

Tips voor als de persoon voor wie je zorgt dient opgenomen te worden in een woonzorgcentrum/rusthuis

De zorg voor hun partner of hun ouder(s) stopt vandaag voor heel wat mensen niet op het moment dat die partner of ouder(s) worden opgenomen in een woonzorgcentrum (rusthuis). Dat is één van de conclusies uit het onderzoeksproject 'Ondersteuning van de mantelzorgers in het woonzorgcentrum' dat de vzw Liever Thuis LM voerde van april 2017 tot en met juli 2018. Dit project werd mogelijk gemaakt met de steun van het provinciebestuur van Vlaams-Brabant.

Tijdens dit onderzoek werden vijftien mantelzorgers geïnterviewd van wie de partner, een ouder of beide ouders werden opgenomen in het woonzorgcentrum. Naast heel wat tips en verbeterpunten voor de woonzorgcentra, gaven zij ons ook wat tips mee voor andere mantelzorgers die geconfronteerd worden met een nakende opname van de persoon voor wie zij zorgen. We zetten de tips graag even op een rijtje:

- Bereid de zorgbehoevende persoon geleidelijk aan voor op de opname in een woonzorgcentrum als je merkt dat de zorg thuis moeilijker wordt. Maak bijvoorbeeld één dag of in het begin zelfs maar een halve dag per week gebruik van een dagverzorgingscentrum of boek eens een kamer in een centrum voor kortverblijf. Zo kan hij of zij alvast wennen aan het verblijf in een residentiële voorziening.
Een dagverzorgingscentrum biedt opvang en verzorging overdag aan voor zorgbehoevende personen. Er vinden ook allerlei leuke activiteiten plaats op maat van de gebruikers. Iedere gemeente beschikt in principe over minstens één dagverzorgingscentrum.
Elke woonzorgcentrum (rusthuis) dient te beschikken over minstens één kamer voor kortverblijf. Je kunt gedurende maximum 90 dagen per jaar, waarvan maximum 60 dagen aaneensluitend, gebruik maken van een centrum voor kortverblijf, terwijl jij even ontspant. Je kunt een kamer reserveren via www.kortverblijven.be of door te bellen naar een woonzorgcentrum. Reserveer je kamer goed op voorhand, want het aantal beschikbare kamers is beperkt.
- Ga op voorhand eens kijken in enkele woonzorgcentra en informeer je over de kostprijs voor een kamer en over wat al dan niet in die prijs is inbegrepen. Observeer goed tijdens je bezoek, maak eventueel een praatje met bewoners en hun familieleden, zodat je een degelijke prijs-kwaliteitsvergelijking kan maken. Zoek je een woonzorgcentrum in Brussel of de Vlaamse rand rond Brussel? Neem dan zeker contact op met Home-Info op het nummer 02 511 91 20 voor bijkomend advies. In de rest van Vlaanderen kan je hiervoor terecht bij de Woonzorglijn op het nummer 02 553 75 00.
- Maak bij aanvang van de opname van de zorgbehoevende in het woonzorgcentrum goede en duidelijke afspraken met het rusthuis over de samenwerking tussen jou als mantelzorger en het personeel. Informeer je of je zaken van buitenaf mag meebrengen en in welke mate je betrokken kan worden in de zorg (informatie krijgen, zelf advies geven, helpen, ...).
- Voorzie regelmatig een moment voor jezelf. Zo gaf een geïnterviewde mantelzorger aan dat zij af en toe eens een week met haar partner en de mobilhome naar de Ardennen trok om tot rust te komen. Zij hield wel telefonisch contact met haar moeder die in het woonzorgcentrum verbleef. Dit laatste is prima als de telefoongesprekken ervoor zorgen dat je als mantelzorger hierdoor met een

geruster gemoed van je vakantie kan genieten. Als deze gesprekken eerder een omgekeerd effect hebben, is het beter tijdens deze korte vakantie geen telefoontjes te hebben met de zorgbehoevende persoon.