

Community Care West-Brabant

Leefcoaches uit de gemeente Etten-Leur aan het woord

“Het verdriet blijft, maar het gevoel van zingeving is terug”

Leefcoaches Sabina en Liesbeth over Community Care in Etten-Leur

“Het raakte me toen een inwoner zei wat ik voor hem betekende. Zeker toen ik zag dat hij opbloeide, ondanks rouw en verdriet.” Sabina Huijbregts en Liesbeth Mul zijn leefcoaches binnen Community Care in de gemeente Etten-Leur. Zij zijn de vaste vertrouwenspersonen voor inwoners. En ze verbinden het netwerk van informele en formele zorg en ondersteuning daaromheen. Sabina en Liesbeth vertellen: wat is er nodig voor zelfredzame inwoners? Hoe werken ze met het informele netwerk en andere professionals samen? Wat gaat goed en wat kan beter?

Vertrouwenspersoon en verbindende schakel

Sabina en Liesbeth ondersteunen samen zo’n 22 inwoners uit de gemeente Etten-Leur. “We signaleren continu wat er bij hen speelt”, zegt Liesbeth. “Voelen zij zich eenzaam? Of worstelen ze met digitaal meekomen? Dit soort signalen geven we terug aan de naasten, Wmo-consulenten, wijkmanagers, casemanagers dementie en andere betrokkenen.” Andersom schakelen professionals de leefcoaches in als zij zulke signalen zien. De leefcoaches geven advies en denken mee, maar inwoners en/of hun netwerk gaan zelf over tot actie.

Het ondersteunen van inwoners begint bij een sterke vertrouwensband. “Daar zijn soms meerdere gesprekken voor nodig”, stelt Sabina. “Zeker als inwoners geen hulp aannemen. Anders dan bijvoorbeeld Wmo-professionals of huisartsen, hebben wij tijd voor hun verhaal. Zij zijn vrijwel allemaal dankbaar als Liesbeth of ik langskomen: ze voelen zich gezien en gehoord.”

Iedere inwoner krijgt een persoonlijk ondersteuningsplan voor alle levensgebieden: van zingeving en gezondheid tot geldzaken en wonen. In het plan staat bijvoorbeeld wat de inwoner nog zelf kan en waar zorg of ondersteuning nodig zijn. Sabina: “We onderzoeken eerst wat het eigen sociale netwerk kan betekenen. Van mantelzorgers en familie tot burens, kennissen en buurtinitiatieven. Denk aan [Etten-Leur Voor Elkaar](#): een platform waarop vrijwilligershulp aanbieden, bijvoorbeeld bij werk in de tuin. Of waarop ze klaarstaan met een luisterend oor.”

“We onderzoeken eerst wat het eigen sociale netwerk kan betekenen.”

Zelf- en samenredzaam

De meeste deelnemers van Community Care vallen tussen wal en schip. Zij hebben geen diagnose dementie of krijgen geen thuiszorg, maar zijn wel kwetsbaar. Bijvoorbeeld omdat ze vastlopen in het regelen van dagelijkse taken en geen partner (meer) hebben die helpt. Of omdat ze zich eenzaam voelen en zich steeds meer afzonderen van de samenleving.

“Zo waren een casemanager dementie en steeds afwisselende wijkverpleegkundigen betrokken bij een alleenwonende vrouw”, zegt Sabine. “Maar de bezoeken waren sporadisch en de inwoner heeft geen officiële diagnose dementie. Daardoor kreeg ze niet de hulp die ze nodig had. Ze had één vast en vertrouwd gezicht

nodig, voor problemen op meerdere levensgebieden. Zo gebruikte ze keukenrol als incontinentiemateriaal, omdat ze niet wist dat én waar ze dit vergoed kon krijgen. Ook wist ze niet hoe ze herhaalrecepten moest aanvragen bij de huisarts. Bij dat soort problemen wijs ik haar de weg, maar zij zet zelf de stappen.” Sabina houdt de casemanager dementie op de hoogte van haar situatie. Ze zet andere professionals alleen in als hun specialisme nodig is. Zo voorkomt ze dubbel werk.

“Ik wijs haar de weg, maar zij zet zelf de stappen.”

Ook Liesbeth ondersteunt een inwoner die op meerdere vlakken vastliep. Zowel praktisch als psychologisch. “Ze verloor haar zoon toen hij 23 jaar was en haar man is onlangs overleden. Hij regelde allerlei dagelijkse taken, zoals haar geldzaken. Die lukken haar niet alleen en zorgen voor stress en onzekerheid. Daarom wees ik haar op het formulierenteam van Surplus, dat haar helpt bij financiën en het regelen van haar telefoonabonnement. Dat geeft haar veel rust. Samen bespreken we haar uitdagingen in brede zin: van problemen met haar ogen tot de wens om haar nalatenschap goed te regelen met een notaris. Vanuit daar zoeken we naar oplossingen, die zij zelfstandig uitvoert.” Juist in dit geval is een leefcoach nodig, omdat deze overzicht biedt en altijd beschikbaar is als iemand hulp nodig heeft.

Betere samenwerking in de wijken

Bij de start van Community Care vergrootten de leefcoaches hun bekendheid in de wijken. Ze bezochten gemeenschappelijke woonkamers in Etten-Leur, stelden zich voor aan wijkmanagers en gaven presentaties tijdens onder andere dementiebijeenkomsten. “Wmo-consulenten en wijkverpleegkundigen weten ons inmiddels goed te vinden”, zegt Sabina. “Maar de actieve betrokkenheid van andere professionals moet beter. Wijkmanagers, huisartsen en welzijnsorganisaties in de gemeente verwijzen zelden naar ons door. Juist die wisselwerking is cruciaal om de aanpak te laten slagen. En om kwetsbare inwoners te bereiken die nu nog niet in beeld zijn. Bovendien kunnen wij dan inwonersvragen oppakken, die niet primair bij bijvoorbeeld huisartsen horen. Daardoor nemen we een deel van hun werkdruk weg.”

Liesbeth benadrukt waarom samenwerken verdere versnippering van de zorg voorkomt. “Bij een inwoner met psychiatrische problemen, waren meerdere partijen betrokken: de huisarts, praktijkondersteuner en Wmo. Zij wisten niet van elkaars betrokkenheid. Daardoor probeerden ze los van elkaar hulp te organiseren, die de inwoner steeds afsloeg. Tegelijkertijd belde ze geregeld naar de huisarts of zelfs de politie. Het gevolg: veel onnodige inzet van de formele zorg.” De leefcoach houdt nu het overzicht en zorgt voor afstemming tussen de betrokken partijen, zodat hulp doelgericht en effectief is.

Inwoners centraal

In de wijken bestaan verschillende rollen die lijken op de rol van leefcoach, zoals community builders en wijkmanagers. Dat kan voor professionals verwarrend zijn. “Wat doen wij anders dan zij en hoe kunnen we elkaar aanvullen? Dat moeten we duidelijker communiceren”, stelt Sabina. “Naar professionals, maar ook naar inwoners en hun informele netwerk. Een belangrijk verschil tussen onze rollen is dat wij werken vanuit de vraag van inwoners. Wijkmanagers en community builders richten zich meer op het versterken van zelfredzame wijken en de gemeenschapszin als geheel.”

Liesbeth organiseerde samen met de wijkmanager een wijkklunch, om die verbinding te stimuleren. Dit soort bijeenkomsten zijn de plekken waar professionals elkaar ontmoeten en samenwerkingen in de wijk kunnen versterken. Voor inwoners van Etten-Leur, want dáár draait het tenslotte om. Met Community Care blijven inwoners zo lang mogelijk in hun eigen vertrouwde omgeving. Op eigen kracht waar dat kan, met zorg en ondersteuning waar die nodig zijn.