

Radicale vernieuwing zorg

Ondersteund door 

Leefplezier: ook voor mantelzorgers

Geplaatst op 20 mei 2021



De bedenkers van het gedachtegoed 'Leefplezier' en de ambassadeur Mantelzorg van Pleindoneren willen mantelzorgers graag een handreiking bieden waarmee zij het leefplezier kunnen vergroten. Daarom wordt er een e-learningmodule ontwikkeld, speciaal voor mantelzorgers.



Egbert Bosma

Leefplezier wil zeggen dat je het naar je zin hebt in het leven. Ieder mens is zijn eigen 'leefplezierfabriek', zo stellen Leontien Giezen en Egbert Bosma (die aan de wieg stonden van het gedachtegoed 'Leefplezier'). "Elke mens heeft zo z'n eigen dingen waar hij blij of tevreden van wordt en produceert dus als het ware zijn eigen leefplezier", zegt Egbert. Als je oud, kwetsbaar en afhankelijk bent, is het vaak lastiger om zelf voor je leefplezier te zorgen. Je hebt dan anderen nodig – zoals familie, vrienden, zorgprofessionals – om plezier in het leven te hebben en te houden. Egbert en Leontien ontwikkelden al veel handreikingen waarmee zorg-

en welzijnsmedewerkers in kaart kunnen brengen hoe ze kunnen bijdragen aan het leefplezier van kwetsbare ouderen. Bijvoorbeeld de [Leefplezierboom](#) en de [Hartenroos](#). Hiermee worden de zeven levensgebieden van Leefplezier (jezelf zijn, contacten hebben, jezelf redden, actief zijn, eten, woonplek en rusten/slapen) visueel verbeeld. Ook voor het zorgonderwijs maakten zij diverse materialen. Deze zijn te vinden via hun website: www.leefplezier.nl.

Roep uit het veld

Voor de naasten van kwetsbare ouderen waren er echter nog geen specifieke tools ontwikkeld. Maar Egbert en Leontien vinden het wél van belang om ook mantelzorgers en vrijwilligers een handreiking te bieden, waarmee ze kunnen bijdragen aan het leefplezier van hun (kwetsbare) naaste. “De aanleiding om zo’n handreiking te gaan ontwikkelen, was eigenlijk ‘de roep uit het veld’”, zegt Egbert. “Het materiaal op de website is primair gemaakt voor zorgverleners en onderwijs. Maar in de praktijk kwamen we steeds meer mensen tegen die zeiden: ‘Mantelzorgers vinden de handreikingen ook heel mooi. Alleen kan niet iedereen ze gebruiken, want er staat best wat jargon in. Is het niet goed om het iets meer toe te schrijven op mantelzorgers?’ Toen hebben wij gezegd: laten we een [e-learningmodule](#) ontwikkelen waar iedereen, niet alleen professionele hulpverleners, zelfstandig mee kan werken. Daarbij blijven we ver weg van moeilijk taalgebruik.” De menselijke maat is de standaard.



John van den Hout

“Meeschakelende mantelzorgers”

Mantelzorgers worden soms wat over het hoofd gezien. Hun rol is niet altijd duidelijk, signaleert John van den Hout, ambassadeur Mantelzorg bij Pleindoneren (zie kader onderaan). “Moet je hun informele zorg als arbeid zien of niet? En wat is de taakverdeling tussen formele en informele zorg? Je hebt altijd een cliënt, je hebt altijd een professional. En daartussen zit de mantelzorger, die een beetje moet ‘meeschakelen’ met de een of de ander. Dat kan lastig zijn. Bovendien heeft de mantelzorger vaak de neiging om zichzelf weg te cijferen en langzaam op te branden. Een belangrijke vraag is: hoe kunnen we nu beter aansluiten bij wat de

mantelzorgers zelf nodig heeft?"

John vertelt dat de mantelzorgmodule van Leontien en Egbert mooi aansluit bij de doelstellingen van Pleindoneren. "Ik ben er daarom voorstander van geweest om dit initiatief te ondersteunen. Op het gebied van Leefplezier is er natuurlijk al het een en ander ontwikkeld; ik vind het interessant om te kijken hoe dit toegankelijk kan worden gemaakt voor mantelzorgers."

Stilstaan bij het eigen leefplezier en dat van de ander

De e-learningmodule is zó opgezet dat de mantelzorgers niet alleen zicht krijgen op wat er voor het Leefplezier van de ander toe doet en hoe hij hieraan kan bijdragen. De mantelzorgers begint ermee stil te staan wat voor zijn eigen Leefplezier belangrijk is. Voor de mantelzorgers, die vaak zwaar belast is, kan dit een stap zijn te reflecteren hoe deze goed voor zichzelf zorgt. John: "Het draait dus ook om het leefplezier van de mantelzorgers zelf, natuurlijk in relatie tot de directe omgeving. Door zelf leefplezier te ervaren kun je dit ook meenemen in alle contacten naar derden, waaronder de kwetsbare naaste."

Verder uitrollen

Egbert en Leontien willen ook andere producten voor mantelzorgers realiseren. "Zeker in de oudere leeftijdscategorie zijn er nog heel veel mensen die niet met computers werken. Dus gaan we de module ook in de vorm van een handzaam boekje gieten", vertelt Leontien. "Dit boekje kunnen naasten dan straks vanaf onze site downloaden." Ook zijn Leontien en Egbert aan het bedenken via welke andere kanalen, welke plekken waar veel mantelzorgers of vrijwilligers komen, zij dit boekje verder kunnen verspreiden. Bovendien willen ze de social media inzetten om de e-learning uit te rollen – naast het netwerk dat zij hebben, de Leefplezier-ambassadeurs en hun website. "En misschien kunnen studenten RVWO (zie kader helemaal onderaan) hier eveneens aan bijdragen."



Leontien Giezen

Ook voor het onderwijs

Leontien, Egbert en John denken dat verpleegkundigen en verzorgenden in opleiding straks ook kunnen

leren van de e-learningmodule voor mantelzorgers. “Het zou bijvoorbeeld mooi zijn als studenten elkaar gaan interviewen aan de hand van de Leefplezierboom. Op die manier krijgen ze direct een beeld van elkaar. Ze krijgen ook meteen een idee hoe je deze Leefplezierboom zou kunnen invullen, samen met kwetsbare ouderen”, aldus Leontien.

Verschillende [CanMEDS-rollen](#) komen aan bod als studenten werken met de Leefplezierboom. Bijvoorbeeld de rol van de zorgprofessional als communicator, als samenwerkingspartner of als gezondheidsbevorderaar. “Maar in wezen is het heel simpel: het gaat er alleen maar om dat je de ander leert kennen”, zegt Egbert. “Kijk naar die ander, wees geïnteresseerd, weet waarnaar je moet kijken. Daar helpt de Leefplezierboom bij.” John vindt het van groot belang om de belevingswereld van de mantelzorgers te betrekken bij het onderwijs. “En daarvoor is deze e-learningmodule over leefplezier voor mantelzorgers een ontzettend mooi instrument.”

Om de module goed in het RVWO-onderwijs te borgen, wordt er binnen afzienbare tijd ook een podcast ontwikkeld met mantelzorgers.

Onlangs werd bekend dat de ontwikkeling van de e-learningmodule voor mantelzorgers een donatie heeft gekregen via Pleindoneren.

- Egbert en Leontien kwamen eerder aan het woord in de *Nieuwsbrief RVWO*, in een artikel over [Expeditie Leefplezier](#).
- John van den Hout kwam aan het woord in het artikel [Samen kom je verder](#).

Over Pleindoneren

Pleindoneren bestaat sinds 2017 en is een initiatief van [Stichting Else](#).

[Pleindoneren](#) kijkt hoe [initiatieven ondersteund en gestimuleerd kunnen worden](#) met financiële middelen, kennis, netwerken en andere verbindingen. Pleindoneren staat open voor alle innovatieve ideeën en initiatieven, maatschappelijke financiers en fondsen die de maatschappelijke (gezondheids)zorg en het sociaal domein in Nederland willen versterken en ook voor (o.a. zorg)professionals die hun kennis willen delen en een bijdrage willen leveren aan maatschappelijke innovaties.

Pleindoneren werkt sinds kort met ambassadeurs voor diverse thema's, zoals 'dementie en sociale benadering', 'preventie bij kansarme en kwetsbare medelanders' en ook 'mantelzorg, formele en informele arbeid'. Een ambassadeur denkt mee en draagt initiatieven aan die passen bij de doelstelling van Pleindoneren en die in aanmerking willen komen voor ondersteuning door Pleindoneren. Daarbij let de ambassadeur specifiek op de bijdrage van een initiatief aan het thema.

Over RVWO

Radicale Vernieuwing Waarde-Vol Onderwijs

® vernieuwt het zorgonderwijs, zodat de zorg en ondersteuning duurzaam kunnen aansluiten bij de waarde(n) van mensen met een zorgvraag en hun naasten én zorgprofessionals hun werk met plezier doen. De praktijk-leerroute wordt uitgevoerd door zorgorganisaties ActiVite, DSV | verzorgd leven en Topaz. (Meer informatie over RVWO lees je in de [RVWO-nieuwsbrief](#)).

Interview: Mieke Hollander. Tekst: Femke van den Berg. Beeld: Egbert Bosma, John van den Hout, Leontien Giezen. (Grote foto boven: Pixabay.)

Meer artikelen over de thema's met trefwoorden:

Thema's: [Vernieuwing onderwijs](#), [Radicale Vernieuwing Waarde-vol Onderwijs®](#)

Trefwoorden: [leefplezier](#), [Onderwijs](#), [Waarde-vol onderwijs Leiden](#)