

## Interview met Anna van Gaalen, medewerker Vrijwilligerspunt Goes

# Onbetaalbaar: vrijwilligerswerk in de mantelzorg



Karin Hoogesteger, beleidsmedewerker op de afdeling Samenleving: "De gemeente ondersteunt de Stichting Maatschappelijk werk en Welzijn Oosterschelderegio (SMWO) o.a. voor de uitvoering van mantelzorgtaken.

Mantelzorg wordt steeds belangrijker. Daarom wil de gemeente graag weten wie die mantelzorger is en waar hij/zij behoefte aan heeft om zo hierop het beleid te kunnen afstemmen. Voeg-signalering is erg belangrijk, maar ook het geven van informatie en advies, deskundigheidsbevordering, ondersteuning en begeleiding. De samenwerking met de zorginstellingen (waar veel mantelzorgers te vinden zijn) is een belangrijk aandachtspunt. De gemeente en het SMWO werken nauw samen om deze zaken de komende tijd goed uit te werken."

Duizenden mensen in heel Nederland verlenen dagelijks intensieve zorg aan iemand in hun directe omgeving. Dat kan de partner zijn, een kind, ouders of schoonouders, een buur, een vriend of vriendin.

Deze, inmiddels welbekende, mantelzorg kan een flinke geestelijke en lichamelijke belasting opleveren. Het is dan fijn - om niet te zeggen noodzakelijk - dat iemand af en toe de zorg overneemt, zodat de druk even van de ketel kan. Van overbelast of oververmoeid raken wordt immers niemand beter. Dit regelmatig overnemen van de zorg zodat de mantelzorger bij kan komen en even iets voor zichzelf kan doen, wordt respijtzorg genoemd. Respijtzorg kan overigens ook worden ingezet als de mantelzorger moet werken.

Bij respijtzorg snijdt het mes aan twee kanten. Voor degene die mantelzorg ontvangt kan het namelijk ook prettig zijn eens anderen te ontmoeten en daarmee nieuwe dingen te ondernemen. Bij het Vrijwilligerspunt Goes dat valt onder SMWO - werken 123 zorgvrijwilligers, jongeren en ouderen. Een aantal

van hen biedt respijtzorg. Anna van Gaalen, medewerker van Vrijwilligerspunt Goes, vertelt: 'Respijtzorg kan worden ingezet op vaste momenten in de week, maar ook incidenteel. Op [www.vrijwilligerspuntgoes.nl](http://www.vrijwilligerspuntgoes.nl) staat informatie over wat we zoal doen, en natuurlijk kunnen mantelzorgers ons ook bellen voor informatie. Onze mantelzorgcoaches - ook dit zijn vrijwilligers - kunnen hen thuis bezoeken en op basis van wat er nodig is, organiseren zij passende ondersteuning.'

Behalve het organiseren van respijtzorg biedt het Vrijwilligerssteunpunt ook andere vormen van mantelzorgondersteuning, vertelt Anna. 'We zijn in samenwerking met de gemeente Goes actief rond de Dag van de Mantelzorg. Een aantal vrijwilligers levert dan geschenkpakketjes af bij mantelzorgers, waarmee de samenleving haar waardering toont voor hun

inzet. De komende jaren zal de druk op de mantelzorgers toenemen. Extra ruggeleuning is dan ook op zijn plaats. Met onder meer het organiseren van contactmomenten voor lotgenoten wil mantelzorgcoördinator Ilse Olree van het SMWO de mantelzorgers in onze gemeente deze steun geven. Lotgenotencontact stelt mensen in de gelegenheid hun verhaal kwijt te kunnen, en ervaringen en tips uit te wisselen. Kortgeleden organiseerden we daarom een ontspannen stadswandeling door Goes, die erg werd gewaardeerd.'