

Respijtzorg in krimpregio's

Achterhoek en Liemers



November 2019
Spectrum, partner met elan

Inhoud

Samenvatting	4
1. Inleiding.....	5
2. Methode	6
Deskresearch.....	6
Interviews met mantelzorgers in hun sociale context.....	6
Interviews met (zorg)professionals.....	6
Expertmeeting.....	6
Het knooppuntconcept van Spectrum.....	7
3. Krimpregio's de Achterhoek en de Liemers	8
Wat is een krimpregio?.....	8
Regio de Achterhoek.....	9
Coulisselandschap.....	9
Noaberschap.....	10
Smart Industry.....	10
Regio de Liemers.....	10
4. Resultaten	11
Ervaringen en dilemma's van mantelzorger	11
Aanbod van respijtzorg in krimpregio's	12
Rol van gemeente bij respijtzorg	12
Specifieke kenmerken van de krimpregio's	12
Noaberschap	13
Respijtzorgreis van mantelzorgers in krimpregio's.....	13

5. Conclusie 19

6. Advies 21

7. Bijlage 25

Samenvatting

Dit rapport is het resultaat van een onderzoek naar respijtzorg in de krimpregio's de Achterhoek en de Liemers. Dit onderzoek hebben we uitgevoerd in opdracht van Clémence Ross-van Dorp. Zij heeft, als landelijke aanjager respijtzorg, het doel om deze tijdelijke, vervangende zorg te verbeteren en het aanbod breder beschikbaar en bekend te maken, en beter aan te laten sluiten op de vraag van mantelzorgers. Op verzoek van Clémence Ross-van Dorp richten we ons in dit onderzoek op krimpregio's. Gelderland kent twee krimpregio's: de Liemers en de Achterhoek. In deze regio's neemt de totale omvang van de bevolking af en is er sprake van vergrijzing. Centraal staat de vraag welke specifieke kenmerken van krimpregio's van invloed zijn op de vraag naar respijtzorg. Om deze vraag te kunnen beantwoorden voeren we deskresearch uit, interviewen we zowel mantelzorgers als professionals, organiseren we een expertmeeting en bundelen we alle kennis tot vier respijtzorgreizen.

Veel mensen herkennen zich helemaal niet in de term 'mantelzorger'. Ze vinden het namelijk heel gewoon wat ze doen, en ze doen het met liefde. Toch komt er voor veel mantelzorgers een moment dat de belasting groter wordt dan hun draagkracht. Ze raken oververmoeid, krijgen allerlei lichamelijke klachten, ze komen niet meer aan ontspanning toe. Terwijl ze zo graag gewoon willen blijven zorgen voor degene die zorg nodig heeft. En zelfs dan is het niet vanzelfsprekend dat mantelzorgers denken aan het inzetten van respijtzorg. Ze denken dat de situatie nog niet ernstig genoeg is of ze hebben het gevoel te falen als ze respijtzorg in gaan zetten.

Mantelzorgers komen in hun zoektocht naar respijtzorg vaak in contact met hun gemeente. Op eigen initiatief of omdat een ander ze heeft gewezen op mogelijkheden. De rol van de gemeente is lang niet altijd helder voor de mantelzorger. Verwijzingen verlopen daarbij niet altijd efficiënt en de gemeente staat letterlijk en figuurlijk soms op (te) grote afstand.

Er is zowel in de Liemers als de Achterhoek divers aanbod van respijtzorg. Dit aanbod zou bekend moeten zijn en passen bij mantelzorgers en zorgvragers. Dat

is nu niet altijd het geval. Professionals blijken een cruciale rol te spelen bij het aankaarten van respijtzorg, maar zijn vaak pas laat in beeld.

Omdat elke mantelzorger uniek is, kun je niet spreken van dé mantelzorger in een krimpregio. Wel zijn er een aantal kenmerken in de Liemers en de Achterhoek die opvallen. Gemeenten bezuinigen op welzijnsvoorzieningen, waardoor het moeilijker wordt om ondersteuning te organiseren terwijl de informele mogelijkheden door de krimp ook al afnemen in deze gemeenten. De vraag naar zorgboerderijen is groot en het aanbod is te klein. Daarnaast kent de Achterhoek een sterke mate van noaberschap. Mensen kennen elkaar en helpen als dat nodig is. Tenminste, als je zelf investeert in je omgeving, kun je die steun verwachten op het moment dat je het nodig hebt. Maar noaberschap blijkt ook haar beperkingen te hebben: doordat mensen liever niet hun vuile was buiten hangen, doen zij niet altijd beroep op het noaberschap.

Samenvattend zijn onze conclusies:

- Er heerst een taboe op het begrip mantelzorg en als mantelzorger moet je keuzes maken
- Aanbod van respijtzorg is op orde maar niet altijd passend of in beeld
- Gemeenten staan in beleving op afstand of zijn letterlijk ver weg
- Vergrijzing, migratie, verdunning en noaberschap zijn specifiek voor krimpregio's
- Noaberschap is helpend, maar werkt soms ook beperkend

Om respijtzorg in krimpregio's beter te laten aansluiten op de behoefte van mantelzorgers, is ons advies:

- Bied keuzes en doorbreek taboes
- Realiseer passend aanbod en beleid
- Stimuleer co-creatie tussen gemeenten met haar inwoners
- Maak respijtzorg bereikbaar en zichtbaar voor iedereen
- Romantiseer noaberschap niet, maar ga er realistisch mee om.

1. Inleiding

Respijtzorg is vervangende zorg waarbij iemand anders de zorg tijdelijk overneemt van een mantelzorger. In de praktijk blijkt dat er onvoldoende aanbod van respijtzorg is, of dat de beschikbare respijtzorg niet altijd goed aansluit bij de wensen van de mantelzorger of degene waar hij of zij voor zorgt, stelt het ministerie.

Minister Hugo de Jonge (VWS) heeft Clémence Ross-van Dorp aangesteld als landelijke aanjager respijtzorg. Met als doel om deze tijdelijke, vervangende zorg te verbeteren en het aanbod breder beschikbaar en bekend te maken, en beter aan te laten sluiten op de vraag van mantelzorgers.

Krimpregio's vragen om extra aandacht

Krimpregio's onderscheiden zich in een aantal kenmerken waardoor ze zo genoemd worden: de totale bevolking in een dergelijke regio krimpt.

Dit komt door de volgende factoren:

Vergrijzing; met name het relatieve aantal ouderen neemt toe, en het aantal jongeren neemt er af.

Migratie; jongeren gaan elders wonen en werken, buiten de krimpregio's. Zo kunnen ouderen vaak geen beroep meer doen op hun kinderen, als het gaat om ondersteuning en zorgverlening. De huidige generatie werkende mantelzorgers wonen en werken vaak buiten de krimpregio waar hun ouders nog wel wonen, met hun zorgvraag.

Verdunning; krimpregio's kennen een lagere voorzieningendichtheid; door de krimp verdwijnen er ook vaak voorzieningen in de buurtschappen. Deze zijn dan nog wel in andere gemeenten in de regio te vinden, maar niet altijd meer in de eigen buurt of gemeente.

Cultuur; krimpregio's hebben een kenmerkende eigenheid. Deze vertalen we vaak als 'noaberschap'. Ook in krimpregio's waar deze term niet wordt

herkent zien we vaak meer cohesie tussen inwoners, maar ook de keerzijde ervan, dat er een bepaalde geslotenheid kan heersen.

Door deze factoren zal in deze krimpregio's naar verwachting, meer dan in andere regio's, de relatieve zorgvraag toenemen. Deze toenemende zorgvraag, in combinatie met de specifieke kenmerken van deze regio's, vraagt erom om nader in te zoomen op de passendheid, toegankelijkheid en bereikbaarheid van respijtzorg voor deze krimpregio's.

In de provincie Gelderland zijn, op basis van de definitie die de Rijksoverheid hieraan geeft, twee krimpregio's te onderscheiden: de Achterhoek en de Liemers. Alle gemeenten in de regio Achterhoek hebben te maken met krimp. Binnen de regio Liemers krimpt de bevolkingdichtheid in de gemeenten Zevenaar en Duiven.

Respijtzorgreis in de krimpregio's

Om respijtzorg te kunnen verbeteren en beter beschikbaar te maken, is het essentieel om te weten wat de vraag en behoefte van mantelzorgers is in deze regio's. Door de methodiek van klantreizen te benutten, hebben we zicht gekregen op de 'reis' die mantelzorgers afleggen. Op welk moment besluit een mantelzorger meer ondersteuning te vragen? Wanneer komt respijtzorg in beeld? Welke ervaringen doen mantelzorgers op met respijtzorg? Welke krimp-specifieke regiofactoren spelen een rol tijdens deze reis?

In dit rapport leest u, op basis van ons onderzoek en analyse, wat de respijtzorg gerelateerde vragen en behoeften van mantelzorgers en zorgvragers zijn in de krimpregio's de Achterhoek en de Liemers.

2. Methode

Doordat krimpregio's 'vergrijzen', vraagt dit om meer inzicht in de 'klantreis' van mantelzorgers naar respijtzorg, zodat voor deze regio's respijtzorg beter beschikbaar kan worden gemaakt en beter aan kan sluiten bij de vraag in deze regio's. Onze aanpak bestaat uit vijf onderdelen:

- Deskresearch
- Interviews met mantelzorgers
- Interviews met (zorg)professionals
- Expertmeeting
- Toetsing aan het mantelzorgconcept van Spectrum

Deskresearch

De regio de Achterhoek en de Liemers hebben ieder hun eigen kenmerken. Via deskresearch brengen we de unieke kenmerken in beeld. Ook maken we gebruik van eerder gedaan onderzoek naar mantelzorg en zetten we kennis die we hebben opgedaan in eerdere projecten in beide regio's in om tot een actueel beeld te komen.

Interviews met mantelzorgers in hun sociale context

Om te achterhalen welke behoeften er aan respijtzorg bestaan bij mantelzorgers en zorgvragers in hun sociale context, zijn we met mantelzorgers in krimpregio's in gesprek gegaan. Zij hebben meestal dagelijks te maken met hun mantelzorgtaken en ervaren daarnaast hoe het is om in een krimpregio te leven. In eerste instantie wilden we aansluiten bij momenten waarin mantelzorgers elkaar treffen, zoals een koffieochtend voor mantelzorgers. Alleen zijn die momenten steeds schaarser en worden deze georganiseerde momenten vrij beperkt bezocht. Vandaar dat we mantelzorgers hebben geïnterviewd op een moment dat voor hen geschikt was. We hebben verschillende mantelzorgers over hun situatie gesproken. Sommigen zorgen voor hun

Spectrum, *partner met elan*

partner, anderen juist voor een kind of (schoon)ouder. Tijdens deze interviews hebben we een aantal onderwerpen besproken:

- **Sociale en zorgnetwerk:** Hoe ziet het zorgnetwerk eruit? Welke ondersteuning wordt wanneer en door wie geboden?
- **Aard van de zorgvraag:** Waar verblijft de zorgvrager? Hoeveel zorg wordt er gevraagd? En hoe is de verwachting van het ziekteproces?
- **Beleving mantelzorg:** Wat is de reden van mantelzorgen? Hoe zwaar wordt het mantelzorgen ervaren?
- **Regionale kenmerken:** Wat is kenmerkend voor de regio? Wat is typerend voor de regio als het gaat om mantelzorgen?
- **Respijtzorgreis:** Is er weleens nagedacht over respijtzorg? Wat maakt dat er wel/ niet over nagedacht wordt? Welke acties zijn ondernomen? Welke keuzes zijn gemaakt en waarom? Hoe is respijtzorg bevallen? Wanneer is respijtzorg wel een optie en wanneer niet? Welke emoties worden ervaren?

Interviews met (zorg)professionals

Om beeld te krijgen van de beschikbare respijtzorg en de ervaringen die mantelzorg professionals opdoen in de Achterhoek en Liemers, hebben we in beide regio's gesproken met een (zorg)professional. Tijdens deze interviews hebben we besproken wat typerend is voor de regio als het gaat om mantelzorgen. En daarnaast hebben we aandacht besteed aan de rol die (zorg)organisaties spelen bij het al dan niet inzetten van respijtzorg.

Expertmeeting

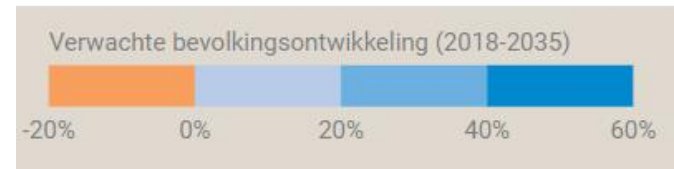
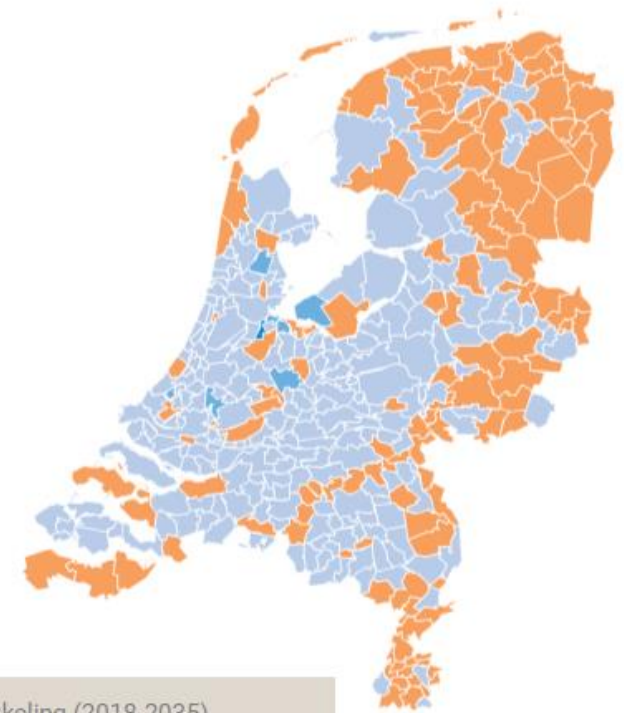
De informatie die is opgehaald uit deskresearch en interviews wordt in een expertmeeting voorgelegd. Aanwezig bij deze meeting zijn zorg en welzijnsprofessionals uit de Liemers en de Achterhoek en medewerkers van Spectrum en Obelon. De voorlopige resultaten worden getoetst aan het perspectief van deze professionals. Is het herkenbaar? Zijn er

3. Krimpregio's de Achterhoek en de Liemers

Wat is een krimpregio?

De Rijksoverheid maakt onderscheid tussen krimpgebieden en anticipeergebieden. Onder krimpgebieden verstaan zij gebieden waar de bevolking naar verwachting in 2040 minimaal 12,5% daalt ten opzichte van 2014. Daarnaast daalt het aantal huishoudens naar verwachting met 5%. Anticipeergebieden zijn gebieden waar ook sprake is van bevolkingsdaling, alleen verloopt deze daling minder snel. De verwachting voor deze gebieden is dat het aantal inwoners of huishoudens daalt met ten minste 2,5% tot 2040¹. In Gelderland is de Achterhoek een krimpregio, anticipeerregio's komen niet naar voren.

Het CBS heeft de verwachte bevolkingsontwikkeling voor heel Nederland in kaart gebracht² en daaruit komt duidelijk naar voren dat de regio de Achterhoek te maken krijgt met een daling van het aantal inwoners.

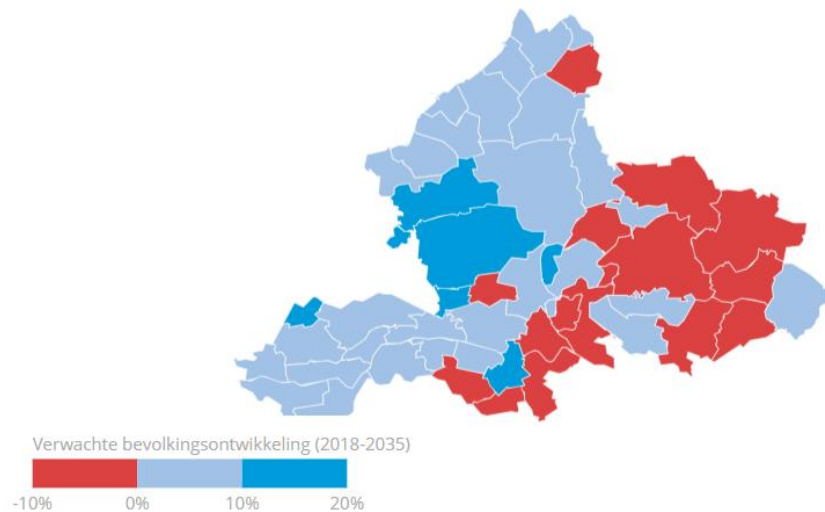


¹

<https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/bevolkingsdaling/krimpgebieden-en-anticipeergebieden>

² <https://www.gelderlander.nl/wageningen/wageningen-edo-en-nijmegen-gaan-flink-groeien-aalten-duiven-bronckhorst-en-grave-krimpen-fors~af2717ba/>

Als we inzoomen op Gelderland zien we dat er twee regio's uitspringen: de Liemers en de Achterhoek³.



In de Liemers is een bevolkingsdaling te zien in de gemeenten Duiven en Zevenaar. In Westervoort is een stijging te zien van 2,6%. In de Achterhoek is een daling te zien in de gemeenten Bronckhorst, Berkelland, Oost Gelre, Aalten en Oude IJsselstreek. Waarbij in de gemeente Bronckhorst de grootste daling wordt verwacht van -6,5%. In Winterswijk is de verwachting dat de bevolkingsdichtheid gelijk blijft en in de gemeente Doetinchem wordt een lichte stijging verwacht van 1,3% en in Montferland een stijging van 5,3%.

³ <https://www.omroepgelderland.nl/nieuws/2423996/In-deze-Gelderse-gemeenten-komen-er-de-komende-jaren-flink-wat-inwoners-bij>

De definitie van krimpregio's verschillen van elkaar. De regio de Achterhoek komt zowel bij het CBS als in de definitie van de Rijksoverheid duidelijk naar voren als krimpregio. Daarnaast worden er volgens CBS voor de regio de Liemers ook bevolkingsdalingen verwacht van -6,4% in Duiven en -0,9% in Zevenaar. Voor zowel de regio Rivierenland als Veluwe wordt geen bevolkingsdaling verwacht, waardoor we ons in ons onderzoek focussen op de Liemers en de Achterhoek.

Regio de Achterhoek

De regio de Achterhoek bestaat uit de gemeenten Aalten, Bronckhorst, Berkelland, Doetinchem, Montferland, Oost Gelre, Oude IJsselstreek en Winterswijk. Ze staat bekend om haar coulissenlandschap, noaberschap en smart industry.



Coulistlandschap

Karakteristiek voor de Achterhoek is haar coulisselandschap. De beplanting in het buitengebied bestaat vooral uit houtwallen en heggen.

Dit landschap is ontstaan door kleinschalig grondgebruik. Boeren zorgden er met de aanleg van houtwallen en heggen voor dat hun vee in de wei bleef. Onverharde paden die tussen de weilanden liggen, werden vroeger door boeren vaak gebruikt om met hun ploeg te kunnen draaien én om eenvoudig naar de kerk te kunnen lopen. Veel van deze ‘kerkepaden’ worden nog altijd door wandelaars gebruikt.

Naast steden en dorpen kent de Achterhoek talloze buurtschappen. Veelal zijn het buurten die losstaan van omliggende bebouwing.

Noaberschap

Voor veel Achterhoekers is het heel vanzelfsprekend om voor elkaar klaar te staan. Je kent elkaar en helpt als dat nodig is. Dit wordt ook wel noaberschap genoemd. Mensen zien zichzelf dan ook niet zo snel als mantelzorger, zorgen voor een ander hoort er gewoon bij. De Liemers kent een min of meer vergelijkbare cultuur van omzien naar elkaar, maar daaraan wordt in die regio niet de term ‘noaberschap’ verbonden.

Smart Industry

De Achterhoek profileert zich als Smart Industry-regio, zowel in de maakindustrie, landbouw als dienstverlenende sector. Door bijvoorbeeld domotica in en om huis te gebruiken, wordt het voor ouderen en hulpbehoevenden eenvoudiger om langer (veilig) thuis te blijven wonen. Ook wordt actief aan circulaire economie en mobiliteit gewerkt. De bedoeling is om de economische motor in de Achterhoek draaiende te houden. Daarnaast moet het voor een ieder die zich in de Achterhoek wil verplaatsen eenvoudig mogelijk zijn om energieneutraal te kunnen reizen. Afstanden mogen geen belemmering vormen om daar te komen waar je wilt of moet zijn.

Regio de Liemers

De omvang van de regio de Liemers is in de afgelopen decennia verschillende keren gewijzigd. Als we spreken over de regio Liemers hebben we het over het gebied dat wordt omringd door de Rijn, IJssel en de oude IJssel. Nog altijd is niet duidelijk welke plaatsen precies bij de regio Liemers horen. In dit onderzoek gaan we uit van de gemeenten die altijd tot de Liemers worden gerekend, en waar in de literatuur geen discussie over is, te weten Duiven, Westervoort en Zevenaar.

Typerend voor de regio Liemers is dat mensen van oudsher gewend zijn aan grote veranderingen. Rivieren stroomden over, verplaatsen zich, zorgden voor eilanden en zandbanken. Men was niet zeker van een vaste grond en heeft geleerd zich daaraan aan te passen. Ze hechten zich niet gauw aan land en aan anderen. Vandaag de dag zie je dat terug in een mentaliteit waarin men erg op zichzelf is en gehecht is aan autonomie. Je moet je eigen plek zelf maken, verdienen en creëren.

4. Resultaten

De informatie uit de deskresearch en interviews hebben we gebundeld en vervolgens verdeeld in een vijftal categorieën:

- **Ervaringen en dilemma's van mantelzorger**
- **Aanbod van respijtzorg**
- **Rol van gemeente bij respijtzorg**
- **Specifieke kenmerken van de krimpregio's**
- **Noaberschap**

Ervaringen en dilemma's van mantelzorger

Elke mantelzorger heeft zijn of haar eigen verhaal. Ze hebben hun eigen leven, met of zonder hulp van anderen uit hun netwerk, en lopen in meer of mindere mate aan tegen de (on)mogelijkheden van de systeemwereld. Uit de verschillende verhalen komen de volgende inzichten naar voren:

- Mantelzorgen wordt gedaan uit liefde, huwelijkse belofte, gewoonte of omdat het zo hoort.
- Mantelzorgers gaan ver om zelf zorg te kunnen blijven leveren. Ze geven er soms hun sociale leven, verenigingsleven en zelfs hun werk voor op.
- Mantelzorgers kunnen zorg niet altijd eenvoudig overdragen (bijvoorbeeld bij autisme).
- Het woord mantelzorgen heeft een negatieve associatie. Het klinkt heel afstandelijk. Terwijl het vaak uit liefde wordt gedaan.
- Het begrip 'mantelzorgen' is een begrip uit de systeemwereld. Ze beperkt zich tot degene die een zorgvrager ondersteunt, terwijl de mantelzorger, zorgvrager en hun netwerk niet als apart gezien moeten worden, maar juist als samenwerkend geheel. De

mantelzorgers herkennen zich namelijk lang niet altijd in de systeemterm 'mantelzorger'.

- Een pgb geeft ruimte om zelf keuzes te maken (vrijheid), maar tegelijkertijd kost het veel tijd om uit te zoeken wat wel en niet kan. En welke respijtzorg het best passend is. Die tijd en energie hebben mantelzorgers vaak niet.
- Er heerst een taboe op hulp vragen.
- Stabiliteit en continuïteit in ondersteuning is belangrijk, dat geeft rust.
- De zwaarte van mantelzorgen varieert. Dat kan per dag verschillen of per periode. En zelfs gedurende de dag kan dit verschillen.
- Mantelzorgers hebben vaak met claimend gedrag van zorgvragers te maken.
- Mantelzorgers lopen vaak vast in de combinatie van a) zorgdragen voor een ander, b) andere taken binnen het gezin of thuis en c) de regelgeving bij indicaties. Ze verliezen door het zorgen voor een ander soms het zicht op eigen behoeften: wat vind ik zelf leuk? Wie ben ik (naast het zorgen)? En tegelijkertijd krijgen ze waardering voor wat ze doen en het talent dat ze daarin hebben. Ze zijn bijvoorbeeld 'een goede dochter'; ze doen wat er van hen verwacht wordt.
- Het is voor mantelzorgers moeilijk om de sociale kaart van het respijtzorgaanbod goed in beeld te krijgen.
- Het is niet vanzelfsprekend dat mantelzorgers aan het inzetten van respijtzorg denken. Ze denken dat de situatie nog niet ernstig genoeg is of ze hebben het gevoel te falen als ze respijtzorg in gaan zetten.

Aanbod van respijtzorg in krimpregio's

Er is zowel in de Liemers als de Achterhoek divers aanbod van respijtzorg. Dit aanbod moet bekend zijn en passen bij mantelzorgers en zorgvragers. Dat is nu niet altijd het geval. De volgende aspecten vallen op:

- Professionals spelen een cruciale rol bij het aankaarten van respijtzorg, maar komen vaak laat in beeld.
- Vervangende zorg moet passend zijn, zodat zorgvragers zich op hun plek voelen. Zorgvragers vinden het prettig als ze van betekenis zijn. Ze willen het gevoel hebben een bijdrage te kunnen leveren (vrijwilliger zijn of aan het werk). Daarnaast is het van belang dat ze voldoende uitdaging hebben, bij eenzelfde/ prettige doelgroep zitten en dat ze er plezier hebben.
- Logeerrespijtzorg is bij zorgboerderijen meestal gekoppeld aan de dagactiviteit. Dat is voor mensen met dementie vaak erg prettig, zij kunnen wennen aan de locatie. Als je alleen logeeropvang wilt, zit je soms ongewild vast aan een dagactiviteit, aangezien alleen overnachten geen mogelijkheid is.
- De activiteit die wordt aangeboden moet leidend zijn, niet de ontmoeting met andere mensen. Dat is vaak zo confronterend. Een zorgboerderij geeft over het algemeen vrijheid in keuze van activiteiten en mensen krijgen door bezig te zijn het gevoel nuttig bezig te zijn. Dit geldt niet voor mensen met een vergevorderde dementie: zij hebben vooral liefde en aandacht nodig. De setting is dan minder relevant.
- Er is veel aandacht voor respijtzorg voor mensen met dementie, minder voor somatische ziekten of GGZ-problematiek.

Rol van gemeente bij respijtzorg

Mantelzorgers en hun familie komen in hun zoektocht naar respijtzorg vaak in contact met hun gemeente. Op eigen initiatief of omdat een

ander ze heeft gewezen op mogelijkheden. De rol van de gemeente is lang niet altijd helder. Een aantal opvallende aspecten:

- Mantelzorgers willen graag gewaardeerd worden door de gemeente. Het mantelzorgcompliment kan daar volgens mantelzorgers bij helpen.
- Er zijn niet met alle (zorg)partijen contracten afgesloten waar respijtzorg ingekocht zou kunnen worden. Er is dan een pgb nodig om toch in te kunnen kopen wat passend is.
- Voor mantelzorgers is het prettig als de gemeente de sociale kaart goed kan uitleggen. Het kost mantelzorgers en zorgvragers nu veel tijd en energie om uit te zoeken wat mogelijk is.
- De sociale kaart gaat in krimpregio's over gemeentelijke grenzen heen. Gemeenten moeten in het uitleggen van respijtzorgmogelijkheden over hun eigen grenzen heen kijken om de mantelzorgers het best passende te kunnen bieden.
- De gemeente staat soms zo ver weg. Zowel in de Liemers als in de Achterhoek zijn de laatste decennia veel gemeenten gefuseerd. Hierdoor zijn de gemeenten steeds groter geworden en voor inwoners is zowel de letterlijke als figuurlijke afstand tot de gemeente toegenomen. De gemeente maakt wel het beleid, maar als inwoner voel je je niet bij een gemeente horen, maar bij het dorp waarin je woont.
- Het belang van het voorliggend veld wordt door gemeenten wel gezien, alleen gaat er tijd overheen voordat er ook daadwerkelijk iets verandert. Dit heeft grotendeels te maken met financiering.

Specifieke kenmerken van de krimpregio's

Tijdens de interviews is uitgebreid gesproken over de specifieke kenmerken van de krimpregio's. Omdat elke mantelzorger uniek is, kun je niet spreken van dé mantelzorger in een krimpregio. Wel zijn er een aantal kenmerken die opvallend zijn:

- Er zijn in de regio de Achterhoek veel zorgboerderijen. De vraag om daar deel te nemen aan activiteiten/ dagopvang is groot, waardoor er wachtlijsten zijn
- Er wonen relatief veel ouderen. En kinderen van deze ouderen wonen steeds vaker elders.
- Er zijn een aantal gebieden in de regio waar mensen uit het Westen zich vestigen. Deze groep mensen, die ook wel 'import' wordt genoemd, zoekt elkaar vaak op en vormt een eigen noaberschap-groep. In plaatsen waar minder import komt wonen is het wisselend hoe eenvoudig men contact maakt met buurtgenoten.
- Er wordt verschil gevoeld tussen de mensen uit de kleinere kernen en buurtschappen ten opzichte van de grotere kernen en plaatsen. Mensen uit de kleinere kernen voelen zich vaak minder gezien door gemeente en hebben het idee dat ze erg moeten opboksen tegen de grotere plaatsen om toch iets voor elkaar te krijgen.
- Er wordt door de meeste gemeenten bezuinigd op welzijn. Daarnaast neemt het bevolkingsaantal af. Hierdoor wordt het steeds moeilijker om informele ondersteuning te organiseren. Er zijn immers zowel minder algemene voorzieningen alsook mensen in de omgeving die kunnen ondersteunen.
- In krimpgebieden verdwijnen vaste structuren zoals (sport)verenigingen, winkels, scholen, etc. Allemaal plekken waar je elkaar als vanzelfsprekend tegenkomt. Mantelzorgers gaan niet snel naar nieuwe ontmoetingsplekken die, vaak op afstand, worden gecreëerd.
- In een krimpregio is er door de relatief lagere bevolkingsdichtheid minder vraag naar respijtzorg. Het aanbod van respijtzorg wordt dan ook niet altijd dichtbij de mantelzorgers thuis georganiseerd.

In de krimpregio hebben mantelzorgers daardoor te maken met fysieke afstand tot respijtzorg.

Noaberschap

Noaberschap is typerend voor de Achterhoek (en niet de Liemers). Bij noaberschap gaat het om het wederkerigheidsprincipe. Als je zelf in je buurt en omgeving hebt geïnvesteerd, dan zullen zij je ook helpen als je hulp nodig hebt. Als je je openstelt voor anderen is het mogelijk om contact te maken dat over en weer gaat. Dit klinkt heel prettig, want het is eenvoudig om je burens in te schakelen en fijn om relatief eenvoudig met anderen zorg te kunnen delen. Er zit ook een keerzijde aan noaberschap. Het kan als beperkend worden ervaren. Het principe van 'ons kent ons' zorgt ervoor dat mensen liever niet hun vuile was buiten hangen en zichzelf zo isoleren, omdat ze anderen er niet mee lastig willen vallen of omdat ze geen hulp durven te vragen.

Bij kerken is er vaak een eigen vorm van 'omzien naar elkaar'. Door de ontkerkelijking neemt deze vorm van 'noaberschap' af. Het is minder vanzelfsprekend dat mensen elkaar bij de kerk treffen en dat ze naar elkaar omzien.

Respijtzorgreis van mantelzorgers in krimpregio's

Elke mantelzorger loopt zijn eigen pad. De één is goed op de hoogte van respijtzorg, terwijl een ander niet eens weet dat hij mantelzorger is. Onze resultaten hebben we gebundeld tot vier respijtzorgreizen.

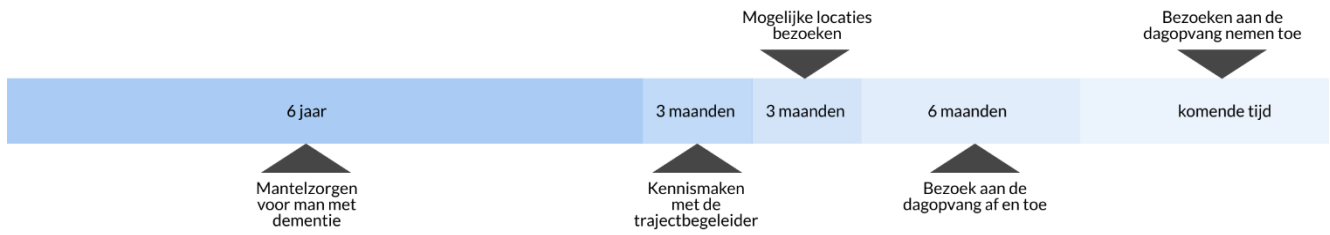
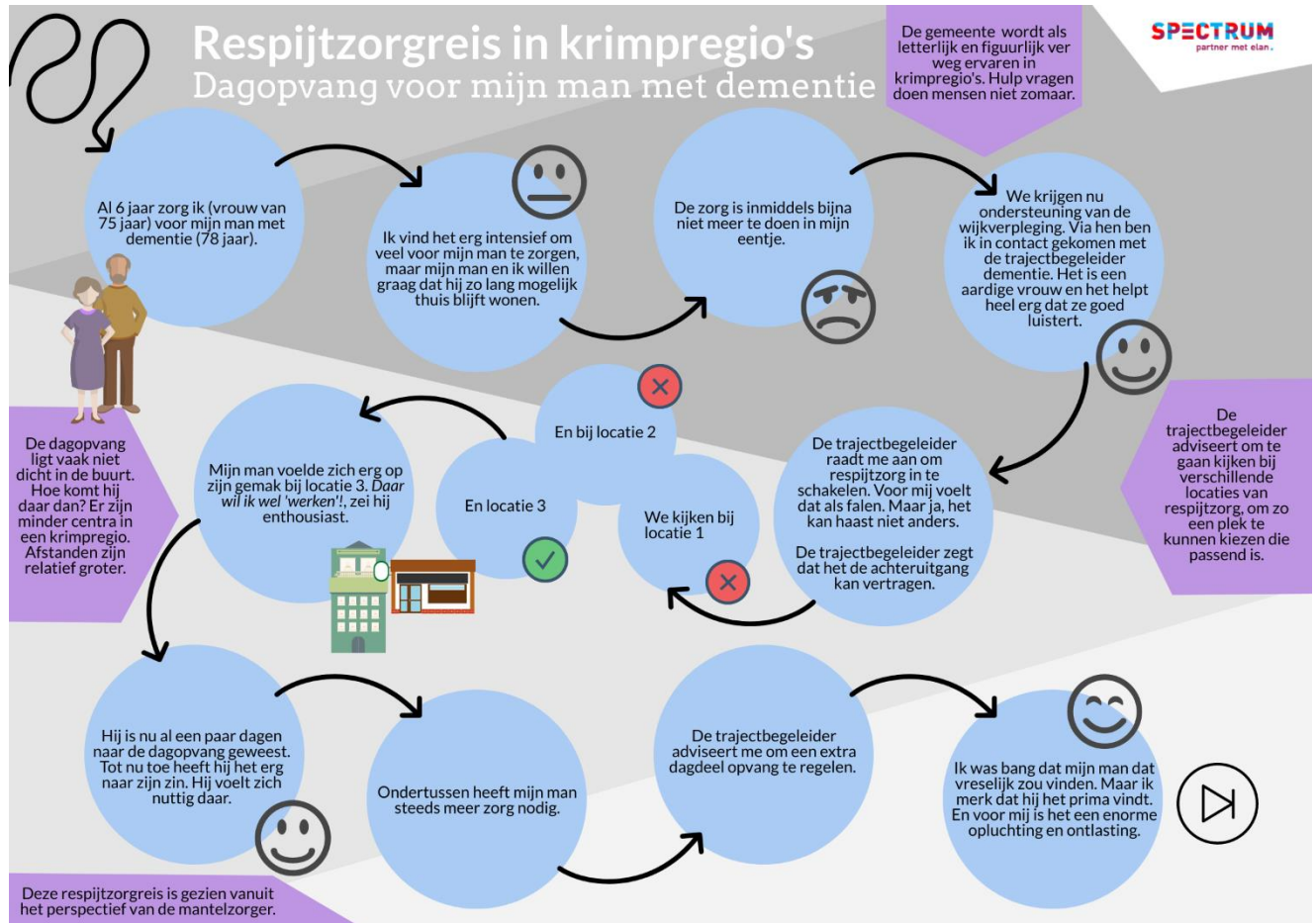
Respijtzorgreizen zijn gebaseerd op de methodiek van klantreizen ook wel 'customer journey mapping' genoemd. Deze reizen geven levensecht weer hoe mantelzorgers en hun zorgvragers wel, of juist niet, tot passende respijtzorg komen.

Deze respijtzorgreizen geven niet alleen inzicht, maar kunnen ook worden benut om processen te optimaliseren rond het passend, bereikbaar en

toegankelijk maken van respijtzorg in krimpregio's. In onderstaande respijtzorgreizen ziet u de aspecten terug waar mantelzorgers mee te maken krijgen gedurende het proces van zorgen voor een naaste. Afwegingen en keuzes die ze maken worden weergegeven, net als de invloed op de mentale gesteldheid van mantelzorgers. Wat we zien in krimpregio's is dat krimpregio specifieke kenmerken ervoor zorgen dat mantelzorgers mogelijk veel later pas respijtzorgmogelijkheden onderzoeken en inschakelen. En als men respijtzorg wil inschakelen moet er opnieuw rekening gehouden worden met krimpspecifieke factoren, zoals bijvoorbeeld dat voorzieningen in een andere gemeente in de regio van de zorgvrager worden georganiseerd.

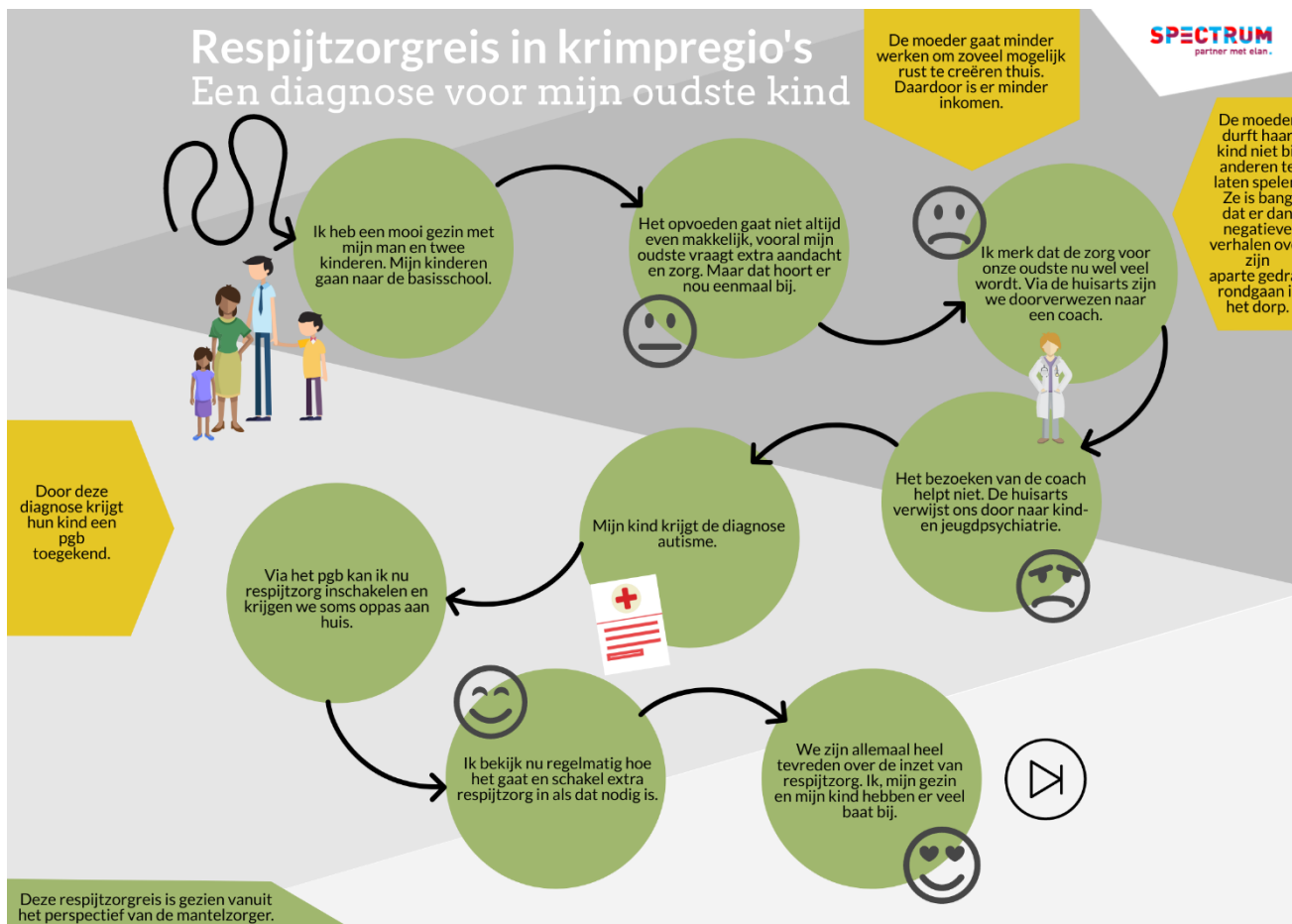
“Respijtzorg is een tijdelijke en volledige overname van zorg met als doel de mantelzorger een adempauze te geven. Mantelzorgers kunnen zo de zorg langer volhouden en zelf nieuwe energie opdoen.”⁴

⁴ In dit onderzoek gebruiken we de definitie van respijtzorg zoals beschreven door Movisie.

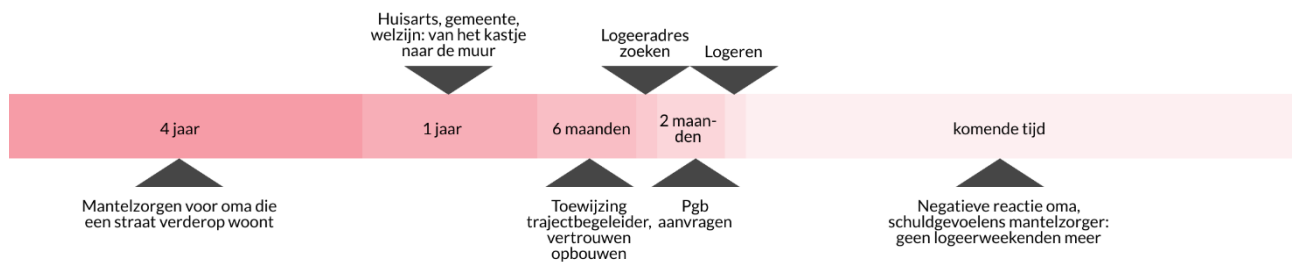


Respijtzorgreis in krimpregio's Een diagnose voor mijn oudste kind

SPECTRUM
partner met elan.







5. Conclusie

We baseren onze conclusies op de gevonden resultaten:

- Ervaringen en dilemma's van mantelzorgers
- Aanbod van respijtzorg
- Rol van gemeente bij respijtzorg
- Specifieke kenmerken van de krimpregio's
- Noaberschap

[De vraag van de mantelzorgers bestaat niet](#)

De meeste mensen herkennen zich helemaal niet in de systeemterm 'mantelzorgers'. Ze vinden het meestal heel gewoon wat ze doen, en ze doen het met liefde. Conclusies trekken die moeten leiden tot respijtzorgaanbevelingen, zijn dan ook complex. Toch komt er voor veel mantelzorgers een moment dat de belasting groter wordt dan hun draagkracht. Zij gaan vaak op dat moment pas keuzes maken. Ze wegen af hoeveel tijd ze aan eigen activiteiten besteden, aan zorg voor de ander en hoeveel ondersteuning zij wensen. Ook hier bestaat 'de vraag' van de mantelzorgers niet: mantelzorgers vragen allereerst niet snel, er heerst taboe op ondersteuning vragen. Want dit wordt toch enigszins als falen ervaren in iets wat toch 'heel gewoon' is. Namelijk het omzien naar en zorgen voor je naaste die je lief is. Vervolgens komt er veel tegelijkertijd op ze af. Daarbij is de regelgeving kennen en kunnen benutten niet vanzelfsprekend. Dat maakt dat het relatief lang duurt voordat er respijtzorg wordt ingezet. Mantelzorgers denken dat de situatie nog niet ernstig genoeg is of ze hebben het gevoel te falen als ze respijtzorg in gaan zetten.

[Aanbod van respijtzorg is op orde maar niet altijd passend of in beeld](#)

Met regelmaat is het een professional die mantelzorgers wijst op de mogelijkheden van respijtzorg. Bij mantelzorgers zelf ontbreekt de kennis van de sociale kaart en de passendheid van het aanbod. Professionals zijn vaak laat in beeld, soms zelfs pas na zeven á acht jaar.

In een krimpregio heb je te maken met minder inwoners. Dit maakt, in combinatie met afbouw van welzijn, dat er in zowel de Liemers als de Achterhoek steeds minder informele zorg mogelijk is. In de Achterhoek zorgt noaberschap ervoor dat mensen elkaar bijna als vanzelfsprekend helpen. Tenminste als mensen zelf in hun leven hebben geïnvesteerd in hun omgeving. Er zit echter ook een keerzijde aan noaberschap: men hangt niet graag de vuile was buiten. Voor mantelzorgers is een balans in formele en informele ondersteuning noodzakelijk.

[Gemeenten staan in beleving op afstand of zijn letterlijk ver weg](#)

De gemeente vervult een belangrijke rol als het gaat om respijtzorg. Ze kan mantelzorgers waarderen, doorverwijzen, indicaties afgeven en mantelzorgers wegwijs maken in de sociale kaart. Gemeenten staan letterlijk verder weg van inwoners, doordat ze zijn gefuseerd. Daarnaast staan ze in beleving verder op afstand, omdat mantelzorgers onvoldoende worden betrokken bij het maken van beleid.

[Vergrijzing, migratie, verdunning en noaberschap zijn specifiek voor krimpregio's](#)

De behoeften van mensen zijn in zekere zin niet anders in krimpregio's dan in andere regio's. Dit geldt ook voor invulling van respijtzorgmogelijkheden. Toch zien we een aantal specifieke kenmerken

in krimpregio's, waardoor niet zozeer de behoeften maar het aanbod aan respijtzorg vraagt om aanpassing. Deze kenmerken zijn: vergrijzing, migratie, verdunning en noaberschap. Hierdoor zijn er relatief meer oudere zorgvragers. Is er eerder of meer behoefte aan respijtzorgmogelijkheden door afnemend sociaal en informeel netwerk. En is toegankelijkheid van respijtzorg, met name het vervoer van en naar locaties verder weg, belangrijk.

Noaberschap is helpend, maar werkt soms ook beperkend.

Kenmerkend voor noaberschap is dat mensen naar elkaar omkijken. Ze helpen elkaar waar nodig. Maar er zit ook een keerzijde aan noaberschap. Mensen durven niet te vragen om hulp, willen anderen niet belasten of willen hun vuile was niet buiten hangen. Hierdoor raken ze geïsoleerd en zijn ze op zichzelf aangewezen.

6. Advies

Ons advies is op drie pijlers gebaseerd:

Herkennen en erkennen

Ten eerste: investeer in het leren herkennen en erkennen van signalen die erop duiden dat iemand aan het mantelzorgen is. Bij alle organisaties in krimpregio's, ongeacht branche, privaat en publiek: het sociaal domein, werkgevers, mkb en retail, verenigingen, kerken en gemeenten samen. Door vergrijzing en migratie in krimpregio's zijn er relatief meer zorgvragers en minder mantelzorgers, waardoor het belangrijk is dat iedereen mantelzorg herkent en erkent.

Co-creëren

Ten tweede: realiseer beleid altijd samen in co-creatie met mantelzorgers en zorgvrager zelf. Zowel landelijk als lokaal. Zo kan daadwerkelijk worden aangesloten bij wat er nodig is in een krimpregio. Een passend en toegankelijk respijtzorgaanbod maak je niet voor mantelzorgers, maar samen met mantelzorgers.

Investeren

Ten derde: romantiseer het noaberschap niet: het is geen haarlemmerolie. Informele netwerken zijn niet oneindig veerkrachtig en kennen ook taboes. De cultuur in krimpregio's geven eigenheid aan deze gebieden maar zijn daarmee geen oplossing of toverwoord om datgene wat de overheid laat liggen op te lossen. Investeer in welzijnsvoorzieningen en voorliggende voorzieningen. Niet vanuit het sociale domein, maar samen met het sociale domein.

Binnen deze drie pijlers geven we per pijler een aantal concrete adviezen. Deze adviezen sluiten aan bij wat mensen in krimpregio's aan respijtzorg nodig hebben. Hiermee is niet gezegd dat dit specifiek voor krimpregio's

Spectrum, *partner met elan*

geldt. Mensen in krimpregio's zijn immers geen 'ander soort' mensen dan daarbuiten. Dat zij leven in krimpregio's maakt wel dat de context waarin zij mantelzorgers zijn in sommige opzichten afwijkt van de context in andere regio's:

- Door de sterkere vergrijzing is het relatief aantal zorgvragers ten opzichte van het aantal beschikbare mantelzorgers in krimpregio's groter.
- Door migratie van jongeren uit de krimpregio's zijn mantelzorgers op relatief grotere afstand van hun zorgvragende ouders.
- Door verdunning neemt de schaalgrootte van het respijtzorgaanbod toe. Hierdoor wordt het belang van vervoer tussen buurtgemeenschappen, dorpen en gemeenten groter, net als het in beeld zijn van de respijtzorgmogelijkheden buiten de eigen gemeentegrenzen.
- Krimpregio's kenmerken zich door een vorm van betrokkenheid bij elkaar in wat we kunnen aanduiden met 'noaberschap'. Al wordt het niet in alle krimpregio's zo genoemd. Dit noaberschap neemt af als gevolg van migratie: jongeren vertrekken uit de regio en ook door import van Randstad-ouderen zal dit noaberschap niet toenemen, maar afnemen.

Herkennen en erkennen

Als mantelzorgers de term 'mantelzorg' als een stempel zien, dan is het de uitdaging om zonder bestempeling ondersteuning te gaan bieden. Dit kan op de volgende manieren.

- **Richt beleid in op basis van het verknopen van netwerken rond mantelzorgers en zorgvragers**

Overheid en gemeenten kunnen een grote slag maken in bewustwording binnen de verschillende leefgebieden van mantelzorgers en zorgvragers zelf: zorg, vrije tijd, buurt, school, werk en thuis. Het kunnen herkennen

en erkennen van mantelzorgers is een belangrijke eerste stap binnen deze domeinen.

- **Richt Mantelzorgnetwerken in, op basis van onderlinge 'verknoping'**

Er wordt momenteel vooral gewerkt vanuit steunpunten of vindplaatsen. Zet vooral in op mantelzorggericht maken van de leefomgeving van mantelzorgers. Ofwel: maak alle organisaties in een krimpregio bewust van het herkennen en erkennen van mantelzorgers. Maak het netwerk om mensen heen, die leren om mantelzorgkenmerken te kennen en herkennen: of dit nu het fanfarecorps is, de voetbalvereniging, de werkgever of de wijkagent, de huisarts, apotheker of supermarktmedewerker. Zo wordt een mantelzorgvriendelijke leefomgeving voor iedereen georganiseerd. Want de vraag van de mantelzorger naar respijtzorg bestaat immers niet. Zo krijgt respijtzorg een veel informeler karakter.

Co-creëren

In krimpregio's wordt een grote afstand gevoeld tussen de leefwerelden in buurtschappen en de (fusie)gemeenten. Deze afstand kan overbrugt worden door samen met mantelzorgers hun netwerken te versterken.

- **Maak mantelzorgbeleid samen met mantelzorgers**

Beleid maken voor mantelzorgers werkt minder goed dan beleid maken met mantelzorgers. Gemeenten kunnen daarmee de figuurlijke afstand overbruggen en het aanbod sluit beter aan op wat mantelzorgers nodig hebben. Koffie-ochtenden om onderling ervaringen uit te wisselen worden bijvoorbeeld nauwelijks bezocht. Bedenk niet van achter het bureau nieuwe manieren, maar betrek mantelzorgers.

- **Kies voor respijtzorgaanbod dat aansluit bij de behoeften van de zorgvrager**

Voor zorgvragers is het van belang dat respijtzorg voor hen prettig en vertrouwd is, of dat zij zich er nuttig kunnen voelen. In ieder geval moet respijtzorg bijdragen aan de talenten en niet aan het onvermogen van de zorgvrager. Anders haken ze af en heeft de mantelzorger niet de rust en ontspanning die zo nodig is. Op het moment dat zorgvragers plezier hebben, zich nuttig voelen, keuzevrijheid in activiteiten ervaren en/ of bij een fijne groep mensen terechtkomen, is de kans op succes groter.

- **Zet sleutelfiguren in**

Sleutelfiguren in buurtgemeenschappen spelen vaak een grote rol in krimpregio's. Door hen een adviserende of zelf coördinerende rol te geven vanuit de gemeente, of in samenwerking met de gemeente, zijn respijtzorgvragen mogelijk eerder in beeld.

- **Verkort besluitvormingstermijnen**

Voor mantelzorgers en zorgvragers is het respijtzorgaanbod van gemeenten vaak niet passend, of niet bekend of niet toegankelijk: teveel regels, wetten en procedures. Mantelzorgers ervaren dat ze van 'het kastje naar de muur' worden gestuurd. Omdat de besluitvormingstermijn niet aansluit bij urgentie en behoefte van zorgvrager of mantelzorger, is het ontregelen van procedures nodig. Verkort de besluitvormingstermijn in de toekenning van respijtzorg die in wijken en buurtschappen van krimpregio's zelf aanwezig zijn.

Investeren

Noaberschap is een cultuurkenmerk van veel krimpregio's. Ook al heet het niet altijd zo. Het is een gegeven, geen oplossing voor afnemende informele ondersteuning en zorg en ook niet als vorm van respijtzorg. Dat men 'omziet naar elkaar' kent ook z'n beperkingen: het neemt af, doordat de regio krimpt en het werkt soms beklemmend omdat men naar

elkaar ook niet 'de vuile was' wil laten zien. Het is dan ook nodig om te investeren in welzijnsvoorzieningen en voorliggende voorzieningen. Niet vanuit het sociale domein, maar samen met het sociale domein.

- **Versterk welzijnswerk in krimpregio's**

Juist omdat het informele netwerk van inwoners in krimpregio's sneller en meer afneemt. En tegelijk zien we dat ook (fusie) gemeenten bezuinigen op welzijnsvoorzieningen. In krimpregio's is dit daardoor extra funest. Want zij kunnen veel eerder in het welzijn van mantelzorgers, zorgvragers en hun familie ondersteuning bieden.

- **Train sociale wijkteams, huisartsen en consultatiebureaus in preventief signaleren**

Door in te zetten op signalering en ondersteuning van het mantelzorgnetwerk als geheel van mensen met een zorgvraag, krijg je mantelzorgers als vanzelf in beeld. Huisartsen, sociale wijkteams en consultatiebureaus krijgen mensen met zorgvragen op spreekuur en dit is gelijk het moment om niet alleen aandacht voor de zorgvrager te hebben, maar ook voor het netwerk om de zorgvrager heen. In krimpregio's is dit netwerk mogelijk kwetsbaarder en kleiner en daardoor eerder uitgeput of overbelast, doordat krimpregio's zich kenmerken door vergrijzing en migratie.

- **Zorg voor voldoende formele ondersteuning, zowel in algemene voorzieningen als in zorgvoorzieningen**

Als afbouw van welzijns- en algemene voorzieningen een feit is in krimpregio's, dan neemt de vraag naar meer formele ondersteuning toe. Het is belangrijk dat het formele zorgaanbod op orde is als informeel aanbod ontbreekt.

- **Zorg ervoor dat respijtzorgmogelijkheden voor iedereen in een gemeenschap bekend en toegankelijk zijn**

Mantelzorgers weten vaak niet welke respijtzorg mogelijkheden er zijn. Ze worden er vaak op gewezen door anderen: professionals, de buurvrouw, een zoon. Geregeld is dit pas op het moment dat de mantelzorgers in dat gezin of die situatie al zwaar (over)belast zijn. Zodra professionals eerder in beeld zijn bij mantelzorgers, kan eerder gestart worden met het opbouwen van een vertrouwensrelatie. Dit vertrouwen blijkt essentieel om respijtzorg in te zetten.

- **Zorg voor meer casemanagers en coaches**

Casemanagement zoals bij dementie zou helpend kunnen zijn voor iedereen met een chronisch ziektebeeld. Ook als dit somatisch is of van GGZ-aard.

- **Geef voorlichting**

Respijtzorgmogelijkheden zijn niet altijd vindbaar. Professionals weten daarin eerder en beter de weg dan 'gewone mensen'. Voorlichting en communicatie door gemeente en respijtzorgvoorzieningen zelf kan bijdragen aan bekendheid ervan.

- **Maak respijtzorg bereikbaar en zichtbaar voor iedereen**

Financiering van respijtzorg vormt nu nog een drempel voor de inzet ervan. Maak respijtzorgaanbod een (voorliggende) voorziening op recept van de huisarts of budgetteer respijtzorg bij indicatiestelling van de zorgvraag. Maak vervoer naar de respijtzorgvoorziening onderdeel van deze voorziening. Nu kan het zo zijn dat respijtzorgvoorzieningen zorgvragers weigeren omdat de vervoersvergoeding naar deze voorziening ontoereikend is.

- **Maak een regionale respijtzorgkaart**

Breng respijtzorg regionaal in kaart. Zeker in krimpregio's speelt schaalgrootte en verdunning een rol bij het kunnen kiezen van passende

respijtzorg. Deze is niet altijd in beeld van gemeente, zorgvrager en/of mantelzorger als deze buiten de eigen gemeentegrenzen wordt aangeboden.

7. Bijlage

Gebruikte bronnen in de periode september – november 2019:

www.achterhoek2020.nl

<https://www.gelderlander.nl/wageningen/wageningen-ed-en-nijmegen-gaan-flink-groeien-aalten-duiven-bronckhorst-en-grave-krimpen-fors~af2717ba/>

www.liemersegeschiedenis.nl

https://www.gemeentebekelland.nl/Inwoners/Nieuwsberichten/Nieuws/2019/Okttober/De_puzzel_die_Mantelzorg_heet

<https://www.menzis.nl/publicaties/zorg-zorgverzekering/2017/11/22/meer-steun-voor-mantelzorgers>

<https://www.omroepgelderland.nl/nieuws/2423996/In-deze-Gelderse-gemeenten-komen-er-de-komende-jaren-flink-wat-inwoners-bij>

<https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/bevolkingsdaling/krimpgebieden-en-anticipeergebieden>

<https://www.staatsbosbeheer.nl/magazine-coulissen>