

COACHES HELPEN MANTELZORGERS NA EEN INTENSIEVE TIJD

‘Het is moeilijk om je geliefde los te laten’

Zonder dat ze het zelf weten zijn mantelzorgers van mensen met dementie op een gegeven moment vaak overbelast. Hun wereld wordt steeds kleiner, de zorg intensiever. De mantelzorgcoaches van ZGAO helpen ze om de draad weer op te pakken. “Het kost tijd om weer te durven leven.”

Door **Linda van den Dobbelsteen**

Toen Bep, de vrouw van Jos van Wakeren (81), een paar jaar geleden tekenen van dementie begon te vertonen had hij dat niet direct in de gaten. Maar haar klachten werden erger en na lang liefdevol en geduldig voor haar gezorgd te hebben, ging het niet meer. De diagnose dementie was een klap. “Toen wist ik dat ze niet meer beter zou worden.”

Ze kon niet meer thuis wonen vertelt Jos, nog steeds aangedaan. “Ik moest op zoek naar een plek waar Bep kon wonen.” Na een rondleiding hield hij aan het Flevohuis het beste gevoel over. “Doorslaggevend was de kwaliteit van leven voor mijn vrouw. Hier zag ik dat het nieuw en schoon was, met een grote tuin, een fijne activitei-



Mantelzorgcoaches Elsbeth en Maaïke begeleiden mantelzorgers met een naaste op de wachtlijst om de overgang van thuis naar het verpleeghuis soepel te laten verlopen. “We regelen praktische zaken, maar bieden ook emotionele ondersteuning.” Jos: “Ze wisten me gerust te stellen en dankzij hen heb ik een bezoekritme gevonden waarbij ik me goed voel.”

tenruimte, her en der gezellige zitjes en liefdevolle mensen.”

Desondanks vond Jos het moeilijk om haar los te laten, hij kampte met schuldgevoelens. Dat geldt voor bijna alle mantelzorgers, vertelt Elsbeth de Jong, een van de twee mantelzorgcoa-

ches die ZGAO in dienst heeft. “De eerste zes weken na de verhuizing houden we contact met de mantelzorger, we vragen hoe het gaat en geven ondersteuning bij praktische zaken.” Samen met Jos heeft Elsbeth het levensverhaal van Bep opgeschreven. “Zo zijn zorgme-

dewerkers op de hoogte van wat belangrijk is in het leven van Bep, welke hobby’s ze had en van welke muziek ze houdt.”

Maaïke Ruitenschild, ook mantelzorgcoach: “De periode voor de verhuizing is heel intensief. Mantelzorgers kampen met

levend verlies. Het verhuisingesprek is een kantelpunt: nu gaat het gebeuren. Behalve praktische zaken wordt ook veel persoonlijke informatie doorgesproken. Het zijn de kleine dingen die ervoor zorgen dat bewoners zich welkom voelen.” Ze geeft een voorbeeld. “Een mevrouw kwam hier wonen maar wilde echt niet, haar gezicht stond bij binnenkomst op onweer. Via haar dochter wisten we dat ze van thee met slagroom hield. Toen de verzorgende haar bij het eerste contact precies dat aanbood, zag je haar ontspannen.”

Als je geliefde eenmaal uit huis is, heb je als mantelzorger weer tijd voor jezelf. Maaïke: “Maar het kost tijd om weer te durven leven.” Jos: “Bep wordt hier goed en liefdevol verzorgd. Doordat ik dat weet, kan ik er thuis beter mee omgaan. Daar ben ik dankbaar voor. Ik heb het gevoel dat mijn vrouw veilig is, dat geeft rust.”

Wil je meer weten over de verpleeghuizen van ZGAO, of wil je een rondleiding? Neem contact op met het Client Service Bureau via 020-5925420 of csb@zgao.nl.

www.zgao.nl

Advertorial