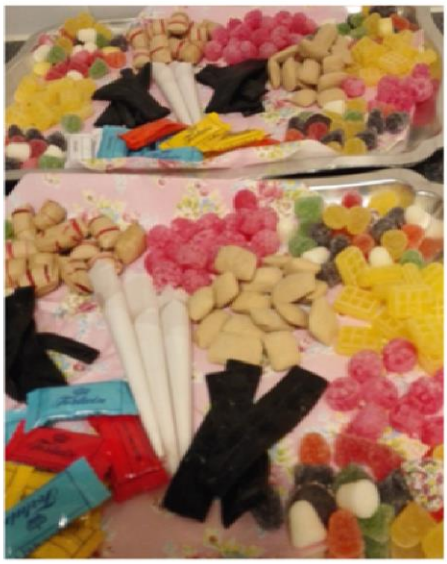
In een ontspannen sfeer, werkend aan een creatieve opdracht, zullen bij de bezoekers aan het inloophuis voor mensen met geheugenproblemen en beginnende dementie vanzelf, zo leert de ervaring, verhalen boven komen. Die verhalen en thema’s van het leven worden als het ware in ‘De schatkist van het leven’ gestopt.

Vooral mensen met dementie activeren juist met dit soort activiteiten het geheugen, waar men met ‘gewone gesprekken’ en gerichte vragen niet bij kan komen. De kunstzinnige coaches die het project leiden zijn erin bedreven om de deelnemers daarin goed te begeleiden. Bezoekers kunnen in positieve zin worden verrast door wat zij maken en daardoor een gevoel van betrokkenheid, trots en eigenwaarde ontwikkelen.
Aan dit project wordt elke tweede dinsdag van de maand gewerkt, van 11.00 tot 12.30 uur. De schatkist zal van lieverlee worden gevuld met de producten (‘schatten’) van verscheidene creatieve technieken: tekenen, schilderen, vilten, gedichten, muziek, beweging, knippen/plakken, foto’s et cetera.

Elkaar ondersteunen, samen activiteiten organiseren, plezier hebben met elkaar. Dit zijn enkele aspecten die centraal staan in het Odensehuis. Kernbegrippen zijn vrijheid, openheid en flexibiliteit. Bij het organiseren van activiteiten geldt dat niets moet, alles mag. Een activiteit draagt bij aan het verhogen van de eigenwaarde van bezoekers.

Verslag van 4 september:

Voor de invulling van deze bijzondere dag is gekozen voor een belevenisworkshop door **Nico van Lent, verhalenschenker.** Al eerder is Nico een uurtje bij ons geweest om ons mee te nemen in het verhaal van Vrouwtje van Stavoren. De bezoekers van het Odensehuis genoten hier erg van. Het is belangrijk om oudere mensen en mensen met beginnende dementie deze waardevolle herinneringen te laten beleven. Vandaag vertelde Nico een verhaal over een kinderloze vrouw, die er voor koos een snoepwinkel te starten. Zo kon zij toch genieten van de kinderen, die met een centje in hun zak of hand geklemd, met stralende ogen voor haar stonden, om iets lekkers uit te kiezen. De vrouw vergeleek haar snoep met het leven zelf, dat zout, zuur, bitter en zoet kon zijn. Aan het eind van het verhaal klonk 'Jarig Jetje zou trakteren' en werden er schalen met oudhollands snoep uitgedeeld.



In het middagprogramma zijn **Lenny Paul en Maarten de Vries** gekomen met velerlei klankinstrumenten. Zij werken met heel veel verschillende instrumenten, o.a drums, oceandrum, rainstick, ratels, klankschalen, Koshi (windgong) en Sansula, (duimgong) fluit en de menselijke stem. De klanken van deze bijzondere instrumenten hebben een diepe helende en ontspannende werking die nog lange tijd positief kan doorwerken. Dit geldt voor iedereen, maar zeer zeker voor mensen met geheugenklachten of een vorm van dementie. Ook de mantelzorgers hebben veel behoefte aan ontspanning. Lenny en Maarten zijn al eerder een dag geweest om de sfeer te proeven en de bezoekers kennis te laten maken met deze bijzondere klanken. Dit was een groot succes, vandaar dat zij ook voor deze feestdag zijn gevraagd. Aan het eind van hun klanksessie kregen alle bezoekers een klankinstrument in handen, zodat er een gezamenlijk orkest ontstond. Hiervan genoten de bezoekers met dementie enorm.

Jan Bouma ontving van Lydia en Rosa (vrijwilligers en fotografen), een prachtig **fotoboek** om mee te nemen naar zijn promotiegesprekken.

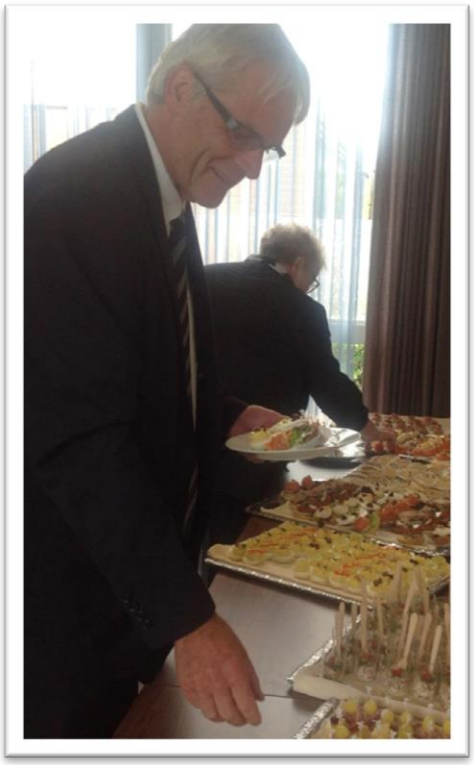
Verslag van Jan Robbemont over de sprekers:

Nico de Pijper, directeur Zorgwaard en voorzitter van de Adviesraad van het Odensehuis, zei dit in zijn toespraak ter gelegenheid van de viering van het eenjarig bestaan op vrijdag 4 september.

,,Er is ongelooflijk veel gebeurd in één jaar. Dat blijkt ook uit het feit dat wij onze eerste verjaardag vieren met de openstelling van een extra dag op vrijdag. Maar we zijn er nog lang niet, er moet nog veel meer gebeuren'', aldus De Pijper. Het Odensehuis Hoeksche Waard streeft er naar om op termijn elke dag open te zijn voor bezoekers met geheugenproblemen of beginnende dementie met hun partners en mantelzorgers.

Net als de vicevoorzitter van het bestuur, Co Zannis, memoreerde De Pijper de rol van initiatiefnemer Jan Bouma (91) uit Mijnsheerenland. ,,In het eerste contact met hem over het Odensehuis, waren zijn charisma en overtuigingskracht zo sterk dat ik alleen maar kon instemmen. Het Odensehuis is er nu en wij moeten ons realiseren dat wij allemaal met dementie te maken (kunnen) krijgen.''

Co Zannis prees de vrijwilligers, bestuursleden en coördinator Ria Los en bedacht hen met een bloemetje. Jan Bouma kreeg niet alleen een bos bloemen maar van de vrijwilligers ook een fotoboek van het eerste jaar.



Er zijn in Nederland vijf Odensehuizen, inloophuizen voor mensen met beginnende dementie, maar alleen dat in de Hoeksche Waard heeft een functie voor heel de streek. De bezoekers komen uit alle gemeenten naar De Beijerkorf aan de Jan Tooropstraat 6 in Oud-Beijerland waar zij contact hebben met lotgenoten. De Pijper en Zannis onderstreepten de uitgangspunten van het Odensehuis: ,,Bezoekers moeten zo lang mogelijk de regie houden over hun leven en uitgaan van hun eigen kracht. Blijven meedoen aan de samenleving, dat is waar het om gaat.''

Wethouder Arie Mol van Binnenmaas sprak namens het portefeuillehouders overleg van het Samenwerkingsorgaan Hoeksche Waard. Hij riep in zijn toespraak de Senioren Adviesraad op onderzoek te doen naar de mogelijkheden voor de vestiging van een Odensehuis in het oosten van de Hoeksche Waard.

Dinsdag 15 september mooie 'Herfstlook' door Kim Bremer

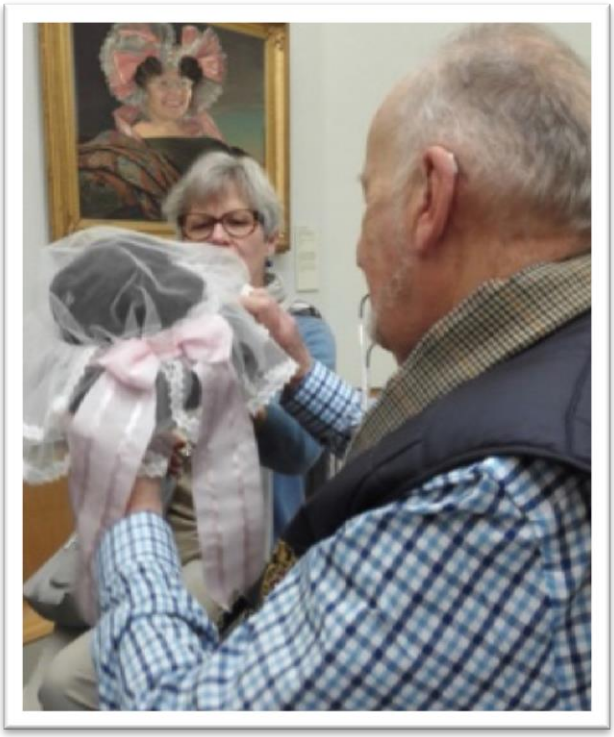
Deze dinsdag kwam schoonheidsspecialiste **Kim Bremer** ons bezoeken.

Drie dames hebben zich mooi laten opmaken en genoten hiervan. Kim heeft beloofd nog een keer terug te komen. Let op de agenda voor de juiste datum.

Donderdag 17 september - Bezoekers Odensehuis naar 'onvergetelijk Boijmans'

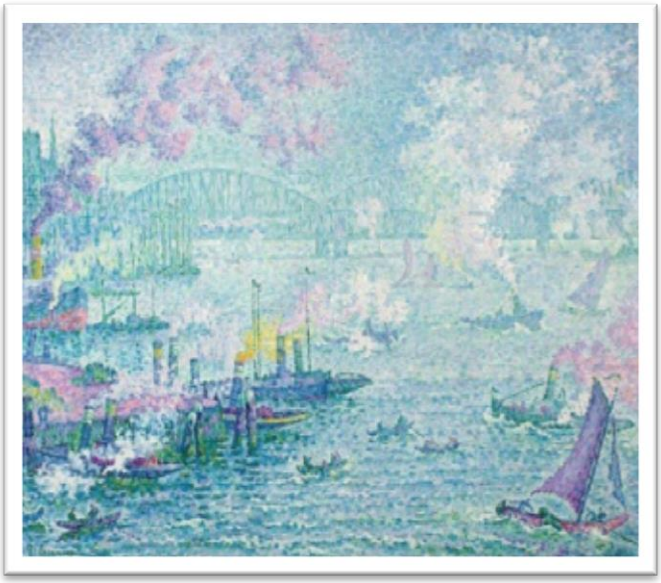
In museum Boijmans van Beuningen in Rotterdam werden de bezoekers van het Odensehuis gastvrij ontvangen. Versierd met een naamstikker en voorzien van vakkundige vrijwilligers en begeleid door Leonie, een lieftallige presentatrice, ontstond er allereerst een gesprek over wat men 'mooi' vond, waarop één van de bezoekers zei: "Ik vind *u* mooi!". De antwoorden varieerden verder van Vincent van Gogh, abstract, Beethoven, mooie vrouwen die ondeugend keken en andere uitspraken. Deze uitspraken werden zo af en toe weer in de uitleg benoemd.

Hierna werd de rondleiding echt gestart bij het schilderij van Gerard Dou: “Jonge vrouw aan de kaptafel “(1667). Allereerst beschreven de bezoekers wat men zag op het schilderij, zo kwamen de ervaringen langzaam naar boven.



De tocht werd vervolgd en gestopt werd bij het portret van een dame, door Jan Adam Kruseman (1829).
Er werd gesproken over het postuur en de kleding van de vrouw, die een duidelijk beeld gaf van die tijd.
Een vergelijkbare muts werd doorgegeven en bevoeld. Er ontstond inmiddels een geanimeerd gesprek.

Het derde object wat werd besproken was de “Petite Danseuse de Quatorze Ans (veertienjarig danseresje) van Edgar Degas (1880-1881). Een prachtig bronzen beeld met kanten rokje in een ballet pose. In de 18e eeuw vond niemand dit mooi, men was gewend alleen geëerde mensen te portretteren of uit te beelden. Bijna iedereen vond dit beeld nu erg mooi. Enkele bezoekers hadden vroeger aan ballet gedaan en de pose werd nog eens uitgelegd.”



Het laatst bekeken schilderij werd onmiddellijk herkend door de bezoekers, het bleek de haven van Rotterdam door Paul Signac in 1907 weergegeven. Zo ontstond er een geanimeerd gesprek over de haven, de beleving van vroeger, (de geuren, stoomboten, zeilschepen) tegenover de moderne haven van nu. Ook de techniek die bij dit schilderij werd gebruikt ‘het pointillisme’ werd uitgebreid besproken. Iedere bezoeker kreeg een ansichtkaart mee van de onbekende dame. Na een kopje koffie of thee togen de bezoekers weer huiswaarts. Dit project is zeker voor herhaling vatbaar, iedereen heeft enorm genoten.

Vrijwilliger stelt zich voor: Henk van Malsen

Door privé omstandigheden ben ik een jaar geleden terecht gekomen in het Odensehuis en ben er gewoon gebleven. Ik heb het vreselijk naar mijn zin als vrijwilliger, omdat we erg vrij zijn om onze taak zo in te vullen, zoals wij denken dat het goed is.

Ik vind het leuk om reacties bij bezoekers uit te lokken, je leert de mensen wel kennen. Ik sluit aan bij de behoefte van de bezoekers, zoals ik dat ook doe bij de Henri Dunant van het Rode Kruis, waar ik al zo'n 80 keer mee ben geweest. Op dit moment help ik ook mee bij de werkzaamheden die er voor de vluchtelingen nodig zijn.

Voor mij is de bijeenkomst van mantelzorgers heel bijzonder. De openheid waarmee de ervaringen gedeeld worden leveren de leukste contacten op, het is echt een vriendenclub.

De vrijheid voor de bezoekers is voor mij het meest opvallende aan het Odensehuis, partners komen veelal mee en men komt of gaat wanneer dit gewenst is. Er is geen verplichting om te blijven, of iets te doen wat je niet wil. Ik hoop het nog lang te kunnen doen.

Bezoekers uitgelicht:

Riet en Frans

Eerst wil ik ons even voorstellen. Frans, 85 jaar en ik, Riet 77 jaar, zijn dit jaar 47 jaar getrouwd.

In 2006 kwam Frans onder behandeling bij een geriater van het EMC i.v.m. geheugenproblemen. Diagnose: MCI, een geïsoleerde geheugenstoornis. Toch heeft het nog tot 2012 geduurd voor de diagnose Alzheimer werd gesteld. Daarnaast heeft Frans ernstige gezondheidsproblemen en een versleten heup, die niet meer geopereerd kan worden. Mijn taak: helpen met aan- en uitkleden, medicijnen toedienen, voorwerpen zoeken, hem eraan herinneren dat hij in huis een stok of rollator gebruikt, zodat hij niet valt. Het meest schrijnend is, dat hij af en toe zoveel vragen heeft omdat hij zich "verloren" voelt. "Waar zijn we hier (thuis), wie ben jij, hebben wij kinderen, leeft mijn moeder nog, moet ik niet naar mijn werk, hoe oud ben ik " enz. Het begrip Alzheimer zegt hem niets en hij begrijpt dan ook niet hoe het kan dat hij zoveel vergeet. Frans brengt zijn dagen door met slapen, voor zich uitstaren en de krant "lezen". Verbanden leggen over onderwerpen lukt niet meer. Hij heeft geen belangstelling voor het wereldgebeuren , maar ook niet voor de mensen om hem heen. Frans heeft wel hetzelfde zachte karakter en is heel meegaand en dankbaar, moppert en klaagt niet (waar hij gezien zijn lichamelijke problemen genoeg reden voor heeft) wat de verzorging lichter maakt. Ik doe het met liefde en wil het zo lang mogelijk volhouden.

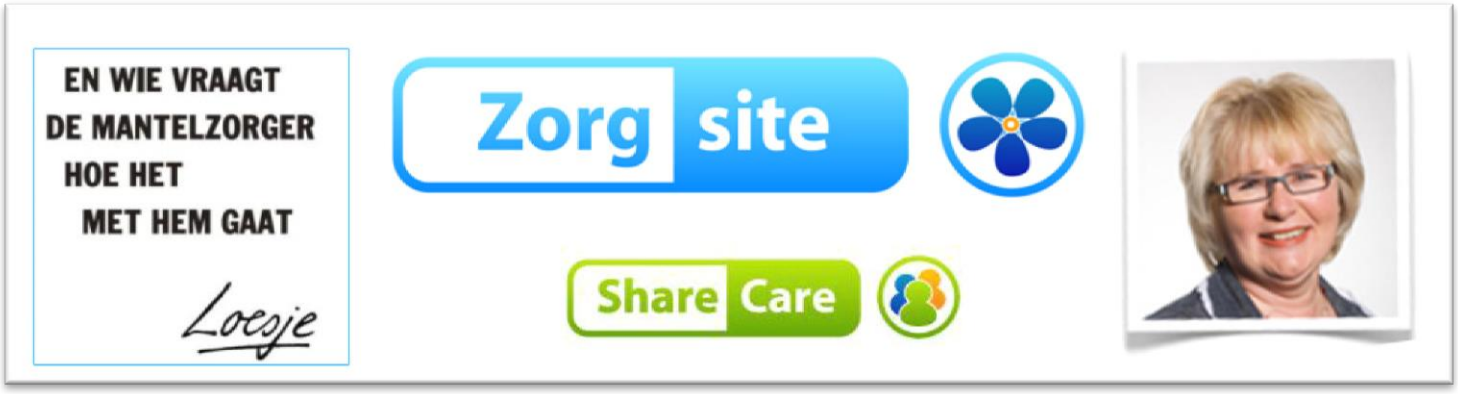
Als fulltime mantelzorger is mijn leven drastisch veranderd. Van een eigen leven met een boeiende baan, pensioen met vrijwilligerswerk en leuke uitstapjes, is mijn leven veranderd in een aan huis gebonden bestaan. Af en toe zie ik het totaal niet zitten en voel me meegezogen in een uitzichtloos bestaan. Dan is het goed te weten dat ik dan in het Odensehuis terecht kan:

- een plek waar begrip is,
- waar je hartelijk ontvangen wordt en waar je niets hoeft uit te leggen,
- waar je je verhaal kwijt kunt als je daar behoefte aan hebt, maar het hoeft niet.
- waar je ook een één op één gesprek kan voeren als je dat nodig hebt.
- het maandelijkse contact met andere mantelzorgers vind ik waardevol:
  je merkt dat je niet de enige bent en je kunt elkaar steunen, verdriet delen en leren van de oplossingen en de humor !!!van de anderen.
- Odensehuis: Ik kom er altijd met nieuwe energie vandaan.

Uit de informatiemap

Dit keer een artikel overgenomen uit Denkbeeld;

Zorg delen via internet; Een praktische oplossing voor mantelzorgers



Saskia Vermeulen*

Overbelasting ligt bij mantelzorg al gauw op de loer. Tijdig hulp van anderen inroepen en de zorg goed organiseren kan dan ook veel ellende voorkomen. Een handig hulpmiddel daarbij is ShareCare.

Als de diagnose 'beginnende dementie' gesteld wordt, weten alle betrokkenen dat ze een zware tijd tegemoet gaan. Wie nog een partner heeft, is betrekkelijk gelukkig: in die situatie kun je meestal langer thuis blijven wonen. Mensen die geen partner (meer) hebben, zullen vaak terug moeten vallen op kinderen en aanhang, een broer of zus en misschien de buren. Hoewel de meeste mensen met dementie zo lang mogelijk zelfstandig thuis willen blijven, realiseren zij zich ook dat er tijden komen waarin de hulp van anderen hard nodig is. Maar erom vragen is niet zo eenvoudig: de meeste mensen accepteren een zorgtaak als hun lot of plicht, het overkomt je, niemand zou er zelf voor gekozen hebben. Een veelgehoorde opvatting is dan ook dat het misschien maar goed is dat de meeste mantelzorgers van te voren niet precies weten waaraan ze beginnen of hoe lang het kan gaan duren. Maar is die insteek wel juist? Ook mantelzorgers kunnen hun voordeel doen met goede informatie in een vroegtijdig stadium en de juiste voorbereidingen treffen kan veel problemen voorkomen.

Neem bijvoorbeeld de situatie van het oudere echtpaar Joost en Marjan. Al snel nadat de diagnose dementie bij Marjan is gesteld, ontstaat er een patroon in de manier waarop ze met elkaar omgaan. Joost is de enige die snapt wat Marjan bedoelt en Marjan voelt zich alleen nog maar prettig en veilig wanneer Joost in de buurt is. De kinderen, de buren en de zus van Marjan kijken werkeloos toe. De eerste maanden bellen ze nog vaak op, maar er valt voor hen niets te doen en zelden is er nieuws, zeker geen positief nieuws. Bovendien vindt iedereen dat Joost het er zo druk mee heeft dat het maar beter is om hem niet constant lastig te vallen.

Die reactie van de omgeving is begrijpelijk, maar ook onwenselijk. Joost moet misschien nog wel heel wat jaren zorg verlenen, jaren waarin de zorglast alleen maar zal toenemen. Als in een later stadium meer ondersteuning nodig is omdat Joost het niet meer alleen aankan of zelf hulp

nodig heeft, wordt het heel moeilijk om Marjan ook aan de zorg van anderen te laten wennen. Zo ontstaat een situatie waarin Joost nooit meer weg kan; hij kan de zorg alleen nog maar overdragen door Marjan verdriet te doen. En was het niet juist begonnen met de liefdevolle insteek om haar 'in voor- en tegenspoed' trouw te blijven? Door dit patroon kunnen bij mantelzorgers gevoelens van ontrouw, machteloosheid en falen de kop opsteken. Er ontstaat een wankel evenwicht waarin het steeds moeilijker wordt hulp van anderen te accepteren. Dat kan uiteindelijk voor niemand goed uitpakken.

Doe het niet alleen!

Kunnen mantelzorgers deze situatie voorkomen? Het belangrijkste advies dat te geven is: 'Doe het niet alleen!' Door al in het beginstadium van dementie te beginnen met het organiseren van hulp wordt de basis gelegd om ook de zwaardere tijden goed door te komen. Een goede organisatie van de zorg begint direct na de diagnose met een familieberaad, waaraan ook de hoofdpersoon op dat moment waarschijnlijk nog kan deelnemen. Vaak blijkt tijdens zo'n beraad dat de betrokkenheid van familie, vrienden, buren of andere naasten groot en zeer gemeend is. De meesten van hen willen graag een steentje bijdragen. Juist dan is het belangrijk om die betrokkenheid vast te houden door de geboden hulp aan te nemen, ook als die op dat moment nog niet zo hard nodig is. Daarmee ontstaat een gezamenlijke verantwoordelijkheid om de zorg vorm te geven. Het geeft iedereen een goed gevoel om het samen te redden, om samen door zware tijden te gaan en het goed te doen. Er is al menig hecht team van familie en vrienden ontstaan rond het bed van een terminale patiënt of rond de zorg voor een gehandicapt kind. Mensen zijn sociale wezens; uit zorgen voor iemand die dat zelf niet kan, halen wij een deel van ons bestaansrecht. Ook bij dementie is het vormen van een 'zorggroep' een effectieve en sociale manier om er samen goed doorheen te komen.

Durf praktisch te zijn

Ook de icoon van zorgzaamheid *Florence Nightingale* was niet alleen maar liefdevol en toegewijd. Zij was vooral bezig met het verbeteren van de fysieke omstandigheden in het legerhospitaal en daarnaast met het praktisch organiseren van de zorg zodat beschikbare middelen, tijd en aandacht goed werden benut en verdeeld. Het klinkt misschien vreemd, maar dit is een les waarmee mantelzorgers hun voordeel kunnen doen: praktisch zijn en op tijd maatregelen treffen voorkomt veel werk en zorgt ervoor dat iemand meer plezier kan beleven aan de zorg.

Neem nu al die verschillende domotica-toepassingen die beschikbaar zijn om mensen met dementie langer zelfstandig te houden. Automatische verlichting in bijvoorbeeld het toilet is een goede oplossing voor iemand die niet meer begrijpt hoe een lichtknopje werkt. En een eenvoudige mobiele telefoon met een alarmfunctie is effectief voor wie die de weg kwijt raakt in zijn eigen buurt. Maar het is wel belangrijk om iemand daar in een vroeg stadium van de dementie vertrouwd mee te maken: ermee omgaan moet een automatisme zijn geworden voordat de persoon met dementie minder goed gaat functioneren.

Alle praktische hulpmiddelen echter ten spijt, hulp van andere mensen blijft het belangrijkst. Nu past hulp vragen niet in zo onze cultuur: Nederlanders worden opgevoed in een traditie van 'kindertjes die vragen worden overgeslagen'. Dit is zo sterk verankerd, dat 'ergens om moeten vragen' al snel als gênant wordt ervaren. De overheid heeft professionele zorg dan ook vastgelegd in wetten en regels, zodat mensen hun recht kunnen halen in plaats van erom te moeten vragen. Bij mantelzorg gelden die wetten en regels echter niet en wordt de mate van inzet bepaald door wat men voor elkaar wil, maar ook kán betekenen. Dat laatste staat in de huidige tijd onder druk. We beschikken immers over steeds minder vrije tijd. Toch blijkt dat de meeste mensen zich

plezieriger voelen wanneer ze af en toe wat voor hun naaste kunnen doen; niets doen betekent zich ook een beetje schuldig voelen. Binnen een groep van familieleden en vrienden die voor iemand zorgt, kunnen de bereidheid en de mogelijkheden echter sterk uiteen lopen. Een helder overzicht van taken en wensen en de mogelijkheid om ieder groepslid zelf zijn keuze te laten maken in wat hij wel of niet kan bijdragen, is daarom een noodzakelijke voorwaarde voor goed samenspel. Maar hoe organiseer je zoiets en voorkom je urenlang heen en weer bellen tussen alle leden van de groep? Op internet bestaat hiervoor een eenvoudig en praktisch hulpmiddel in de vorm van de ShareCare Zorgsite.

Iedereen betrokken houden

Iedere groep die samen voor iemand zorgt, kan deze site gebruiken om de zorgtaken onderling af te stemmen. De site heeft een interactief rooster, waarop alle taken kunnen worden vermeld die verricht moeten worden. Door in te loggen kunnen groepsleden zichzelf voor een taak opgeven door erop te klikken; hun naam verschijnt dan in het bijbehorende vakje. Zo heeft iedereen steeds een up-to-date overzicht van wie wanneer wat doet (zie ook de afbeelding op deze pagina). Dit geeft een grote mate van flexibiliteit: men kan zich de ene week twee keer voor een taak inschrijven, de volgende week alleen op zondag en de week daarna helemaal niet omdat men bijvoorbeeld op vakantie gaat. Vele handen maken licht werk en op deze manier kan iedereen makkelijk op zijn eigen wijze een steentje bijdragen. De primaire mantelzorger ervaart zo bovendien heel concreet dat hij er niet alleen voor staat en dat hij de verantwoordelijkheid voor de zorg met anderen kan delen.

Maar de ShareCare Zorgsite biedt meer dan het plannen van zorgtaken. Betrokkenheid moet worden gevoed door informatie en overdracht en via de site kunnen mensen op allerlei manieren met elkaar communiceren. Zo zijn er diverse plaatsen om berichten uit te wisselen en kan er gebruik worden gemaakt van (groeps-)sms of (groeps-)mail. Door de mogelijkheid foto’s te plaatsen wordt de site aantrekkelijk gehouden. Omdat een ‘zorggroep’ divers van samenstelling kan zijn, is het mogelijk een deel van de site af te scheiden voor een kleinere groep familieleden die meer intieme informatie met elkaar wil delen. Bijvoorbeeld tips hoe te reageren wanneer moeder zich weer eens onuitstaanbaar gedraagt. Ook kan men er bepalen wie welke taak kan en mag uitvoeren. Alleen de groepsleden die een taak mogen uitvoeren, kunnen dan de informatie erover lezen.

Volgende stap

De ShareCare-site bestaat nu ruim drie jaar en heeft inmiddels honderden zorggroepen ondersteund. Gebruikers geven het product een ruime acht en bijna negentig procent zegt dat de zorg op deze manier beter gespreid is. Binnenkort wordt een nieuwe versie gelanceerd, waarin alle ervaringen en opmerkingen van gebruikers verwerkt zijn tot een nog gebruikersvriendelijker product. Inmiddels stelt ook een groeiend aantal gemeenten ShareCare gratis beschikbaar aan burgers en maatschappelijke organisaties in het kader van de Wet Maatschappelijke Ondersteuning.

Om het gebruiksgemak en de mogelijkheden verder te vergroten werkt ShareCare op dit moment samen met de firma Novatouch aan een integratie van de zorgsite in een contactscherm (in de vorm van een aanraakscherm of *touch-screen*). Nieuwe functies zijn onder andere beeldbellen, foto’s bekijken, e-mailberichten ontvangen en hierop gesproken reageren en agendaherinneringen. Voor het installeren en het inrichten van het scherm dragen mantelzorgers of professionele hulpverleners zorg, maar het gebruik van alle functies is zo eenvoudig dat ook mensen met (beginnende) cognitieve problemen ze kunnen benutten. Een van de eerste functies

die zal worden aangeboden, is de ‘bereikbaarheidsdienst’. Daarbij bekijken de leden van de zorggroep wie op welke dag bereikbaar is. Diens foto staat dan die dag prominent op het contactscherm; door de foto aan te raken kan de persoon met dementie direct met hem of haar bellen (zie de afbeelding op deze pagina). Een ander voorbeeld zijn de berichtjes om aan een afspraak te herinneren. Op het contactscherm verschijnt dan bijvoorbeeld een kwartier van tevoren de foto van de mantelzorger, vergezeld van een geluidssignaaltje, met de boodschap: ‘Ik kom je over een kwartiertje halen om met je naar de tandarts te gaan. Zorg je dat je klaar staat?’

Als het thuis niet meer gaat

Zorg delen met anderen, gebruik maken van alle beschikbare hulpmiddelen: hoe eerder men ermee begint na de diagnose, hoe beter het is. Maar alle goede zorgen ten spijt bestaat er een gerede kans dat iemand niet altijd thuis kan blijven wonen. Ook dan biedt een betrokken zorggroep twee grote voordelen ten opzichte van een situatie waarin de zorg minder breed wordt gedragen. Om te beginnen hoeft de primaire mantelzorger de moeilijke beslissing dat het niet langer gaat, niet alleen te nemen: er is een groep mensen die betrokken is en goed geïnformeerd en met wie deze beslissing kan worden gedeeld. Bovendien zorgt de band die is ontstaan bij de zorg thuis ervoor dat mensen geneigd zullen zijn vaker op bezoek te komen in het verpleeghuis en dat men ook dan de groep in stand kan houden om ervaringen uit te wisselen en elkaar steun te bieden. Een zorgsite als ShareCare is geen wondermiddel, maar biedt mantelzorgers een praktische oplossing die wel degelijk een verschil kan maken: gedeelde zorg is halve zorg.
Meer informatie: www.sharecare.nl ; www.novatouch.nl .
* **Saskia Vermeulen** is psychologe en directeur-eigenaar van ShareCare.

© 2009, Bohn Stafleu van Loghum, Houten

Zeg het met bloemen…….van Rosa!