

Aan

Deelnemers derde landelijke
bijeenkomst

Van

PROOF Adviseurs

Plaats/datum

Rotterdam, 25 oktober 2022

Betreft

Verslag derde landelijke bijeenkomst
ketenaanpak depressiepreventie bij
mantelzorgers

PROOF Adviseurs BV.

Postbus 2704
3000 CS Rotterdam

info@proofadviseurs.nl
(+31)850471007
proofadviseurs.nl

Rabo NL43RAB00303425660

btw NL8550.87.250.B01

KvK 63089068

Verslag derde landelijke bijeenkomst ketenaanpak depressiepreventie bij mantelzorgers

Achtergrondinformatie

Op donderdag 13 oktober 2022 vond de derde landelijke bijeenkomst ketenaanpak depressiepreventie bij mantelzorgers plaats. Deze bijeenkomst werd georganiseerd door [PROOF Adviseurs](#) en [Ecorys](#) in het kader van de ontwikkeling van een ketenaanpak depressiepreventie bij mantelzorgers. Deze ketenaanpak wordt in opdracht van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport uitgevoerd. De ketenaanpak bouwt nadrukkelijk voort op bestaande samenwerkingen en heeft als doel mantelzorgers nu en in de toekomst zo goed mogelijk te ondersteunen en overbelasting en depressieve klachten terug te dringen door samenwerking tussen ketenpartijen te optimaliseren. Uiteraard met bijzondere aandacht voor de mantelzorgers zelf.

Gedurende de ontwikkeling van de ketenaanpak worden er vier landelijke bijeenkomsten georganiseerd.¹ Het doel van deze bijeenkomsten is geïnteresseerde bij te praten over de voortgang van de aanpak en om de mogelijkheid te geven feedback en input te geven. Specifiek aandacht is er in de derde bijeenkomst voor mantelzorgers met een migratieachtergrond en jonge mantelzorgers. Dit verslag vormt de bijlage van de presentatie die is gegeven tijdens de derde landelijke bijeenkomst.

1 Introductie

De bijeenkomst begint met een quote van Buddha die door Florian Theissen (projectleider, PROOF Adviseurs) wordt toegelicht. "If compassion does not include yourself, it is incomplete". In de toelichting wordt besproken dat de mantelzorgers vaak zichzelf vergeet, terwijl daar juist het gevaar ligt voor overbelasting en/of depressieve klachten. Door middel van deze ketenaanpak wordt juist de aandacht gericht op de mantelzorgers.

Nieuws en ontwikkelingen

Tijdens het bespreken van het onderdeel nieuws en ontwikkelingen wordt benoemd dat er op dit moment ook een congres over jonge mantelzorgers gaande is in Friesland. Ook de aankomende Dag van de Mantelzorg op 10 november wordt benoemd als mooie gelegenheid om waardering naar mantelzorgers uit te spreken. Als laatste wordt de integrale visie op mantelzorgers van staatssecretaris Van Ooijen besproken. In september jl. stuurde Van Ooijen een brief aan de Tweede Kamer waarin hij ij schrijft dat hij werk wil maken van een erkende positief van

¹ De eerste landelijke bijeenkomst werd in maart 2020 georganiseerd en de tweede in september 2021.

mantelzorg en informele zorg in beleid, zorg, sociale basis, werk en school; verbinding en samenwerking met (het netwerk van) de mantelzorgers; individuele ondersteuning, gevarieerd en op maat.²

Naar aanleiding van de brief wordt er vanuit een deelnemer de vraag gesteld in hoeverre deze erkende positie is uitgewerkt. Op dit moment is dat nog niet bekend. De brief van de staatssecretaris kan gezien worden als een eerste aanzet.

Eén van de deelnemers benoemd als voorbeeld een ontwikkeling die wordt gebruikt in Arnhem, de MantelzorgOndersteuningsZandloper MVT. Deze wordt gebruikt als leidraad in de gesprekken met mantelzorgers. De zes thema's uit de zandloper zijn het fundament van gedragen mantelzorgerschap. Per thema kan er gekeken worden naar tools die ingezet kunnen worden.

Het project

Florian Theissen geeft een toelichting over het project. De ontwikkeling van de ketenaanpak depressiepreventie bij mantelzorgers wordt uitgevoerd in het kader van het Meerjarenprogramma Depressiepreventie (MJP DP) dat in 2017 door het ministerie van VWS is vastgesteld. Het doel van dit programma is om het aantal depressies en de impact van een depressie in Nederland te verminderen. Hierbij is als ambitie vastgesteld om het aantal mensen met een depressie in 2030 met dertig procent te verminderen. Het MJP DP richt zich op verschillende hoog risicogroepen, waarvan mantelzorgers er één is.³ Door mantelzorgers nu en in de toekomst zo goed mogelijk te ondersteunen wordt geprobeerd om overbelasting en depressieve klachten bij mantelzorgers terug te dringen.

De ontwikkeling van de ketenaanpak wordt fasegewijs uitgevoerd via een gericht en helder stappenplan, waarbij er onderweg voldoende ruimte is voor flexibiliteit en 'voortschrijdend inzicht'. Er worden vijf aangesloten fasen doorlopen: (1) verkenning, (2) planvorming en ontwikkeling, (3) pilots en testen, (4) synthese, (5) implementatie en borging. Momenteel zijn we in fase 3 beland waarin de concept ketenaanpak wordt getest in drie regio's/gemeenten. Het gaat hierbij om Harderwijk/Ermelo, Midden-Drenthe en Rotterdam. De pilots zijn niet gericht op het ontwikkelen van nieuwe instrumenten. Er wordt zo goed mogelijk aangesloten op de lokale context en al bestaande infrastructures, instrumenten en gremia.

Wanneer de verschillende fasen van het stappenplan doorlopen zijn worden de volgende producten opgeleverd:

- Handreiking
- Praktijkervaringen per pilot, een netwerkanalyse en klantreizen zijn onderdeel hiervan.
- Film
- Training Train de Trainer
- Landelijke start van de ketenaanpak

De concept ketenaanpak bestaat uit zeven bouwstenen:

- 1) Bewustwording
- 2) Preventie en (vroeg)signalering
- 3) Toeiden en uitvoeren interventies
- 4) Ondersteuning zelfmanagement
- 5) Monitoring casus en nazorg

² <https://www.rijksoverheid.nl/documenten/kamerstukken/2022/09/30/kamerbrief-ondersteuning-mantelzorg-en-informele-zorg>

³ De andere hoog risicogroepen binnen het MJP zijn: jongeren, jonge vrouwen, werknemers, huisarts patiënten en chronisch zieken.

- 6) Opleiding, richtlijnen en handleidingen
- 7) Onderzoek en monitoring

Daarbij zijn er verschillende rollen weggelegd in de keten, dit zijn de rollen van ketenregisseur, casus regisseur, kwaliteitsbewaker, informatieknooppunt, ontwikkelaar en uitvoerder.

2 Thema: Mantelzorgers met een migratieachtergrond

Florian Theissen licht kort het eerste themaonderwerp, mantelzorgers met een migratieachtergrond, toe. Benoemd wordt dat hier in de pilot in Rotterdam specifieke aandacht voor is. Ook vertelt Florian over de waarnemingen die uit de pilots zijn voortgekomen. Hierna stelt Florian de deelnemers voor aan Hanife Guzel.

Hanife is werkzaam bij Sensa Zorg, zelf mantelzorger en heeft een scriptieonderzoek gedaan naar de partners van dementie patiënten. Tijdens haar verhaal vertelt Hanife over de belasting die mantelzorgers met een migratieachtergrond ervaren. Hierbij gaat ze in op het onderwerp emotionele coping, de manier waarop op emotioneel niveau wordt gereageerd op een situatie. Bijvoorbeeld het wel of niet actief op zoek gaan naar emotionele steun wanneer dit nodig is.

Daarnaast benoemt Hanife dat het belangrijk is dat er specifieke aandacht is voor mantelzorgers met een migratieachtergrond. Gemerkt wordt dat culturele aspecten ervoor kunnen zorgen dat mantelzorgers met een migratieachtergrond geen steun vragen en/of willen ontvangen. Door hier alert op te zijn, tijd te nemen om een relatie op te bouwen met de mantelzorger en respect te hebben voor zijn/haar culturele normen en waarden kunnen hier stappen in worden gezet.

3 Thema: Jonge mantelzorgers

Florian Theissen licht kort het tweede themaonderwerp, jonge mantelzorgers, toe. Hij benoemt dat momenteel in één pilot een leerplichtambtenaar is aangehaakt (Midden-Drenthe). Ook vertelt Florian over de waarnemingen die uit de pilots zijn voortgekomen. Hierna stelt Florian de deelnemers voor aan Robert Karssenbergh.

Robert is lid van de klankborggroep van JMZ Pro. JMZ Pro is een landelijk netwerk dat zich inzet voor jonge mantelzorgers, hun gezinnen en de professionals die hen ondersteunen. Robert is zelf mantelzorger, hij heeft een broer met het Syndroom van Down. Daarnaast volgt hij de opleiding Teacher Collage.

Robert vertelt over de voor- en nadelen van het zijn van jonge mantelzorger. De nadruk van zijn verhaal ligt op maatwerk. Elke jonge mantelzorger is anders. Van belang is daarom om samen met de jonge mantelzorger te kijken waar de ondersteuningsbehoefte ligt. Zo heeft de een behoefte aan lotgenotencontact terwijl de ander liever praat met een professional. Vanuit de deelnemers wordt hierop ingegaan door te benoemen dat juist de informele inzet vaak belangrijk is. Zo wordt er verteld over een initiatief in Ermelo waar op vrijdagmiddag mantelzorgers, jong en oud, samenkomen om soep te eten.

4 en 5 Terugkoppeling Breakout rooms

In dit gedeelte van de bijeenkomst zijn de deelnemers verdeeld over breakout rooms. Hierin zijn ze actief aan de slag gegaan met één van de themaonderwerpen.

Jonge mantelzorgers

Deelnemers geven aan dat het vaak moeilijk is om in contact te komen met de jongeren. Een mogelijk idee om het bereik te vergroten is om dit expliciet als onderdeel van de opdracht op te nemen bij bijvoorbeeld een subsidiebeschikking. Ook kan er door landelijk meer aandacht te hebben voor de jonge mantelzorger wordt dit lokaal ook normaler. Voor professionals is het goed om alert te zijn of er bij de hulpvrager ook kinderen/jongeren in hetzelfde huis wonen. De

professional kan hier vervolgens ook actief naar handelen door een vinger aan de pols te houden bij kinderen/jogneren of door te verwijzen naar lotgenotencontacten e.d.

Benoemd wordt dat er voorzichtig moet worden omgegaan met het inzetten van de huisarts, deze hebben namelijk al veel taken. Wel zijn er veel andere organisaties die ingezet kunnen worden, zoals het welzijnswerk, onderwijs (o.a. mentoren, schoolmaatschappelijk werk), reguliere zorg, jeugdhulpverlening, imam of geestelijk verzorger, koffiekringen en studentenverenigingen. Een valkuil is dat er heel vaak over mensen, zoals de jonge mantelzorger, wordt gepraat, maar niet mét. Het proces moet zich richten op het ophalen van de behoefte van de jonge mantelzorger.

Veel jonge mantelzorgers vinden het moeilijk om aan te geven wat ze nodig hebben/verbaliseren wat hun behoeften zijn. Dit probleem kan opgelost worden door bijvoorbeeld semigestructureerde vragenlijsten te laten instellen. Deze vragenlijsten kunnen dan door 'ervaringsdeskundige jongeren' in elkaar worden gezet en afgenomen.

De week van de jonge mantelzorger wordt benoemd. Dit is een landelijke campagne en is gratis beschikbaar.⁴

Mantelzorgers met een migratieachtergrond

De deelnemers die bezig zijn geweest met het thema mantelzorgers met een migratieachtergrond benoemen een initiatief dat loopt in Arnhem. Hier is gestart met het werken met sleutelfiguren vanuit diverse culturele achtergronden. Deze sleutelfiguren sluiten aan bij diverse informeel bijeenkomsten en ondersteunen professionals. Aangegeven wordt dat bij deze groep mantelzorgers het belangrijk is om eerst een relationele band op te bouwen. De valkuil is dat er vanuit een westerse blik wordt gekeken naar de mantelzorger.

Als aanvulling wordt benoemd:

- Alleenstaande migrantenvrouwen is een belangrijke groep is om specifiek aandacht voor te hebben.
- Het onderzoek van Project Pharos 'taking care of caregivers' wordt benoemd. In dit onderzoek is er speciale aandacht voor mensen met dementie met een migrantenachtergrond en hun mantelzorgers.⁵
- Een uitgebreide intake inplannen is belangrijk. Hierdoor kan er tot de kern van het probleem worden gekomen. Het is hierbij belangrijk om vraaggericht te werk te gaan en niet aanbodgericht.
- Er worden ook tools genoemd zoals de tool van Positieve Gezondheid en een specifieke tool die ontwikkeld is voor mensen die moeite hebben met (begrijpend) lezen.⁶
- Aandacht en liefde is de kern waar het om moet gaan. Er heerst vaak een taboe om te zeggen dat je niet meer in staat bent om de hulp te kunnen bieden als mantelzorger. Door aandacht te hebben voor de mantelzorger zelf ontstaat er opening voor een gesprek.

5 Programma Mentale Gezondheid ministerie van VWS

Door technische problemen lukte het Lotte Beeldman, beleidsmedewerker van het ministerie van VWS, niet om dit onderwerp toe te lichten. In de powerpoint zijn de sheets opgenomen waarin meer informatie staat over het programma Mentale Gezondheid. We zijn aan het kijken naar een mogelijkheid om dit onderwerp op een later moment toe te lichten.

⁴ Weekvandejongemantelzorger.nl

⁵ [Programma Vitaal ouder worden voor iedereen \(pharos.nl\)](http://ProgrammaVitaalouderwordenvooredereen.pharos.nl)

⁶ [Gesprekstoools - Institute for Positive Health \(iph.nl\)](http://Gesprekstoools-InstituteforPositiveHealth.iph.nl)

6 Pilots en geleerde lessen

De drie pilots

De drie pilots geven kort een terugkoppeling over de afgelopen periode.

Gerard Hommels vertelt over de pilot in Midden-Drenthe. Gerard is projectleider bij de gemeente Midden-Drenthe en actief betrokken als eerste aanspreekpunt van de pilot in Midden-Drenthe. Gerard vertelt over de gemeente Midden-Drenthe en de problematiek die speelt met betrekking tot de ondersteuning van mantelzorgers. De pilot is volop in ontwikkeling en de eerste indrukken zijn goed. Naar voren is gekomen dat elkaar leren kennen en aanspreken niet vanzelfsprekend is. Het belang van een goede ketensamenwerking wordt steeds duidelijker.

Naomi Spruijt vertelt over de pilot in Harderwijk/Ermelo. Naomi is beleidsmedewerker bij de gemeente Harderwijk en actief betrokken als eerste aanspreekpunt van de pilot in Harderwijk/Ermelo. Naomi benoemt dat de borging een punt van aandacht is. De op een na laatste bijeenkomst is geweest en de vraag is hoe Harderwijk/Ermelo na de pilot verder gaat. Verschillende initiatieven en mogelijkheden worden verkend, zoals het voorbeeld uit Arnhem met de methodiek van de Gideonsbende.⁷

Janine Spek vertelt over de pilot in Rotterdam (Overschie). Janine is Mantelzorgcoach bij Mantelfoon en actief betrokken bij de pilot. Janine vertelt dat in de pilot de zoektocht naar een vruchtbare samenwerking centraal staat. De verschillende betrokkenen in de pilot zijn erg divers qua doelgroep, functieniveau en organisatiegrootte. Ook wisselt de deelname sterk onder de deelnemers. Wel zijn er al verschillende resultaten bereikt, zoals dat de deelnemers en organisaties elkaar (beter) leren kennen, er een beginnend overzicht is van interventies die kunnen worden ingezet en er een basis gelegd is vanuit waar kan worden gewerkt.

Naar aanleiding van de toelichting van de pilots worden er vragen gesteld door andere deelnemers. Benoemd wordt dat opvalt dat er veel wordt gesproken over de mantelzorg die ondersteuning nodig heeft, dit terwijl je ook juist de kracht van de mantelzorg kan gebruiken. Door de mantelzorg echt te benaderen als een partner kun je de mantelzorg in de eigen kracht zetten.

Gevraagd wordt in hoever er specifiek aandacht is voor depressiepreventie en niet enkel een algemene ketenaanpak. Janine Spek reageert hierop dat er is geprobeerd om het onderwerp af te bakenen. Gerard Hommels herkent de vraag en benoemt dat bewustzijn en alertheid het belangrijkste zijn, met name als het gaat over de verschijnselen van overbelasting en depressieve klachten. Naomi Spruijt gaat hierop in dat vaak wanneer een mantelzorg aan de bel trekt er al verschijnselen zijn van overbelasting en/of depressieve klachten. Door al in een eerdere fase in beeld te komen en op de preventie te zitten wordt geprobeerd om dit te voorkomen.

Vijf lessons learned vanuit de pilots

Florian Theissen geeft een korte toelichting vanuit het projectteam over de lessons learned vanuit de pilots.

Ketenanalyse en persona's

Lucienne Berenschot (Ecorys, projectteam) geeft een toelichting over het gebruik van de ketenanalyse en de persona's. ze vertelt hoe de ketenanalyse eruit ziet en hoe deze een visuele weergave is van de positie en onderlinge relaties. Vervolgens gaat Lucienne in op de persona's. Uit de pilots komt naar voren dat het werken met persona's een goede bijdrage is aan het gesprek en het creëren van inzicht. Verder doorontwikkeling hierop is nog mogelijk.

⁷ [gezamenlijke-aanpak-versterken-mantelzorg.pdf \(mvtarnhem.nl\)](https://www.mvtarnhem.nl/gezamenlijke-aanpak-versterken-mantelzorg.pdf)

PRO

7 Afsluiting en vooruitblik

Florian Theissen sluit de bijeenkomst af en dankt iedereen voor zijn/haar komst en input. De vierde landelijke bijeenkomst wordt gepland na afronding van alle pilots. Naar verwachting is dit in mei 2023. Hiervoor ontvangt u te zijner tijd een uitnodiging.

Voor vragen en/of opmerkingen over de landelijke bijeenkomst of het project kunt u contact opnemen met Ilse Wesseling (projectsecretaris) via ilse@proofadviseurs.nl

DOOF