



**Uw naaste in een zorgorganisatie?**

# 8 Praktische tips voor mantelzorgers

Wanneer uw partner, ouder, kind, broer, zus of vriend in een zorgorganisatie verblijft, dan wilt u graag goed contact met de zorgprofessionals over de zorg voor uw naaste.

**1**

*Eén contactpersoon is handig*

Geef aan dat u graag één contactpersoon heeft waarmee u de zorg voor uw naaste bespreekt. Maak goede afspraken over bereikbaarheid en communicatie tijdens vakantie of ziekte van de contactpersoon.

**2**

*Wees duidelijk over uw betrokkenheid*

Maak duidelijk wat u kunt en wilt betekenen in het dagelijks leven van uw naaste. Geef goed uw grenzen aan. Neem zoveel mogelijk deel aan zorgplanbesprekingen of voortgangsgesprekken. Vraag rekening te houden met uw agenda.

**3**

*U bent onmisbaar voor uw naaste en de zorg*

Als mantelzorger weet u als geen ander wat uw naaste belangrijk vindt in de dagelijkse zorg en wat zijn gewoontes zijn. Vraag ook naar de ervaringen van de zorgprofessionals, zorg dat u in beeld blijft en dat de communicatie open is.

**4**

*Vragen? Ga actief op zoek naar antwoorden*

Kort na opname heeft u misschien veel vragen. Over de dagelijkse gang van zaken in de zorgorganisatie of over het ziektebeeld. Stel ze en ga zelf ook actief op zoek naar antwoorden. Neem contact op met de maatschappelijk werker of een patiëntenvereniging.

**5**

*Accepteren moeilijk? Praat erover*

Soms is het moeilijk te accepteren dat uw naaste in een zorgorganisatie verblijft. Praat erover met andere mantelzorgers, een maatschappelijk werker of een mantelzorgconsulent. Informeer of er in de zorgorganisatie bijeenkomsten zijn voor familie of lotgenoten.

**6**

*De relatie met uw naaste blijft belangrijk*

Bedenk en bespreek de mogelijkheden om dingen samen te blijven doen. Vraag om privacy wanneer u daar behoefte aan heeft. Bijvoorbeeld voor intimiteit of seksualiteit. Informeer of er ruimte is om iets te vieren met familie en vrienden.

**7**

*Denk na over de regie*

Is uw naaste niet goed meer in staat om de regie te voeren? Houd dan als mantelzorger de touwtjes in handen. Zorg bijvoorbeeld dat de post voor uw naaste naar het thuisadres gestuurd wordt. En vraag op tijd mentorschap of bewindvoering aan. Bespreek de mogelijkheden met de maatschappelijk werker.

**8**

*Deel de zorg*

Kijk of er in de familie of kennissenkring van uw naaste mensen zijn die op bezoek kunnen gaan of iets met uw naaste kunnen ondernemen. Dit kan ook een vrijwilliger zijn. Hulp en aandacht van anderen kan het leven van uw naaste verrijken en helpt u om tijd vrij te maken voor uzelf.

## Handige adressen voor meer informatie:

- De Mantelzorglijn van Mezzo: 0900 2020 496
- Steunpunt mantelzorg bij u in de buurt: [www.mezzo.nl/steunpuntmantelzorg](http://www.mezzo.nl/steunpuntmantelzorg)
- Henriëtte van Gils: [h.vangils@mezzo.nl](mailto:h.vangils@mezzo.nl)