

ZORG DIE BEGINT BIJ VERTROUWEN

Goede zorg gaat niet alleen over wat iemand medisch nodig heeft, maar ook over wat vertrouwd voelt. Welke taal spreek je thuis? Wie vertrouw je? Wat eet je graag? Wie denkt er mee als er beslissingen genomen moeten worden? En wat heb je nodig om je veilig en gezien te voelen als je ziek bent of afhankelijk wordt? In de Bredase wijk Hoge Vucht zoeken buurtbewoners en professionals elkaar op om zorg in de laatste levensfase van inwoners met een migratieachtergrond beter te laten aansluiten bij het leven van mensen zelf.

Er gebeurt veel in Hoge Vucht, vooral in de informele sfeer. Verschillende inwoners staan bekend als 'mensen die kunnen helpen'. Mohammed Bouyaouzan (54) is zo'n sleutelfiguur die graag iets voor de gemeenschap betekent. "Ik werk als psychiatisch verpleegkundige in een ander deel van Breda, maar in Hoge Vucht ben ik actief als mantelzorger voor mensen in de laatste levensfase. En ook vanuit de moskee word ik betrokken bij zaken rondom gezondheid. Bijvoorbeeld praten en uitleg geven bij gezinnen waar iemand dementie heeft. Ik word ook vaak gevraagd dingen uit te zoeken qua regelgeving: waar heeft iemand recht op als het gaat om ondersteuning? Zelfs zonder taalbarrière is dat vaak al lastig."

Vertrouwde omstandigheden

Ook Lemia Elhaddouti (39) is een sleutelfiguur in de wijk. Vanuit haar stichting La Femme Vitaal organiseert zij activiteiten voor ouderen. Bijvoorbeeld de wijkwoonkamer,

waarin vrouwen uit de wijk met een zorgvraag elkaar ontmoeten. Lemia: "We brengen onze moeders wekelijks bij elkaar voor een gezellige middag. Vrouwen onder elkaar, die hun vertrouwde taal spreken en een traditionele maaltijd delen. Ze knappen er zichtbaar van op. Groot voordeel is dat mensen met een levensbedreigende ziekte - waar ze zich vaak voor schamen - zo steun ervaren zonder dat hun ziekte daarbij centraal staat."

MEER TIJD VOOR MANTELZORGERS

Niet alleen ouderen hebben baat bij de wijkwoonkamer. Ook mantelzorgers die vaak te veel op hun bord hebben, kunnen zo een dag in de week even ontspannen. Lemia: "Het opzetten van officiële mantelzorgondersteuning kost vaak tijd die mantelzorgers niet hebben. Bij ons hoeft je geen formulieren in te vullen. Iedereen is welkom."





ONTMOETING

Het project 'Samenwerken en verbinding in de wijk: interculturele en passende zorg in de laatste levensfase' is gefinancierd door ZonMw. Onder meer sleutelfiguren uit de wijk, wijkverpleegkundigen, sociaal werkers, een geestelijk verzorger, Wmo-consulenten, deelnemers van burger-initiatieven, Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg (VPTZ) en beleidsmedewerkers van zorgorganisaties kwamen bijeen in leerwerkbijeenkomsten rond cultuursensitieve palliatieve zorg. Voorafgaand aan de bijeenkomsten is er een onderzoek in de wijk gedaan. Hiervoor zijn onder andere inwoners opgeleid om interviews te houden met mensen uit hun eigen gemeenschap.

Minder cultuurstress, meer welzijn

Kennis van wat mensen gewend zijn is essentieel, weet ook Mohammed. "Denk

bijvoorbeeld aan zorgverblijf op een gemengde kamer. Je kunt ervan vinden wat je wilt, maar het is een feit dat dit voor vrouwen uit verschillende culturen vaak stress oplevert. En als je het dan hebt over welzijn, moet het toch anders kunnen? Voor écht goede zorg is het belangrijk om het gesprek met elkaar aan te gaan en met elkaar mee te denken."

Combinaties zoeken

Onlangs bracht Avans Hogeschool mensen uit de formele en informele zorg bij elkaar in een proeftuin met meerdere activiteiten die deelnemers zelf bedachten om te zien: hoe kunnen we elkaar op een passende én blijvende manier aanvullen? Projectleider en onderzoeker Jolanda van Omme vertelt: "Zo schoven er Wmo-consulenten en mantelzorg-ondersteuners aan bij de iftar (gezamenlijke maaltijd) die Lemia organiseerde tijdens de ramadan. En hielden we samen ontbijtsessies waarbij mantelzorgers voorlichting kregen over digitale hulpmiddelen, bijvoorbeeld om lastige

WHATSAPPGROEP

Uit de proeftuinen rolden ook weer nieuwe initiatieven. Zo zijn professionals uitgenodigd om in de Turkse moskee te vertellen over palliatieve zorg en organisaties. En er ontstond een WhatsAppgroep waarin mantelzorgers elkaar ondersteunen.

brieven mee te vertalen. Ook was er een workshop over palliatieve zorg voor sleutelfiguren."

Belangrijke eerste stap

Het project leverde een goed overzicht van alle initiatieven en mogelijkheden in de wijk. Mohammed: "Buurtbewoners en professionals kennen elkaar nu en dat is een belangrijke eerste stap. Er wordt nu gezocht naar een

Buurtbewoners en professionals kennen elkaar nu. Dat is een belangrijke eerste stap

professional die ons helpt de nieuwe banden te verdiepen. Zo kan er samenhang ontstaan en kunnen we nog meer betekenen voor de mensen in de wijk."

Elkaar versterken voor betere zorg

Lemia: "Ik ben blij met deze verbinding en de moeite die ervoor is gedaan. Sleutelfiguren vind je niet via een flyer, website of oproep. De enige effectieve manier is om daadwerkelijk de wijk in te gaan en mensen te vragen bij wie zij voor hulp aankloppen als er iets speelt. Nu de verbinding er is, kunnen we elkaar gaan versterken. Samen hebben we de kennis, het bereik, het vertrouwen, de structuren en middelen om mensen goed te helpen."

TEKST MARTINE DE WIT BEELD LA FEMME VITALE, ISTOCK

COLOFON

Pal voor u over leven met (palliatieve) zorg
Editie 16

Pal voor u is een uitgave van Zezz Media i.s.m. de Netwerken Palliatieve Zorg en Rob Bruntink

Deze uitgave is mede mogelijk gemaakt door de Netwerken Palliatieve Zorg (NPZ), Kenniscentrum Kinderpalliatieve Zorg, VPTZ en ZonMw

Projectgroep

Annemarie van Bergen (Zezz Media), Rob Bruntink (PZNL), Nienke Goemaat (NPZ Utrecht-Zuid en Noord-West Utrecht), Els Knapen (NPZ Westelijke Mijnstreek), Sandra Rijnen (Zezz Media), Wies Wagenaar (NPZ Amsterdam/Diemen)

Klankbordgroep

Daniëlle de Bruijn (VPTZ Nederland), Yvonne Geuze-van Horssen (NPV), Elise van Hoek (NPV), Fenna Kempe (Netwerk Palliatieve Zorg Zeeland), Marlene Middelburg (IKNL), Belia Quak (Netwerk Palliatieve Zorg Haaglanden), Inge Rinzema (V&VN, ZINN), Leny van Rooyen (MVT Arnhem), Sandrina Sangers (Agora), Esther Schuijtvlot (huisarts), Monique van de Ven (MIK-PIW groep), Anine Wink (Netwerk Palliatieve Zorg Dordrecht, Gorinchem e.o.)

Uitgever Sandra Rijnen

Hoofdredactie Annemarie van Bergen

Concept & realisatie Annemarie van Bergen, Zezz Media

Art direction Romeny grafisch ontwerp

Medewerkers Margot Bouwens, Brenda van Dam, Marcel van den Bergh, Jessica Nell

Druk Damen Drukkers

Oplage 25.000

Contact sandra@zezzmedia.nl

024 711 42 49

© Zezz Media, content en media over beter leven met ziekte



ISBN 978-94-91298-95-0

Overname van artikelen is in overleg en met bronvermelding toegestaan. Hoewel deze productie met de grootst mogelijke zorg is samengesteld, aanvaardt de uitgever geen enkele aansprakelijkheid voor schade voortvloeiend uit een eventueel foutieve vermelding in deze uitgave.