



## GOED GEZELSCHAP

Een helpende hand voor kwaliteit van leven

### Nieuwsbrief

Deventer, september 2013

In deze nieuwsbrief informeer ik u graag over de stand van zaken rondom Goed Gezelschap, het kleinschalige particuliere initiatief voor mensen die extra support nodig hebben. Toen ik vorig jaar mijn werk als projectleider in de maatschappelijke zorg verruilde voor het zorgondernemerschap, kon ik niet vermoeden dat er zoveel zou gebeuren in een jaar. Door overheidsbezuinigingen is het recht op zorg vervangen door een vangnetsysteem waar je alleen op terug kan vallen als het echt niet meer gaat. Vooral (kwetsbare) ouderen vragen zich af hoe het straks moet als ze zich niet meer zelfstandig kunnen redden. Door de crisis zijn veel hoogopgeleide mensen hun baan of opdrachtgevers kwijtgeraakt. In hun zoektocht naar ander, zinvol werk kwamen ze Goed Gezelschap op het spoor en konden we uitgroeien tot een organisatie met breed en gevarieerd hulpaanbod. Tenslotte heb ik door mijn “carrière-switch” het afgelopen jaar af en toe lastige maar vooral ook heel veel bijzondere momenten gekend. Ik heb van heel dichtbij ervaren wat het betekent om een ongelukkige dementerende moeder te hebben, hoe het is om de langstlevende Parkinsonpatiënt van Nederland te zijn of wat er kan gebeuren als je autistische kind niet terecht kan op het speciaal onderwijs en geen behandeling kan krijgen omdat zijn handicap te fors is voor de zorgaanbieder. Hieronder kunt u het één en ander lezen over deze ervaringen en over onze plannen voor het komende jaar. Maar allereerst wil ik iedereen die met mij heeft meegedacht en meegeleefd heel hartelijk bedanken voor zijn/haar support.

#### *Nederland ten opzichte van het buitenland*

De AWBZ gaat op de schop, dat kunnen we regelmatig lezen in de krant en horen op het nieuws. De komende jaren moet er ongeveer 1/5 worden gekort op het huidige budget. Er is al een forse eigen bijdrage ingevoerd voor ouderen in verzorgings- en verpleeghuizen maar er gaat nog veel meer veranderen. In Dagblad Trouw stond een paar weken geleden een interessant artikel waarin de situatie in Nederland werd vergeleken met andere landen in Europa. Er stond in dat we in Nederland zullen toegroeien naar een systeem zoals dat in veel landen om ons heen al jarenlang gebruikelijk is. Want in vergelijking tot bijvoorbeeld Engeland en Duitsland geeft Nederland driemaal zoveel uit aan ouderenzorg en viermaal zoveel als Spanje. Wie nog enigszins kan moet thuis blijven wonen met ondersteuning van familie,

buren in vrienden. Want, zo blijkt uit internationaal onderzoek, Nederlandse ouderen ontvangen verhoudingsgewijs op dit moment weinig informele hulp.

#### *Een paar ervaringen*

M'n eerste slaapdienst was bij een hoogbejaard echtpaar, allebei slecht ter been en behoorlijke vergeetachtig. Zo'n eerste keer is altijd wat onwennig maar rond middernacht lagen we allemaal rustig te slapen. Dat duurde niet lang. Om 1 uur hoorde ik allerlei vreemde geluiden. Meneer bleek druk met het vervangen van de lampen en er bungelde een afgebroken peertje aan een fitting dus.....kortsluiting. Omdat ik nog niet zo bekend was in dit huis, duurde het even voordat ik de meterkast vond om de schakelaar weer om te zetten. Ik was er duidelijk niet voor niets.



## GOED GEZELSHAP

### Een helpende hand voor kwaliteit van leven

Door ervaringen in mijn privésfeer ben ik aardig bekend met autisme. Ik weet welke impact autisme heeft op het leven van de autist zelf maar ook op dat van zijn naasten. Toen ik besloot om anderen die in hetzelfde schuitje zitten te gaan ondersteunen was dat best spannend. Want eigen ervaringen zijn waardevol maar kunnen ook emoties losmaken waar een ander niets aan heeft. Gelukkig bleek dat mee te vallen. Toen ik startte met de begeleiding van de 14 jarige Bram merkte ik voor het eerst dat ik wat positiefs kon doen met mijn eigen ervaringen. Het hielp mij om Bram goed te begeleiden en het hielp Bram en zijn ouders omdat ik ze kon vertellen hoe ik zelf met bepaalde situaties was omgegaan.



We hebben het afgelopen jaar heel wat afgebakken en –geknutseld. En tussen de bedrijven door hadden we het over het omgaan met drukte en boosheid en heeft Bram hier behoorlijke stappen in gezet.

#### *Casemanager Dementie*

In Deventer en omstreken kunt u sinds ruim een jaar terecht bij een casemanager Dementie. Deze casemanager begeleidt thuiswonende mensen met geheugenproblemen/dementie en hun naasten. Ze komt op huisbezoek en geeft voorlichting, advies en begeleiding. Daarnaast onderhoudt ze contact met de verschillende hulpverleners die mogelijk bij u betrokken

zijn. U kunt haar zien als een soort spin in het grote web van zorg dat dementie met zich meebrengt. Voor meer informatie en/of advies kunt u contact opnemen met het Geheugensteunpunt, tel. 0570 629562

#### *Autismecafé*

Nederland kent 12 autismecafé 's, onder andere in Zutphen, Zwolle en Raalte. De cafés organiseren 1x per 2 maanden bijeenkomsten voor ouders van kinderen met autisme. Maar ook hulpverleners, andere naasten en mensen die zelf autisme hebben zijn welkom. Iedere bijeenkomst staat een ander thema centraal. Zo kan het gaan over “leven met autisme”, “autisme en gamen”, “hulphonden voor mensen met autisme” etc. Tijdens de bijeenkomsten is er altijd gelegenheid om informatie uit te wisselen met andere ouders of vragen te stellen aan hulpverleners.

Wat mij erg aanspreekt van het autismecafé is de combinatie van een spreker over een thema en het contact met andere ouders. Je steekt er altijd wel wat op en voelt je wat minder eenzaam als ouder van een kind met autisme. Meer informatie over het autismecafé kunt u vinden op:

[www.autismecafe.nl](http://www.autismecafe.nl)

#### *De pers*

De kranten waren me het afgelopen jaar goed gezind. Er stonden artikelen over Goed Gezelschap in de Stedendriehoek, de Deventer Post en De Stentor. In een tijd waarin de toegang tot het verzorgingshuis wordt teruggeschroefd, de eigen bijdrage voor zorg fors is verhoogd en een zorginstelling als Corel haar deuren gaat sluiten, heeft een initiatief zoals Goed Gezelschap blijkbaar nieuwswaarde. En inderdaad leverde de publiciteit reacties van ouderen (of hun kinderen) op die zelf het



## GOED GEZELSCHAP

### Een helpende hand voor kwaliteit van leven

heft in handen nemen en ondersteuning inkochten voor hun dementerende partner, hun moeder met Alzheimer of voor hun eigen vervoer naar de dokter.

#### *De medewerkers*

Het netwerk is uitgegroeid tot een enthousiaste groep 50 plussers die betrokken zijn bij het welzijn van ouderen, de nodige levenservaring hebben en allemaal op de één of andere manier ervaring hebben opgedaan als vrijwilliger en/of mantelzorger voor mensen op leeftijd of voor mensen met autisme. Het aardige is dat de achtergrond en ervaring van de medewerkers nogal verschilt zodat we elkaar goed aanvullen en, al zeg ik het zelf, een interessant pakket te bieden hebben. Vera studeerde filosofie, werkt als vertaler en maar heeft daarnaast altijd vrijwilligerswerk in de zorg gedaan. Ze heeft ruime ervaring met demente ouderen en jongeren met autisme en weet met hen de juiste toon te vinden. Wim heeft jarenlang gewerkt als (gecertificeerd) financieel planner in het bankwezen en is daarnaast de bewindvoerder van zijn zwager. Hij is expert op het gebied van belastingen, beleggingen, hypotheek en testamenten, hetgeen bij bewindvoering uitstekend van pas komt. Ger is onze klusjesman en dan hebben we nog Margaret en Saskia. Margaret is degene voor de culturele uitstapje. Ze studeerde kunstgeschiedenis maar weet ook veel af van films, natuurbeheer. Saskia is van huis uit fysiotherapeut en kan u adviseren en begeleiden als het lijf niet meer zo wil. Loes werkt parttime als predikant en is daarnaast actief als levenscoach. Naast hen zijn er nog meer interessante mensen in het netwerk, maar daar vertel ik een volgende keer wel wat over.

#### *Wie is Sophie?*

Voor degenen die mij niet kennen even een kort stukje over mezelf. Ik ben opgegroeid in Diepenveen en heb gestudeerd aan de Landbouwwuniversiteit in Wageningen. Daarna heb ik een tijd gewerkt als marktonderzoeker voor grote bedrijven als Unilever en Sara Lee. Toen heb ik de eerste carrière-switch gemaakt en ben ik gaan werken als beleidsmedewerker/projectleider in de maatschappelijke zorg. Inmiddels woonde ik in Leiden en was moeder van twee zoons. Naast mijn werk was ik een drukke mantelzorger, al zag ik dat zelf toen niet zo. In 2007 verhuisde ik weer naar het oosten waar ik aan de slag ging bij de GGD in Deventer.



In 2009 kreeg ik een ernstig ongeluk en heb ik ervaren wat het betekent om volledig afhankelijk van anderen te zijn. Gelukkig duurde dat in mijn geval maar een paar maanden. Maar het heeft me wel op het spoor van Goed Gezelschap gezet. Een bijdrage leveren aan het welzijn van mensen die zich niet (meer) zelfstandig kunnen redden is zeer waardevol en daar wil ik me dan ook graag volledig voor inzetten.

#### *Ons aanbod*

Ons aanbod is heel gevarieerd en hangt uiteraard af van de wensen van de klant. In vergelijking tot de reguliere thuiszorg zijn wij veel kleinschaliger. U krijgt dus niet



## GOED GEZELSHAP

### Een helpende hand voor kwaliteit van leven

met allerlei verschillende mensen te maken. We zijn flexibel inzetbaar en ook bereikbaar buiten kantoor tijden. Daarnaast richten we ons vooral op het welzijn van onze klanten en zijn we (desgewenst) een gesprekspartner. In vergelijking tot de vrijwillige thuiszorg is ons aanbod wat breder en zijn we intensiever inzetbaar. Van een vrijwilliger kan je niet verwachten dat hij/zij een slaapdienst doet of uw tuin onderhoudt. Wij doen dat wel.

Het afgelopen jaar hebben we van alles gedaan. Zo hebben we geholpen met het vinden van een nieuwe woonplek voor een demente heer en de aanschaf van hulpmiddelen voor een oudere dame. Een andere klant brengen we wekelijks naar de kapper en met een 85-jarige dame gaan we 2x in de week wandelen en praten we veel over het accepteren en verwerken van dementie. We worden ingeschakeld voor het vervoer naar Schiphol en de activering van een demente heer die zich niet thuis voelt op de dagopvang. Onze jeugdige autisten (en hun ouders) hebben hele andere vragen. Bij hen draait het vaak om het ontlasten van de ouders en het stimuleren/activeren van de kinderen. We doen dat bijvoorbeeld via de contactgericht spelen/leren (CLS)-methodiek. Bij deze methode stimuleer je vanuit het contact met het autistische kind de verschillende ontwikkelingsdomeinen zoals de sociaal emotionele, motorische of cognitieve ontwikkeling. Kortom, we doen van alles maar onze klanten, ook als ze dement zijn, hebben de regie. Alleen als hun wensen botsen met hun eigen veiligheid en gezondheid sturen we bij.

#### *Onze plannen*

Het afgelopen jaren hebben we een paar van onze klanten zien worstelen met vin-

den van een goede bewindvoerder. We spraken met alleenstaande ouderen over hun behoefte aan een vangnet en met mensen die moeite hebben met "het kastje van Carinova". Dat kastje is een kluisje bij de voordeur waar de voordeursleutel in wordt bewaard zodat een hulpverlener altijd naar binnen kan als de klant de alarmcentrale heeft ingeschakeld. Naar aanleiding hiervan hebben we sinds kort een financieel expert in ons netwerk en zijn we bezig om een vangnet-service op te zetten.



Over dat laatste gaan we nog in gesprek met een aantal ouderen om precies uit te vinden waar hun behoeften liggen en hoe we daar met onze diensten het beste bij aan kunnen sluiten.

#### Tot slot

Aan degenen die deze (ietwat lange) nieuwsbrief hebben doorgelezen heb ik tot slot nog een vraag. Wanneer u opmerkingen of suggesties heeft hoor ik dat graag. Mocht u **geen** volgende nieuwsbrief willen ontvangen dan kunt u dit doorgeven, per mail, aan [info@goedgezelschap.info](mailto:info@goedgezelschap.info) Met vriendelijke groet, namens alle medewerkers, Sophie Struik, T: 0570-220088 M: 06 307 94 605, [Sophie@goedgezelschap.info](mailto:Sophie@goedgezelschap.info) [www.goedgezelschap.info](http://www.goedgezelschap.info)