

Community Care Midden-Brabant

Leefcoaches uit de gemeente Loon op Zand aan het woord

“Een sterk sociaal netwerk is nodig voor zelfredzaamheid”

Leefcoaches Britt en Corinne over Community Care in Loon op Zand

Van vergeetachtigheid en slechte verzorging tot niet meer onder de mensen zijn. Doordat leefcoaches bij inwoners over de vloer komen, vallen problemen en veranderingen direct op. “We kennen de sociale kaart van Loon op Zand en bekijken per situatie wat een inwoner nodig heeft”, zegt Britt. “Zodat problemen niet toenemen en zware zorg zo lang mogelijk uitblijft.” Britt van Weereld en Corinne van der Linden zijn leefcoaches binnen Community Care in de gemeente Loon op Zand. Wat betekent hun rol voor inwoners? Hoe verhouden zij zich tot professionals in zorg en welzijn? En waar kan de Community Care-aanpak beter?

Eén aanspreekpunt voor inwoners

Ondersteuning begint aan de keukentafel. Met een laagdrempelig gesprek tussen de leefcoach en inwoner, zonder dat een directe indicatie nodig is. “Inwoners voelen daardoor niet de druk dat ze iets moeten”, zegt Corinne. “Die voelen ze meestal wel bij huisartsen, Wmo-consulenten of andere professionals. Wij bouwen eerst een vertrouwensband op, zodat inwoners zich veilig voelen om hun verhaal en problemen te delen.” Vanuit daar bepalen de leefcoaches wat iemand nodig heeft om zelfstandig, veilig en vertrouwd thuis te wonen. Op lichamelijk vlak, maar ook op alle andere levensgebieden: van sociale relaties tot financieel- en emotioneel welzijn. Ze kijken bijvoorbeeld naar: wat draagt bij aan levensgeluk? En is de woning op de lange termijn geschikt voor de inwoner?

Zo’n gesprek plannen de leefcoaches binnen een week, waar het aanvragen van een keukentafelgesprek vanuit de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) soms maanden duurt. “Door onze aanpak hoeven inwoners hun verhaal maar één keer te vertellen”, zegt Britt. “Dat is voor inwoners prettig. En geeft bijvoorbeeld Wmo-consulenten en huisartsen meer tijd voor hun kerntaken.”

“Inwoners voelen niet de druk dat ze iets moeten.”

Samenwerken binnen zorg en welzijn

De leefcoaches hebben korte lijnen met de Wmo. Daardoor kunnen ze Wmo-zorg sneller in gang zetten, dan wanneer inwoners zelf een aanvraag doen. “Sinds de start van Community Care zijn we gekoppeld aan twee Wmo-consulenten en de beleidsmedewerker Wmo”, zegt Corinne. “We hebben duidelijke afspraken: over hoe we elkaar op de hoogte houden van inwoners, wanneer we evalueren en wat we doen als we nieuwe kwetsbare inwoners signaleren.” Daarnaast informeren de leefcoaches en het wijkteam van de gemeente elkaar wekelijks over de inwoners. Zij schakelen direct hulp in als dat nodig is.

Bij andere professionals in zorg en welzijn moesten de leefcoaches zich eerst bekendmaken. “In het begin dachten ze dat wij hetzelfde werk deden als zij”, zegt Britt. “Nu we langer als leefcoach werken, kunnen we beter uitleggen hoe we elkaar juist aanvullen. We schakelen huisartsen en praktijkondersteuners pas in als medische zorg nodig is, zodat we geen dubbel werk doen. Andersom zijn wij afhankelijk van huisartsen om kwetsbare thuiswonende inwoners te bereiken. Want die hebben we nog lang niet allemaal in beeld.” Britt en Corinne zoeken huisartsen in Loon op Zand actief op, zodat ze elkaar steeds beter weten te vinden.

“We zijn vooral afhankelijk van huisartsen om kwetsbare thuiswonende inwoners te bereiken.”

Sociale vangnet versterken

Wat kan iemand zelf en waar kan het sociale netwerk helpen? Daarmee starten de leefcoaches. Ze schakelen mantelzorgers en burens in voor kleine hulpvragen. Van het buitenzetten van klink tot het regelen van financiën en het doen van boodschappen. Of om een oogje in het zeil te houden. “Zo wees de buurvrouw van een 89-jarige inwoner mij op zijn niet-werkende gordijnsysteem”, zegt Corinne. “Burens en mantelzorgers weten mij te vinden als dat nodig is.”

Maar mantelzorg is geen garantie. “Bovendien moeten familieleden ook kind of partner kunnen zijn”, stelt Corinne. “Als zij zorg en ondersteuning niet meer kunnen dragen, zetten we extra hulp in. Wij weten de weg binnen zorgwetten en -financiering. Een landschap dat voor mantelzorgers vaak complex is. Door dit uit handen te nemen en hulp doelgericht in te zetten, voorkomen we overbelasting.”

Naast de inzet van de directe omgeving, maken leefcoaches de koppeling met wijk- en vrijwilligersinitiatieven. Daarmee versterken ze het sociale vangnet van inwoners. Zo motiveerde Corinne een inwoner om het ontmoetingscafé [Mantel-Match](#) te bezoeken, omdat hij openstaat voor sociale contacten of zelfs nieuwe liefde in zijn leven. Ook zocht ze via [Loon op Zand voor elkaar](#) een vrijwilliger voor de tuin van een inwoner met hevige gezondheidsproblemen. “Zij heeft geen sociaal netwerk om op terug te vallen en laat moeilijk mensen toe. Toch vond ik na zorgvuldig zoeken een vrijwilliger die persoonlijk bij haar past. En waarop zij langdurig kan terugvallen.”

Vanuit vertrouwen naar eigen regie

De meeste inwoners staan na één gesprek open voor Community Care. Maar soms kost vertrouwen winnen meer tijd, zoals bij een inwoner die Britt begeleidt. Door een ingezakte ruggenwervel verbleef hij een tijd in een verpleeghuis. Inmiddels woont hij weer zelfstandig, maar met fysieke beperkingen. Tegelijkertijd is zijn sociale vangnet klein. Hij heeft geen partner en kinderen, geen familie in de buurt en vindt hulp accepteren lastig. Juist die combinatie maakt hem kwetsbaar. “Bij hem waren zo’n zes gesprekken nodig om vertrouwen op te bouwen”, zegt Britt. “Toch was die tijdsinvestering de moeite waard. Omdat hij voorheen nauwelijks buiten kwam, stelde ik voor samen te wandelen. Wat bleek: hij had voor mijn bezoek zelf al geoefend. Inmiddels wandelt hij regelmatig alleen en doet hij weer zelfstandig boodschappen. En hij staat nu zelfs open voor een vrijwillige hulp in zijn tuin.”

“Inmiddels wandelt hij regelmatig alleen en doet hij zelfstandig boodschappen.”

Een duwtje in de rug kan dus voorkomen dat iemand zijn zelfstandigheid of deelname aan de samenleving verliest. Zo ook bij een inwoner met gehoorproblemen. Britt: “Bellen en mensen verstaan werd lastiger, wat haar wereld enorm verkleinde. Maar door nare ervaringen met een audicien, zocht ze geen hulp. Ik maakte die drempel kleiner door met haar mee te gaan. Nu heeft ze een gehoorapparaat, waardoor ze weer actief meedoet in gesprekken en haar sociale contacten kan onderhouden.”

Gezamenlijke systeem en werkplek

De leefcoaches combineren hun rol naast hun andere werk, bijvoorbeeld als verpleegkundige, casemanager dementie of mantelzorgmakelaar. Die expertises en het brede netwerk van alle leefcoaches vullen elkaar goed

aan. Wel missen Britt en Corinne een gezamenlijke werkplek en gedeeld systeem. “Ook deze functie brengt veel administratief regelwerk met zich mee”, zegt Corinne. “Dat kost veel tijd, terwijl ik vooral aandacht wil hebben voor de mens.”

Britt herkent dit en ziet kansen: “In gemeenten waar wel een gezamenlijk systeem en werkplek geregeld zijn, verloopt de samenwerking soepeler. Gegevens en informatie hoef je dan slechts één keer in te voeren. Ook kunnen we dan eenvoudiger casussen bespreken of elkaars werk overnemen tijdens vakanties.” Tenslotte zien Britt en Corinne graag dat de rol van leefcoach een volwaardige, onafhankelijke functie wordt. Een spil tussen andere professionals in zorg en welzijn, die de samen- en zelfredzaamheid in Loon op Zand versterkt.