



NIEUWSBRIEF LVvM, juli 2022, 25^e jrg.

Mantelzorgers, in beweging! doe mee met de stadswandeling!

Bereikbaarheid van de LVvM:

Per post: penningmeester LVvM,
Julius Caesarlaan 122, 2314 BR Leiden.
Tel.: 06 5796 3665: Spreek naam/tel.nr. in.
Mail: info@lvvm.nl. **Zend ons uw mail-
adres!! Website:** lvvm.nl
Verhuisd? Geef uw adres aan ons door.

Stadswandeling met Gilde stadsgids

We gaan op stap met LVvM leden en belangstellenden. Hopelijk zorgt het voor een vakantie gevoel en mogelijkheid ervaringen met elkaar uit te wisselen.

👉 👉 👉 👉 👉 👉 👉 **Spreuken:** 👉 👉 👉 👉 👉
👉 wandelen is even alles laten lopen 👉,
👉 wandelen is het beste medicijn. 👉

Programma stadswandeling

Donderdag 28 juli, 13.00–16.00 uur
Vertrek vanaf de Zijlpoort, Haven 100A.

We lopen weer een stukje Singelpark. Daarvoor verzamelen we ons onder de Zijlpoort. Dan lopen we, begeleid en voorzien van verhalen door Gilde Stadsgidsen, naar het Koetshuis. Vanaf half drie staat er iets te drinken en te snoepen bij het Koetshuis, Burchtsteeg. Let op het weer! Neem water of plu mee.

Aanmelden uiterlijk 23 juli via de

= mail naar info@lvvm.nl of
= post naar Julius Caesarlaan 122,
2314 BR Leiden. Met de tekst:

*Ik ga mee met de stadswandeling 28 juli,
Dhr of Mw*

*Adres, postcode en woonplaats,
telefoonnr. en mailadres (zo mogelijk)*

25 jaar LVvM, 25 jaar nieuwsbrief, 25 jaar Dag vd Mantelzorg.

Tijdens een gezellige lunch op het jaarlijks uitje met mantelzorgers nam Els van der Loeff afscheid van 25 jaar LVvM bestuur. Zij schetste de start van mantelzorg ondersteuning na een motie van 3 raadsleden. De vereniging wil mantelzorgers informatie, contact en 'er even uit zijn' bieden, Dit door bijeenkomsten en een nieuwsbrief. Daarnaast mantelzorg promoten bij publiek en hulpverleners. Mantelzorg werd nieuws! Het landelijk motto Dag v/d Mantelzorg 2004 was terecht "Mantelzorg in beweging". Op fotos zie je die dag burgemeester Lenferink te gast bij de LVvM. Bij ons uitje 2022 kwam hij ook, nu om Els een Leids beeldje te geven voor 25 jaar activiteiten. Opnieuw beweging rond 2010 toen een bevlogen drietal met voorzitter LVvM plannen maakten voor ondersteuning van mantelzorgers door hulpverleners. Na enthousiaste bijeenkomsten met deelnemers uit de hulpverlening kwam een mantelzorg akkoord tot stand. Alle 13 organisaties, ook de LVvM, beloven daarin ook aandacht en informatie aan de mantelzorger te geven. Altijd was er overleg met de gemeente en met de professionele mantelzorg coaches. De laatsten hebben nu hun plek in de Huisen van de Buurt. In gezamenlijk overleg is de mantelfoon er gekomen. Hopelijk proberen veel mantelzorgers die uit. De nieuwsbrief blijven Els en Julia verzorgen.

***De gratis mantelfoon! 0800- 280 80 80**

Elke dag 24 uur een ervaren luisterend oor!
Regelmoe, allerlei vragen? Bel gewoon!

Bureaucratische rompslomp

Hans en Cobi (beide 76) zijn 50 jaar samen. De laatste vier jaar zorgt Hans voor zijn vrouw, die met lichamelijke klachten worstelt. Bovendien is ze vergeetachtig en vaak verward. Hans: "Iedere dag was Cobi aan het zoeken naar dingen die ze kwijt was. Later vond ik ze op rare plekken. Daarnaast stelde ze telkens dezelfde vragen. Na een lang onderzoek werd de diagnose dementie vastgesteld." Hans was er aanvankelijk kapot van maar kwam weer tot bedaren. "Ik hoopte dat de ziekte zich langzaam zou ontwikkelen. Cobi had ook goede dagen en bleef lief en goedlachs."

Met hulp van het sociaal wijkteam heeft Hans veel geregeld: casemanager dementie, aanpassingen in huis, huishoudelijke hulp en persoonlijke verzorging. Daarna kwam er dagbehandeling bij, wat een grote verlichting bleek. Cobi ging er graag naartoe en Hans kreeg tijd voor zichzelf. Alles liep op rolletjes, op een obstakel na. Hans: "In ons huurappartement is alles gelijkvloers. Maar onze galerij die tussen de begane grond en de eerste etage ligt, is via de lift niet bereikbaar, wel via een klein trapje. Vroeger was dat geen probleem, maar nu kan Cobi deze zeven treden nauwelijks meer opkomen. Als ze naar de dagopvang of een medische afspraak gaat en weer terug komt, moet ik de buurman om hulp vragen, en dan dragen wij haar bijna naar boven of naar beneden."

Samen met de casemanager ging Hans op zoek naar een oplossing. Ze dachten deze snel te hebben gevonden: een traplift buiten installeren. De woningbouwvereniging wees dat echter af, vanwege mogelijk vandalisme. Er bleef dus niets anders over dan verhuizen. Liefst in hetzelfde flatgebouw, er stonden enkele appartementen leeg. Maar na een paar telefoontjes begreep Hans dat het niet zo simpel was. De eerste stap was inschrijving op *woning.net*, daarna aanvragen van een urgentieverklaring. Hans vulde het vereiste formulier in en maakte een afspraak met een ambtenaar. "Over een

maand gaan wij verhuizen", zei hij blij tegen Cobi. Maar helaas...Van de ambtenaar begreep Hans dat het formulier niet voldoende was, hij moest de situatie uitgebreider beschrijven. Dat deed hij, maar de gemeente vond zijn verhaal niet overtuigend genoeg. Zo zat hij weer uren lang achter zijn computer. Maar dat was nog niet alles. De woningbouwvereniging moest bij *woning.net* een bewijs leveren dat een technische oplossing niet uitvoerbaar was. Bovendien waren verklaringen van thuiszorg en huisarts nodig. Toen deze papieren binnen waren, bleken nog brieven van de maatschappelijke werker en neuroloog vereist. De laatste bleek net met pensioen, wat weer vertraging opleverde.

Hans werd er wanhopig van, hij zag dat de leegstaande woningen in hun flat al weer bewoond waren. Een andere wijk was geen optie, want door een nieuwe omgeving zou de dementie van Cobi alleen maar verergeren. Inmiddels mocht zij drie dagen p.w. naar de dagopvang i.p.v. twee, maar Hans moest dat weigeren, hij kon de buurman niet vaker vragen Cobi met de trap te helpen. Zo miste het echtpaar bezoekjes naar familie en vrienden. Voor Cobi werd de situatie steeds verwarrender. Hans raakte oververmoeid en heeft alle zaken aan de casemanager overgedragen. "Ik weet niet hoe ik dat zonder haar had kunnen redden. Maar toen zij belde dat ze zelf overwerkt was en rust moest nemen, besloot ik niet te verhuizen en Cobi in een verpleeghuis te laten opnemen. Ik was gewoon op en kon niet meer goed voor haar zorgen."

Gelukkig kwam er een goed einde: na enkele maanden betrok het echtpaar een appartement op de 2e verdieping van hun flat. Langzamerhand kreeg Hans zijn krachten en optimisme terug. Maar soms denkt hij: welke rompslomp staan mij straks nog te wachten? En zo denken vele andere mantelzorgers. Ingewikkelde regels, meerdere loketten, onnodige bureaucratie maken hun toch al moeilijke zorgtaken nog lastiger.

***Alzheimer Café Do. 19.30-21.00 u.**

SBO De Vlieger, Boerhaavelaan 298.

Welkom weer in september. Veel info op de website: alzheimer-nederland.nl