

ZORG

Nieuws- en Verenigingsblad van de NPV

Jaargang 33 | Nummer 3 | September 2015

Waardevolle
aandacht



In deze editie:

- Lekker scheuren
- NPV start met mantelzorgvervanging
- Wie nodig jij uit? In actie tegen eenzaamheid

ZORG

Nieuws- en Verenigingsblad van de NPV

ZORG is het nieuws- en verenigingsblad van de NPV. De redactie van ZORG besteedt ieder kwartaal aandacht aan actuele medisch-ethische ontwikkelingen en andere zaken die de zorg voor het leven raken. ZORG wordt kosteloos toegezonden aan NPV-leden en relaties.

Inhoudsopgave



Lekker scheuren

Meneer Jiskoot (79, bijna 80) houdt van mooie dingen: van bijzondere en smaakvolle meubels en van snelle auto's. Zelf rijdt hij niet meer, maar dankzij zijn NPV-vrijwilliger Marry Verhoeven en haar zoon Cornelis wordt hij nu in de Triumph Stag rondgereden.

pag. 4



Wie nodig jij uit? In actie tegen eenzaamheid

Way of life organiseerde deze zomer een kettingbriefactie tegen eenzaamheid. Jeanet vertelt wie zij een kaartje heeft gestuurd en hoe zij iets voor anderen wil betekenen.

pag. 10



NPV-mantelzorgvervangning

Veel mantelzorgers moeten knokken voor rust. Het is moeilijk iemand te vinden die tijdens hun afwezigheid de zorg overneemt. Maar even een paar dagen ertussenuit is belangrijk om de zorg vol te houden. De NPV biedt daarom mantelzorgvervangning.

pag. 12

Startpunt

pag. 3

Prikbord

pag. 8

Tot uw dienst

pag. 6

Eenzaamheid

pag. 14

COLOFON

Tekst: NPV • **Realisatie en drukwerk:** Zalsman Zwolle b.v. • **Eindredactie:** Esmé Wiegman, directeur NPV • **Beeldmateriaal:** iStock, fam. Verhoeven (p.4) en eigen beelden • **Oplage:** 56.000 • **Opzeggen?** Zie achterzijde. **Voor alle data in de toekomst geldt:** Deo Volente • **Gesproken versie van ZORG?** Bel (0318) 54 78 88 of mail info@npvzorg.nl.

WAT HEB IK AAN MIJN LIDMAATSCHAP VAN DE NPV?

Uw lidmaatschap van de NPV bewijst niet alleen dat u de zorg voor het leven steunt. Het betekent ook dat u - naast spreekuren en vrijwilligershulp - gebruik kunt maken van deze ledenvoordelen: **Korting op publicaties en evenementen NPV** • **Korting op voedingssupplementen bij De Rode Roos.** Zie www.derooderoos.com of bel (070) 301 07 01 • **Gebruikmaken van Letselschadedienst Let's Help** Zie www.letselp.nl of bel (0318) 53 17 80 • **Premiekorting bij Pro Life Zorgverzekeringen** Zie www.prolife.nl of bel (033) 422 81 88 • **Korting op internetversie Studiebijbel** Zie www.studiebijbel.nl/home of bel (0318) 50 30 98 • **Korting op NPV-Levenswensverklaring** (kosten € 15,- i.p.v. € 30,-) Zie www.npvzorg.nl/levenswensverklaring.

Startpunt

De waarde van High Intensive Care

Een poosje geleden verscheen het nieuwsbericht dat intensieve aandacht voor patiënten in ggz-instellingen de isoleercel zo goed als overbodig maakt. Uit onderzoek en in de praktijk blijkt dat mensen in een psychose, en suïcidale of agressieve patiënten die zogeheten High & Intensive Care (HIC) krijgen, niet meer in hun eentje opgesloten hoeven worden. Verandering in de aanpak van moeilijke patiënten vraagt investeringen, onder andere in personeel en nieuwe afdelingen, maar lang niet alles kost geld. Er is ook een cultuuromslag nodig. Bijvoorbeeld in hoe een patiënt in de instelling wordt ontvangen. Als dat op een goede manier gebeurt, waarbij de patiënt kan acclimatiseren en de medewerkers de patiënt kunnen leren kennen, blijkt separatie niet meer nodig. Echte aandacht en intensieve zorg blijken waardevol te zijn.

De afgelopen tientallen jaren is de gezondheidszorg vooral gericht geweest op het behandelen van de ongemakken van ziekte, ouderdom en sterfelijkheid, als medische aangelegenheden. Medici richten zich op het herstellen van de gezondheid, niet op het zorgen voor de ziel. Pastorale zorg en geestelijk verzorgers zijn in de vergeethoek terechtgekomen van onze samenleving en vaak ook in veel zorginstellingen.

Nodig is een nieuwe aanpak waarin aandacht is hoe we met de gebrokenheid en sterfelijkheid om moeten gaan en hoe we de kern van een zinvol leven, met verbondenheid en zelfstandigheid, in stand kunnen houden. De ervaring van veel mensen is dat in instellingen vaak geen aandacht en oog is voor hoe we het leven de moeite waard kunnen maken als we zwak zijn en onszelf niet meer kunnen redden.

Waardevolle aandacht maakt wat los en brengt wat teweeg. In dit nummer van ZORG leest u daarover. Waardevolle aandacht is belangrijk voor een patiënt en voor de mantelzorger. Waardevolle aandacht is nodig in de bestrijding van eenzaamheid. Waardevolle aandacht staat centraal bij de NPV-Thuishulp en in ons aanbod van advies en toerusting.

Ik ben erg benieuwd hoe u de ZORG waardeert. Spreken de verhalen u aan? Heeft u wat aan de informatie? Heeft u een tip of suggestie? Laat het ons weten via info@npvzorg.nl.

Esmé Wiegman-van Meppelen Scheppink
Directeur NPV – Zorg voor het leven



Lekker scheuren

Door Arianne Diepeveen en Esther Schinkelshoek

Meneer Jiskoot (bijna 80) houdt van mooie dingen: van bijzondere en smaakvolle meubels en van snelle auto's. Hij heeft vier Jaguars versleten en had onder meer een Cadillac cabrio, een Ford uit 1928 en een Triumph Stag. Die laatste heeft hij nog steeds. Zelf rijdt hij niet meer, maar dankzij zijn NPV-vrijwilliger Marry Verhoeven en haar zoon Cornelis wordt hij nu in de Triumph Stag rondgereden.

Zittend op de bank van zijn Ridderkerkse woning, vertelt Jiskoot zijn verhaal. 'Ik ging al jong van school om bij mijn oom in de groetenhandel te werken. Maar hij betaalde niet genoeg, dus stapte ik over naar een tapijthandel. Daar bleek dat ik aanleg had voor de verkoop. Nadat ik in militaire dienst was geweest, klom ik snel op binnen dit bedrijf. Ik had gevoel voor interieurinrichting en kon de spullen goed aan de man brengen. Ik weet nog dat de directeur meneer Anton heette. Hij had een werkkamer die door een architect was ontworpen. Er zat een stoplichtje op zijn deur dat op rood stond. Als je hem wilde spreken moest je wachten tot hij het op groen zette.'

Jiskoot heeft geen opleiding op dit gebied, toch kocht hij in de jaren '60 met zijn collega de Rotterdamse meubelzaak waar zij werkten. Die winkel bestaat nog steeds. 'Ik had oog voor mooie collecties.' Met trots laat Jiskoot ons een chique tijdschrift zien waarin de zaak genoemd wordt. 'Voor mijn bedrijf kwam ik op tal van plaatsen binnen en buiten Europa om beurzen en fabrieken te bezoeken en om nieuwe collecties uit te zoeken. In die jaren ging dat vooral met de auto. En dat was geen straf. Ik ben dol op mooie wagens! Ik had Jaguars, een Hudson, een Cadillac cabrio, een Ford uit 1928, een MG-B, een Goliath en een Triumph Stag.'

Alle auto's zijn nu verkocht, behalve de Triumph. Sinds twee jaar mag Jiskoot er niet meer in rijden: hij heeft de ziekte van Parkinson. Die kwaal kost hem veel tijd. Zonder medicijnen kan hij eigenlijk niets. Dankzij een nieuwe behandeling kan hij binnenshuis lopen en een gesprek voeren. De dochters van meneer Jiskoot bezoeken hem regelmatig en gaan mee naar het ziekenhuis, maar ze hebben het zelf ook druk. Via de thuiszorg meldde een dochter meneer Jiskoot aan bij de NPV. Nu wordt hij elke dinsdagmiddag bezocht door Marry Verhoeven die al 24 jaar NPV-Thuishulpvrijwilliger is. Ze praten samen en doen boodschappen. Binnenkort willen ze een keer naar de Markthal in Rotterdam om eens wat anders te doen. Marry is moeder van zes kinderen en werkt mee in het bedrijf van haar man. Daarnaast zijn er regelmatig logeerkinderen in huis, bezoekt Marry nog iemand via de NPV en doet ze voor iemand boodschappen. 'Ik vind het heel bijzonder dat Marry dit allemaal doet,' zegt meneer Jiskoot, 'ze is een gouden mens!' Marry wil daar zelf niet veel van weten. 'Zo bijzonder is dit niet. Veel meer mensen zouden dit kunnen doen, maar ze doen het niet,' zegt ze droog. Marry benadrukt: 'Het is geen offer, ik ben er even uit en ik vind het verrijkend om in zijn wereld te kijken. Mijn kinderen neem ik ook wel eens mee, zodat ze een andere kijk op de wereld krijgen. Ze wisten eerst niet eens wat Parkinson was.'



*Meneer Jiskoot:
'Lekker scheuren
in die wagens'*



Marry Verhoeven en meneer Jiskoot



De oudere zoons van Marry delen Jiskoots belangstelling voor oude auto's. 'Cornelis, de oudste, gaat af en toe met Jiskoot rijden in zijn oude Triump Stag. 'Ja', zegt Jiskoot enthousiast en stralend beschrijft hij het geluid van de achtcilinder van zijn Stag. 'Tijdens de eerste rit was op de hoek, vlak voor het tankstation de benzine op. Met een jerrycan haalde Cornelis benzine. De pomphoudster riep toen: 'Maar dat is de auto van meneer Jiskoot!'

Het 'klikt' tussen meneer Jiskoot en Marry. Ze delen over en weer plagerijtjes uit en er is belangstelling voor elkaar. 'Door mijn ziekte kan ik de laatste jaren steeds minder ondernemen. Ik ben heel blij met het gezelschap van Marry.' Samen genieten ze van zijn verhalen over vroeger: over de auto en de winkel.

Wilt u ook zulke waardevolle aandacht geven?

Meld u dan aan als NPV-Thuishulpvrijwilliger! www.npvzorg.nl/thuishulp

Zorg op maat

Door Ali van Dijk

De meeste mensen die de NPV-Advieslijn benaderen met vragen zijn geholpen met een telefoongesprek of met e-mailcontact. Voor mevrouw Van de Brink blijkt dit niet voldoende en daarom ga ik bij haar op huisbezoek.



Mevrouw Van de Brink (66) wordt thuis verzorgd door haar kinderen met hulp van de thuiszorg. Zij heeft kanker met uitzaaiingen. Ze werd behandeld, maar nu helpen de behandelingen niet meer om het proces te vertragen. Alle zorg is er nu op gericht om de laatste periode zo comfortabel mogelijk te laten verlopen. Verleden week heeft de huisarts met haar gesproken hoe de laatste periode eruit zou kunnen zien en welke keuzes er te maken zijn. De huisarts heeft veel uitleg gegeven, maar de keuze bij haar gelaten. En dat gaf veel verwarring. Haar dochter neemt contact op met de NPV. Zij merkt dat haar moeder graag wil doorpraten met iemand van de NPV, maar zij is niet in staat om dit telefonisch te doen. Haar dochter vindt het erg moeilijk om wat ze tijdens het telefoongesprek hoort goed over te brengen aan haar moeder. We concluderen dat een huisbezoek in deze situatie passend is en maken een afspraak.

Ik tref mevrouw Van de Brink aan in de woonkamer in haar bed. Zij is in staat om een gesprek te voeren, maar spreken is vermoeiend voor haar. Ze heeft sondevoeding, een pompje met morfine en krijgt zuurstof via een neusbriil. Eerst inventariseren we de vragen die leven. Mevrouw Van de Brink heeft vragen over de sondevoeding; de huisarts had geopperd deze op een gegeven moment te stop-

pen. Ook had de huisarts gesproken over de mogelijkheid van sederen. En hoe ver kun je nu gaan met morfine? En dan speelt nog de vraag wat te doen als het thuis niet meer gaat. Mevrouw Van de Brink is bang dat de zorg voor haar te veel wordt en zij wil haar dochter met haar gezin niet tot last zijn.

We bespreken de vragen, waarbij ik kernwoorden opschrijf en met tekeningen uitleg geef. Ondertussen merk ik wanneer de informatie al of niet helder is en op welk moment even rust nodig is. We spreken door over de doelstelling van sondevoeding: wanneer is het nog wel gericht op welzijn en wanneer juist niet? Gaandeweg wordt helder dat er een moment kan komen waarop het passend is om de sondevoeding af te bouwen of zelfs te stoppen. Ook over de pijnbestrijding praten we door, waarbij eveneens het doel bepaalt wat goede zorg is. De uitleg over sedatie geeft rust: als er geen andere middelen en mogelijkheden meer zijn, kan sedatie een goede keuze zijn. Het is helemaal niet zeker of het zover komt. Het is in ieder geval goed om te weten dat het er is en dat het géén euthanasie is. En als het thuis niet meer gaat, blijkt er een hospice in de buurt te zijn. Misschien is het helemaal niet nodig, maar het geeft nu rust om te weten dat deze optie er is. Daarnaast geeft het gesprek aan moeder en dochter ruimte om uiting te geven aan de zorg die ze voor elkaar hebben.

Mevrouw Van de Brink is merkbaar opgelucht na het gesprek. Het geeft haar precies de steun die ze nodig heeft om verder te kunnen. Met de afspraak dat haar dochter altijd contact kan opnemen voor telefonisch overleg, neem ik afscheid.

Heeft u ook vragen rond het levenseinde?

De NPV-Advieslijn bestaat uit het NPV-Spreekuur en het NPV-Consultatiepunt. Vragen die raken aan het levenseinde en palliatieve zorg kunt u stellen bij het NPV-Consultatiepunt. Deze telefoonlijn is 7 dagen per week 24 uur per dag bereikbaar via (0318) 54 78 78.

Ali van Dijk, adviseur bij de NPV-Advieslijn.



Bijeenkomst Samen zwanger worden; omgaan met (on)vruchtbaarheid

- Je bent getrouwd, wilt graag kinderen, maar hoe ga je op een natuurlijke manier om met jullie gezamenlijke vruchtbaarheid?
- Jullie proberen al een tijdje om zwanger te worden, maar het wil niet lukken. Hoe moet het nu verder?
- Omdat je nog niet zwanger bent, ben je bij je huisarts geweest. Hij heeft je doorgestuurd naar een specialist maar je hebt vragen bij de verschillende behandelingen. Aan wie kun je je vragen voorleggen?



Ontdek het op de bijeenkomst op zaterdagmiddag 21 november. Meer informatie vind je op www.npvzorg.nl/zwangerworden. Eerdere bijeenkomsten voorzagen duidelijk in een behoefte. De sfeer, de ontmoeting en het feit dat het onderwerp breed werd uitgewerkt, werden erg gewaardeerd. Een deelnemer: 'Inhoudelijk vinden wij de bijeenkomst sterk aan te bevelen voor andere (pasgetrouwde) stellen zoals wij. Dank!'

Nieuwe NPV-uitgave: *Wat is goed? Medische ethiek voor elke dag.*

Het kan je zomaar overkomen: je moet een keuze maken, maar je weet niet wat goed is of fout. Wil je je laten registreren als orgaan-donor? Wil je wel of geen 20 weken echo? Wil je die zoveelste behandeling tegen kanker nog ondergaan of wil je in alle rust afscheid nemen? Mag je zomaar stoppen met sondevoeding?

Als je kiest, waar baseer je dan je keuze op? Zijn er in de Bijbel richtlijnen te vinden die je kunnen helpen de juiste keuze te maken? *Wat is goed?* behandelt medisch-ethische vragen uit het leven van alledag. Vragen van jongvolwassenen, ouders, ouderen. In begrijpelijke taal worden de thema's besproken en de gespreksvragen helpen je na te denken over jouw keuzen.

Wat is goed? verschijnt november 2015. Meer info? www.npvzorg.nl/watisgoed



Wat kunt u doen als u eenzaam bent?

- Erken uw eenzaamheid. Durf het te uiten en erover te praten.
- Onderneem dingen.
- Houd een (gebeds/dank)dagboek bij.
- Plan uw vrije tijd.
- Meld u aan bij een sportclub, hobbyclub of ga vrijwilligerswerk doen.
- Maak een lijstje van oude contacten die verwaterd zijn. Misschien kunt u iemand mailen of bellen.

Wat kunt u doen voor mensen die eenzaam zijn?

- Stuur een kaartje, mailtje of app en toon belangstelling.
- Bied aan om de boodschappen te doen of voor iemand te koken.
- Wees u bewust dat mensen soms buiten een groep kunnen vallen. Betrek hen erbij.
- Groet elkaar. Zie de ander en zoek oogcontact. U laat daarmee zien dat u aandacht hebt voor de ander.
- Geef elke dag iemand een complimentje. Met een compliment zeg je eigenlijk: ik heb je gezien en ik waardeer je.

Eenzaamheid in cijfers

Eenzaamheid is een groot maatschappelijk probleem en treft veel mensen direct in hun welzijn. In 2013 deed de NPV onderzoek naar het probleem van eenzaamheid.

De belangrijkste resultaten op een rijtje:

- Een op de drie NPV-leden geeft aan eenzaam te zijn.
- Ruim de helft geeft aan zich in het verleden wel eens eenzaam te hebben gevoeld. Ruim een kwart (28%) heeft zich kortgeleden nog eenzaam gevoeld.
- Eenzaamheid komt ook bij jongeren voor: jongvolwassenen tot 35 voelden zich in het verleden vaker (48%) eenzaam dan 55-plussers (36%).
- Vrouwen (45%) voelen zich vaker eenzaam dan mannen (30%).
- Mensen die hun eigen gezondheid als minder positief beoordelen (62%) voelen zich vaker eenzaam dan gezonde mensen (36%).



Omdat
leven
je lief is

Word vandaag nog lid!

Way of Life
NPV Jongeren

Wie nodig jij uit? In actie tegen eenzaamheid.



Een op de drie Nederlanders voelt zich regelmatig eenzaam. Eenzaamheid is een probleem dat niet alleen ouderen treft; ook onder jongeren is eenzaamheid een groot probleem. Vanwege vakantie en veel activiteiten die op een laag pitje staan, is de zomer vaak een periode waarin eenzaamheid extra wordt gevoeld. Daarom organiseerde Way of Life in de maanden juli en augustus een kettingbriefactie tegen eenzaamheid. Met de actie *Wie nodig jij uit?* wilde Way of Life in samenwerking met Coalitie Erbij bereiken dat zoveel mogelijk mensen werden uitgenodigd voor een leuke activiteit zoals een museumbezoek, wandeling of het gezamenlijk drinken van een kopje koffie.

Verscheidene Way of Life leden hebben tijd vrijgemaakt om van betekenis te zijn voor een ander. Eén van deze leden is Jeanet (24 jaar). Way of Life sprak met haar over de zomeractie en haar bijdrage aan de strijd tegen eenzaamheid.

Wie heb jij uitgenodigd?

'Via de website van Way of Life werd ik geattendeerd op de zomeractie. Dit was een mooie gelegenheid om eens een kaartje te sturen aan een oud huisgenootje van



me. Iemand met weinig diepgaande sociale contacten vanwege een chronische ziekte. Door haar ziekte is zij niet in staat om te investeren in een grote vriendenkring.'

Wat gaan jullie samen doen?

'Ik heb haar uitgenodigd om samen met een andere vriendin mijn verjaardag te komen vieren en eens even lekker bij te kletsen. Dat is extra leuk nu we allemaal ver van elkaar vandaan wonen.'

Hoe draag jij een steentje bij aan de strijd tegen eenzaamheid?

'Ik lever niet bewust een bijdrage om het probleem van eenzaamheid tegen te gaan, maar ik denk wel dat ik daar in het gewone dagelijkse leven mee bezig ben. Zo breng ik bijvoorbeeld eens in de zoveel tijd een bezoekje aan een mevrouw waar ik vroeger huishoudelijke hulp heb verleend. Ze vindt het altijd erg gezellig als ik even langskom. Daarnaast heb ik contact met een meisje dat al lang psychische problemen heeft. Ik probeer regelmatig met haar af te spreken en tussen door een luisterend oor te bieden door met haar te bellen of te mailen.'

Wat zouden jongeren kunnen doen in de strijd tegen eenzaamheid?

'Het begint bij bewustwording. Ik denk dat jongeren zich eerst moeten realiseren dat eenzaamheid een probleem is, ook onder jongeren. Pas als we dat realiseren, kunnen we er gericht iets aan doen. Ik denk dat het omzien naar elkaar dan vanzelf op gang komt.'

Nieuw: Handleiding over seksualiteit

Way of Life heeft i.s.m. gezondheidswetenschapper Arjet Borger een nieuw programma ontwikkeld over seksualiteit. De handleiding is geschikt voor jeugdverenigingen, scholen en thema-avonden. De handleiding bevat een avondvullend programma en veel tips en achtergrondinformatie. Als jeugdlerder/spreker kun je ook zelfstandig met dit materiaal aan de slag. Uiteraard is het ook altijd mogelijk om iemand van Way of Life uit te nodigen. Voor meer informatie of het bestellen van de handleiding, zie: www.wayoflife.nl



Nieuw: NPV-mantelzorgvervangning

24-uurs vervanging van vaste mantelzorgers, zodat zij rust kunnen nemen

Door Freek van Holten

Mevrouw Peters is er maar druk mee. Haar man Arnold (85) is de laatste jaren steeds afhankelijker geworden van haar hulp en aanwezigheid. Hij wordt steeds vergeetachtiger. Dat is lastig, want hij moet regelmatig zijn medicijnen innemen en op tijd eten, anders raakt zijn diabetes ontregeld. Mevrouw Peters is wel gezond, maar ook al 82. Ze moet voortdurend opletten of het wel goed gaat. Soms, als ze terugkomt van boodschappen doen, is haar man heel onrustig. Eigenlijk kan hij niet goed meer alleen zijn. Maar voor een verzorgingshuis is hij nog 'te goed' en bovendien willen ze erg graag bij elkaar blijven. Vroeger ging mevrouw Peters wel eens een paar dagen naar haar zus in Lunteren, maar zo lang kan ze nu niet meer weg. Dat valt haar zwaar. Hoe lang houdt ze het vol?

Mevrouw Peters hoort van een kennis dat de NPV mantelzorgvervangning kan regelen. Na een intakegesprek wordt ze in contact gebracht met Lianne. Lianne (22) studeert verpleegkunde. In de vakanties heeft ze tijd over. Lianne wil best een paar dagen bij meneer Peters komen logeren, zodat mevrouw Peters er even uit kan. Bij het kennismakingsgesprek is er direct een klik tussen Lianne en meneer Peters. Mevrouw Peters vindt het wel spannend, maar gaat uiteindelijk toch drie dagen naar Lunteren. Als ze bijgetankt en uitgerust thuiskomt, treft ze haar man ontspannen aan. Lianne had alle tijd voor hem, ze hebben het reuze goed gehad samen. Lianne komt graag nog een keer terug. Een geruststellende gedachte, vindt mevrouw Peters. Zo kan ze het nog wel even volhouden.

Behoeftte aan rust

In Nederland zijn 2,6 miljoen mantelzorgers. Een vijfde deel daarvan, ruim 500.000 mantelzorgers, voelt zich te zwaar belast. Omdat mensen langer thuis blijven wonen en ook de gemeente nadrukkelijk naar het eigen netwerk van een hulpvrager kijkt, groeit de kans op overbelasting. Veel mantelzorgers geven aan dat het heel moeilijk is om vervangende zorg te regelen voor bijvoorbeeld een vakantie, terwijl daar nu juist zo'n behoefte aan is.

NPV-Thuishulp helpt al 25 jaar in de ondersteuning van mantelzorgers. Bij deze ondersteuning gaat het om vrijwilligers die een aantal uren of dagdelen ondersteuning bieden. NPV-Thuishulpafdelingen kunnen echter geen vrijwilligers leveren die dagen tot weken achter elkaar bij iemand in huis zijn. Daar is wel behoefte aan. Mantelzorgers kunnen het langer volhouden als ze de zorg af en toe over kunnen dragen. Daarom is de NPV in samenwerking met Pro Life Zorgverzekeringen en R&R mantelzorg gestart met een proef met mantelzorgvervangning voor de vakantie. De mantelzorgvervangning wordt, buiten de normale thuishulp om, landelijk geregeld. Voor de proefperiode, tot eind 2016, beperken we ons tot het midden van het land.



Meer weten?

Op www.npvzorg.nl/ mantelzorgvervangning vindt u meer informatie. U kunt ook contact opnemen met Freek van Holten, manager NPV-Thuishulp, via (0318) 54 78 88 of thuishulp@npvzorg.nl.

Hoe werkt het?

- Als u mantelzorgvervangning nodig heeft, vraagt u dit acht weken van tevoren aan bij de NPV.
- R&R mantelzorg voert een intakegesprek.
- De NPV gaat op zoek naar een vrijwilliger die bij uw situatie past.
- De afspraken worden vastgelegd in een overeenkomst, zodat u weet waar u aan toe bent.
- Wanneer de hulpvrager verzekerd is bij Pro Life Zorgverzekeringen en de largepolis heeft, wordt de mantelzorgvervangning volledig vergoed. Ook als u ergens anders verzekerd bent, kunt u gebruikmaken van mantelzorgvervangning. U moet dan echter zelf met uw verzekeraar afspraken over de vergoeding maken.

Vrijwilligers gezocht

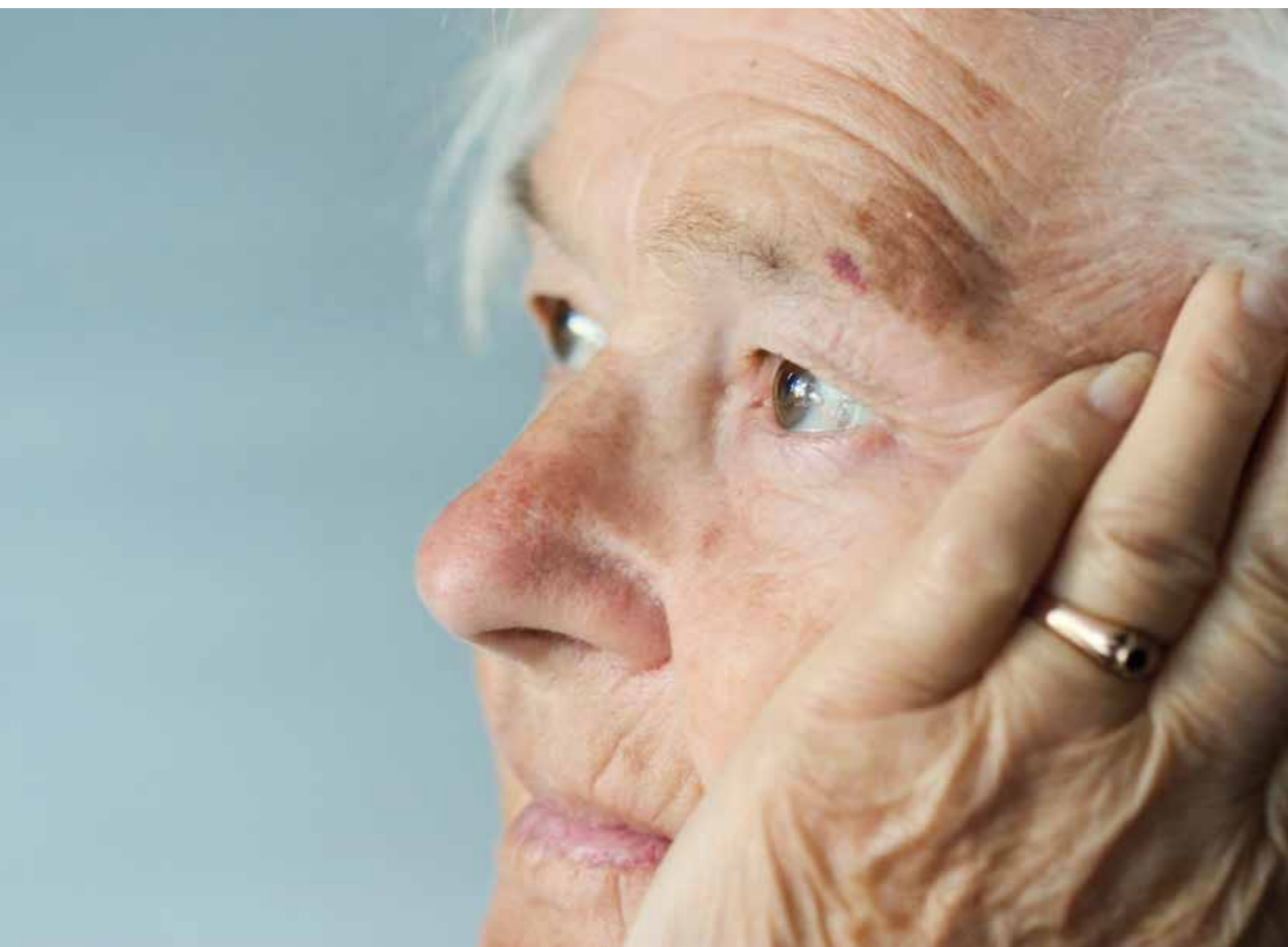
De NPV is op zoek naar mensen die voor een vrijwilligersvergoeding een aantal dagen bij een hulpvrager in huis willen zijn. Wij zoeken vrijwilligers die:

- christen zijn;
- affiniteit hebben met mensen die een beperking hebben;
- goede sociale en communicatieve vaardigheden bezitten;
- zelfstandig kunnen werken en indien nodig handelend kunnen optreden;
- minimaal 18 jaar oud zijn;

Vrijwilligers volgen ter voorbereiding op de mantelzorgvervangning een cursus bij de NPV.

Samen tegen eenzaamheid

Door Charlotte Ariese-van Putten



'Ik mis het om met iemand van hart tot hart te spreken. Daar heb ik echt behoefte aan. Gewoon er voor elkaar zijn. Op dit moment heb ik die contacten niet. Ik kom ze gewoon niet tegen. Ik probeer het wel hoor, maar het lukt gewoon niet. Vanuit de kerk komen er wel eens mensen op bezoek, maar ik wil niet alleen mijn verhaal kwijt en dat het daar dan bij blijft. Ik wil er voor iemand kunnen zijn, maar ook andersom dat er iemand voor mij is op de momenten dat ik dat nodig heb.' (mevrouw, 70 jaar)

Eenzaamheid is een groot maatschappelijk probleem. Meer dan een miljoen Nederlanders voelt zich stérk eenzaam. Daarnaast voelt bijna eenderde van de volwassen Nederlanders zich wel eens eenzaam. Ook onder NPV-leden, zo bleek in 2013 uit een ledenpeiling. De ervaren eenzaamheid onder leden verschilt nauwelijks met de ervaren eenzaamheid onder de Nederlandse bevolking.

De invloed van eenzaamheid is groot en leidt tot gezondheidsrisico's en het gevoel er niet toe te doen. Door vergrijzing, ontkerkelijking en verdergaande individualisering dreigt het aantal eenzamen in ons land toe te nemen.

De definitie van eenzaamheid is 'het subjectief ervaren van een onplezierig of ontoelaatbaar gemis aan (kwaliteit van) bepaalde sociale relaties'. In de literatuur wordt vaak onderscheid gemaakt tussen twee soorten eenzaamheid: sociale en emotionele eenzaamheid. Sociale eenzaamheid houdt in dat men minder contacten heeft dan gewenst. Het sociale netwerk is te klein. Emotionele eenzaamheid wil zeggen dat de kwaliteit van de contacten minder is dan gewenst. Een hechte, emotionele band ontbreekt.

'Voor mij is eenzaamheid het missen van mijn partner, mijn maatje, die overleden is. Ik mis het samen zijn en het samen praten. Maar dat is voor mij persoonlijk, voor een ander kan eenzaamheid een hele andere invulling hebben.' (NPV-lid over eenzaamheid)

Eenzaamheid is niet hetzelfde als alleen zijn – het kan wel samenvallen. Iedereen kan zich in zijn of haar leven een periode eenzaam voelen. Bijvoorbeeld door verlies van een dierbare, echtscheiding, ernstig gezondheidsverlies, maar ook door veranderingen als een verhuizing of het stoppen met werken. Eenzaamheid is vooral een probleem voor mensen die het sterk of langdurig voelen. In de praktijk blijkt het vaak moeilijk om eenzaamheid te doorbreken.

'Ik voel me alleen. Alleen zijn is toch heel anders dan je eenzaam voelen. Ik voel me soms ook erg alleen met allemaal mensen om mij heen. Er is niemand met wie ik mijn diepste gevoelens kan delen op het moment dat ik daar behoefte aan hebt.' (NPV-lid over eenzaamheid)

Eén van de organisaties die zich hard maakt om het probleem van eenzaamheid en het taboe dat daar op ligt aan te pakken is Coalitie Erbij, een samenwerkingsverband van diverse maatschappelijke organisaties, die ieder op een eigen wijze proberen eenzaamheid te bestrijden. De NPV is ook lid van Coalitie Erbij. Samen bundelen de coalitieleden hun krachten om mensen die zich eenzaam voelen of dreigen te vereenzamen te steunen. Een voorbeeld daarvan is de jaarlijks terugkerende *Week tegen Eenzaamheid* die dit jaar plaatsvindt van 24 september tot en met 3 oktober. Het thema van deze week is *'Kom erbij & verbind'*.

Uit de NPV-ledenpeiling uit 2013 blijkt dat ongeveer 70 procent van de NPV-leden bereid is om iets aan het probleem van eenzaamheid te doen. Wellicht biedt de komende *Week tegen Eenzaamheid* voor u een mooie gelegenheid om als NPV'er aan de slag te gaan. Voor meer informatie, zie: www.samentegeneenzaamheid.nl of www.npvzorg.nl.

Way of Life, de jongerenorganisatie van de NPV, komt in ieder geval in actie in de Week tegen Eenzaamheid. Op D.V. 3 oktober wordt er in samenwerking met Stichting Present in de regio Zwolle een outreach georganiseerd.



Jongeren zetten zich een middag vrijwillig in voor diverse projecten bij ouderen, gehandicapten en kinderen.

Landelijk bureau NPV

Kerkewijk 115, 3904 JA Veenendaal
Postbus 178, 3900 AD Veenendaal
T: (0318) 54 78 88 E: info@npvzorg.nl

NPV-Advieslijn

NPV-Spreekuur

Maandag tot en met vrijdag van 9.00 - 16.30 uur.
Telefoon: (0318) 54 78 88

NPV-Consultatiepunt

Voor urgente medisch-ethische vragen en informatie over palliatieve zorg.
7 dagen per week, 24 uur per dag.
Telefoon: (0318) 54 78 78

NPV-Levenswensverklaring

Een rechtsgeldige wilsbeschikking met betrekking tot medische en verpleegkundige zorg voor situaties waarin u niet meer zelf een wil kan vormen en/of uiten.
Dinsdag en donderdag van 9.00 - 16.30 uur.
E-mail: levenswensverklaring@npvzorg.nl

NPV-Thuishulp

Voor vrijwillige (terminale) thuiszorg of mantelzorgondersteuning aanvullend op de beroepsmatige zorg op bijna 70 plaatsen.

Lid worden?

Meld u schriftelijk aan op onze website of bij het landelijk bureau. De contributie bedraagt € 17,50 per jaar. Contributie voor gezinsleden bedraagt € 12,50 per jaar. Jongeren tot 25 jaar kunnen voor € 12,50 per jaar lid worden van Way of Life (NPV-jongeren). Uw lidmaatschap kan elk gewenst moment ingaan en wordt automatisch verlengd.

Giften

Uw financiële steun is welkom op bankrekeningnummer NL11 INGB 0004 7118 88 t.n.v. 'NPV'.

Algemeen Nut
Beogende Instelling
ANBI Vermeld uw naam, adres en de opmerking 'gift' of 'contributie'. De NPV voldoet aan de richtlijn ANBI.

Adreswijziging of opzeggen?

Kijk op onze website, of mail naar ledenadministratie@npvzorg.nl.
Opzeggen schriftelijk voor 5 november.

NPVzorgt: actie voor mantelzorgers

Op zaterdag 7 november - drie dagen voor de Dag van de Mantelzorg - zullen verschillende NPV-Thuishulpafdelingen samen met de medewerkers van het landelijk bureau een actie houden waarbij mantelzorgers in het zonnetje worden gezet. Sommige mantelzorgers wordt een ontbijt met de burgemeester aangeboden, anderen krijgen een ontbijtje thuisbezorgd. Organiseert uw afdeling ook iets? Wilt u meehelpen? Vraag het na! Wij wensen alle afdelingen die meedoen heel veel succes toe en hopen dat veel mantelzorgers door deze actie bemoedigd worden en de weg naar de NPV vinden.

NPV-bedrijvennetwerkbijeenkomst

Op vrijdagmiddag 9 oktober organiseert de NPV een netwerkbijeenkomst voor ondernemers. De NPV wil bedrijven en ondernemers meer betrekken bij de zorg voor het leven door kennis en ervaring van ondernemers te verbinden aan concrete projecten en campagnes van de NPV. Uiteindelijk beoogt de NPV een wederkerige relatie op te bouwen met ondernemers waarbij uitwisseling van kennis, kunde en (financiële) middelen centraal staat. Bent u ondernemer en draagt u de NPV een warm hart toe? Voor informatie en opgave kunt u contact opnemen met Eline Borgdorff via (0318) 54 78 88, of efborgdorff@npvzorg.nl.

Kijk voor meer informatie op www.npvzorg.nl



@npvzorgnl



www.facebook.com/npvzorg

