

MANTEL ZORGER

VOOR IEDEREEN DIE VOOR EEN NAASTE ZORGT

DOMOTICA
SPECIAL

VOORJAAR 2019 • € 2,95

Technologie bij
mantelzorg, de
mogelijkheden
uitgelicht.

Beter weten,
beter zorgen.

Thuiszorg
op afstand.

CARLA SMULDERS

*“De zorgrobot is
niet meer weg te
denken uit mijn
moeders leven”*



Nettieshop.nl

voor alle oplossingen om u als mantelzorgers te ontlasten en uw geliefden gezond en veilig te houden.

Denk aan het welzijnspakket waarmee je verzekerd bent dat degene waarvoor je zorgt altijd de juiste hulpmiddelen heeft.

Of wanneer u wat minder tijd heeft is er Nettie Samen zodat uw vader of moeder een digitaal kopje koffie kan drinken.

Maar ook slimme horloges die meten of alles goed gaat en direct alarm slaan als er bewusteloosheid gedetecteerd wordt.

Speciaal voor mantelzorgers die te maken hebben met Parkinson is er de dienst Nettie&Lea waarbij een zorgrobot gecombineerd wordt met zorg op afstand.

En u kunt er natuurlijk altijd onze eenvoudige GRATIS Nettie regelapp downloaden, speciaal ontworpen voor mantelzorgers.



In dit nummer



Carla Smulders over de zorgrobot.



Marieke Overkempe en Paul Swaak over online communiceren.



Irma Rijnen-Keulers over bewegings-sensoren.

HELPENDE HANDEN VANUIT DE TECHNOLOGIE



Tien jaar geleden kon ik me maar moeilijk een voorstelling maken bij het idee van robots in de zorg. Robots en smart technology leken mijlenver verwijderd van de sociale, mensgerichte wereld van zorg en welzijn. Maar dat was toen. Robots met menselijke namen als Tessa, Lea en Rose zijn nu bezig aan een charmeoffensief. Voor sommigen is de zorgrobot al niet meer weg te denken uit hun dagelijkse leven. Je kunt het lezen in het verhaal over Tinybot Tessa, een grappig ogend apparaatje met een bloempotje op haar hoofd. Het geeft rust als je naaste door een robot minder alleen is of als een robot kan zien of iemand valt. Naast robots zijn er legio andere slimme technologische toepassingen die het leven voor jou als mantelzorgers en voor je naaste vergemakkelijken, ook als je geen verstand hebt van techniek. In deze special duiken we daarom in de wonderlijke wereld van smart technology, robotica, sensors, gps-tracking, beeldbellen en mobiele apps. Maar dan wel zo dat we het allemaal nog begrijpen.

Mantelzorg blijft mensenwerk, maar we kunnen technische hulpmiddelen goed gebruiken. Toch moeten we ons niet blindstaren op wat allemaal kan. Dat iets kan, betekent niet per se dat het ook wenselijk of passend is. Voor mantelzorgers spelen vraagstukken als; wie betaalt, wil ik elk moment alles weten en kan ik ook nee zeggen tegen de technische hulpmiddelen? Dat gesprek zal steeds vaker gevoerd worden en MantelzorgNL doet daar graag aan mee!

Veel leesplezier,
Liesbeth Hoogendijk
Liesbeth Hoogendijk
Directeur MantelzorgNL

EN VERDER

- 4 Technologie en mantelzorg.
- 8 Thuiszorg op afstand.
- 10 Persoonlijke ervaringen van Chantal.
- 11 Zelf ervaren hoe het werkt.
- 11 De financiële kant van het verhaal.

COLOFON

Voorjaar 2019, Mantelzorgers is een uitgave van MantelzorgNL, de landelijke vereniging die opkomt voor iedereen die voor een naaste zorgt. **Redactieadres** Sparrenheuvel 38, gebouw C, 3708 JE Zeist. **Oplage** 10.000 **Concept & realisatie** Wim Reclame **Redactie** Josien van Eijk en Edith de Wit **Fotografie** Angeline Swinkels. De inhoud is met de grootste zorg samengesteld. Aan lezersaanbiedingen en teksten kunnen geen rechten worden ontleend. Niets uit deze uitgave mag, in welke vorm of op welke wijze dan ook, worden overgenomen zonder voorafgaande toestemming van MantelzorgNL. MantelzorgNL brengt Mantelzorgers 3x per jaar uit om leden en andere belangstellenden te informeren.

Technologie om mantelzorg gemakkelijker te maken.

Wat zijn de mogelijkheden?

Woont je moeder op afstand en zou je af en toe wel eens om het hoekje willen kijken hoe het met haar gaat? Wil je makkelijker afspraken maken met je broers en zussen over wie vandaag naar papa gaat? Of ben je het beu om als een soort politieagent je partner te helpen herinneren aan allerlei zaken? Technologische oplossingen kunnen uitkomst bieden. We zetten de mogelijkheden op een rij.

Huisautomatisering

Je kunt in en om het huis van de zorgvrager allerlei dingen automatiseren om gemak en veiligheid te vergroten. Denk aan lichten die automatisch aangaan als er beweging is binnen of buiten, het automatisch uitschakelen van bepaalde apparaten zoals de waterkoker of het fornuis of een slimme thermostaat. Je kunt de bewegingsmelders ook koppelen aan spraakherinneringen, bijvoorbeeld voor medicatie-inname of een herinnering om de deur te sluiten. Er zijn tegenwoordig digitale assistenten op de markt die eenvoudige uitgesproken opdrachten kunnen uitvoeren, zoals het bedienen van licht, jaloezieën, verwarming of muziek. Bijvoorbeeld Alexa van Amazon. Het is ook mogelijk om met de iPad alle apparatuur in huis te bedienen.



www.mantelzorg.nl/technologie

Leefstijlmonitoring

Sensoren in een woning kunnen de mantelzorgers waarschuwen als van het dagelijks leefpatroon wordt afgeweken. Mantelzorgers zijn vaak bang dat zij pas laat merken als hun naaste is gevallen of niet uit bed is gekomen. In plaats van te kiezen voor camera's, kan technologie gebruikt worden waarmee je op een veel minder opdringerige manier toezicht kunt houden. Bij leefstijlmonitoring wordt gebruikgemaakt van verschillende sensoren op gangbare plekken in de woning om de bewegingsactiviteiten van je naaste te volgen, bijvoorbeeld deurcontactmelders en bewegingsmelders. Zo wordt het dagelijks leefpatroon gemonitord, zonder dat de individuele privacy van je naaste te zeer wordt verstoord. Deze technologie geeft de mantelzorgers een seintje wanneer een verstoring in het dagelijks ritme wordt waargenomen. Dit betekent dat je alleen op de hoogte wordt gebracht als er iets ongevoons is in plaats van constant de bewegingen te moeten opvolgen.

Draagbare sensoren

Naast sensoren in en om het huis kan de zorgvrager ook een sensor bij zich dragen, bijvoorbeeld in een horloge of riem. Je kunt dan volgen hoe iemand zich buitenshuis beweegt. Ook de GPS kan gekoppeld worden aan een app, waarbij je een seintje krijgt als iemand buiten het door jullie samen bepaalde gebied komt of langer dan een bepaalde tijd buitenshuis is.

Beeldbellen

Beeldbellen kan een mooie oplossing zijn om fysieke afstand te overbruggen en reistijd en reiskosten te besparen. Je kunt contact realiseren tussen de zorgvrager, de mantelzorgers, andere familieleden en eventueel ook de casemanager of de professionele zorgverlener, zonder bij elkaar te zijn. Je kunt skypen of facetimen. Er bestaan speciale beeldbelprogramma's voor ouderen of mensen met een beperking. De zorgvrager, mantelzorgers en zorgorganisatie zijn aangesloten en kunnen met één druk op de knop met elkaar in contact komen.

robot Paro



Mobiele apps om zorg te delen

Er bestaan verschillende (gratis) apps om de zorg te organiseren samen met zorgverleners en andere mantelzorgers. Je kunt met de app afstemmen wie wat doet en wie er wanneer langskomt. Vaak zit er een gedeelde agenda in en een chatfunctie. Zolang de zorgvrager hiertoe in staat is kan deze zelf de regie houden over de app. Je hoeft als mantelzorgers deze coördinatie niet op je te nemen, iedereen kan een aandeel hebben. Voorbeelden van apps om zorg te delen zijn fello, hallozorg en Nettie.

Zorgrobots

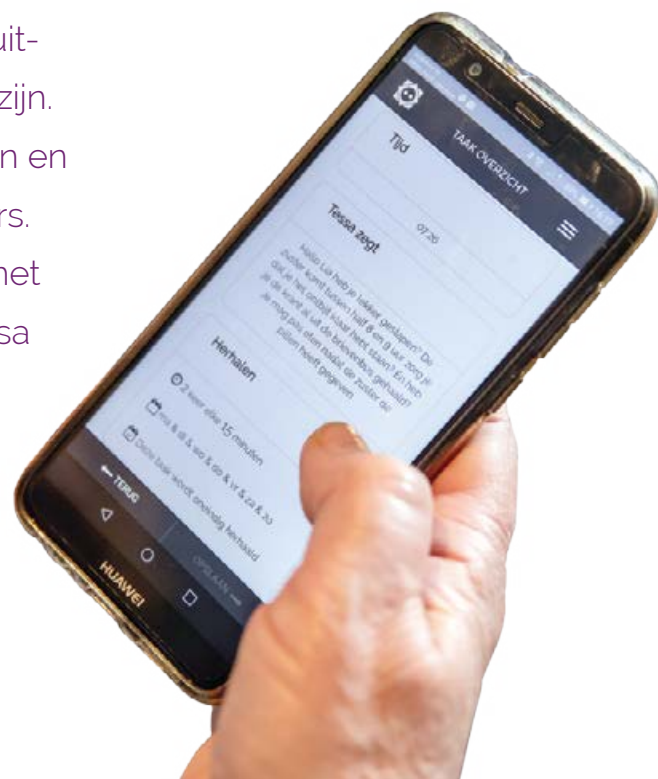
Robots in de zorg zijn veelbelovend. Ze kunnen zorgvrager, zorgverleners en mantelzorgers helpen in de zorg en mantelzorgers taken uit handen nemen. Veel robots zijn nog in de testfase en worden kleinschalig uitgetest. Er zijn verschillende soorten robots:

- Huishoudrobots die taken kunnen overnemen zoals stofzuigen, grasmaaien, deuren openen en dingen van de grond oprapen, bijvoorbeeld robot Rose, robot Tiago en robot HSR.
- Knuffelrobots leiden de zorgvrager af, zodat de mantelzorgers even de handen vrij heeft, bijvoorbeeld robot Paro (robot-zeehondje) en robot Somnox (om beter in slaap te vallen).
- Herinneringsrobots zijn sprekende robots die de zorgvrager helpen herinneren aan zaken als komende afspraken, verjaardagen en medicatie, bijvoorbeeld robot Tessa.
- Robots met specifieke functies, zoals sta-ophulp of bewegingsstimulans, bijvoorbeeld robot Lea en robot Zora.

De zorgrobot is niet meer weg te denken uit het leven van Carla's moeder.

Tessa is de naam van een kleine zorgrobot die is ontwikkeld om mensen met een cognitieve beperking zoals dementie te activeren en te helpen bij het aanbrengen van structuur in hun dagen. Ook voor mantelzorgers kan Tessa een uitkomst zijn op die momenten dat ze zelf niet aanwezig zijn. Maar waarvoor kun je zo'n zorgrobot eigenlijk gebruiken en hoe werkt dat dan? We vroegen het aan Carla Smulders. In het voorjaar van 2018 startte Brabantzorg een pilot met Tessa. Carla's moeder was een van de eersten die Tessa in huis kreeg. Na afloop van de pilot waren zowel Carla als haar moeder zo enthousiast dat ze Tessa nu voor drie jaar hebben aangeschaft.

Carla Smulders en haar moeder



Waarom besloten jullie om mee te doen aan de pilot?

"Mijn moeder is 78 jaar en heeft Alzheimer. Ze woont nog zelfstandig en krijgt drie keer per dag bezoek van de thuiszorg die haar helpt met de pilletjes en het avondeten voor haar opwarmt. Mijn broer en ik gaan een of twee keer per week bij haar langs, bijvoorbeeld om ervoor zorgen dat er eten in de koelkast is. Mijn moeder vergeet dingen en raakt soms ook verward. Een medewerker van Brabantzorg, die ik ken en die zelf ook een dementerende moeder heeft, zei dat Tessa ook wel iets voor mijn moeder zou kunnen zijn."

Wat doet Tessa precies?

"Tessa is eigenlijk een soort agenda voor mijn moeder. Ze herinnert haar aan belangrijke afspraken, bijvoorbeeld als ze zich moet klaarmaken om naar de schilderles te gaan of naar de fysiotherapeut. Maar ook aan gewone dingen zoals brood kopen. Daarnaast is Tessa een hulpmiddel om mijn moeder aan te moedigen om niet de hele dag op de bank te blijven zitten. Als het mooi weer is buiten laat ik Tessa zeggen: 'Wat een mooi weer vandaag, heb je zin om een eindje te wandelen?'"

Hoe werkt het?

"Het is een heel gemakkelijk systeem. Via een app op mijn mobiel kan ik inloggen in de Tessa agenda. Daarin noteer ik de zinnen die Tessa dan op de gekozen momenten tegen mijn moeder zegt, bijvoorbeeld: 'Het is acht uur, tijd voor een kopje koffie. En waarom neem je er geen koekje bij?' Tessa zegt alleen maar positieve dingen, waardoor mijn moeder de robot echt als een maatje is gaan beschouwen. Ze vindt het gezellig dat Tessa er is. Deze tinybot is voor mijn moeder vast gezelschap geworden waar

ze op kan vertrouwen. Tessa staat in de woonkamer. Als mijn moeder naar bed gaat laat ze de deur van de slaapkamer en van de woonkamer open, zodat ze zeker weet dat ze het hoort als Tessa iets tegen haar zegt. Tinybot Tessa is niet meer weg te denken uit haar leven."

Denk je dat deze zorgrobot ook voor andere mensen geschikt kan zijn?

"Ik denk dat het iedereen kan helpen die moeite heeft om structuur aan te brengen en daarin bevestiging zoekt, zoals mijn moeder, maar bijvoorbeeld ook mensen die last hebben van depressiviteit. Dan is vooral de activerende, sociale functie van Tessa belangrijk. Ook als je leeft met een partner met dementie kan Tessa je ontlasten. De robot fungeert dan als een soort bliksemafleider. Met behulp van Tessa kun je je partner met dementie op een positieve manier aanwijzingen geven en voorkom je dat hij of zij boos wordt over je bemoeienis. Ik denk dat dat veel frustraties kan voorkomen voor beide partners. In onze mantelzorg situatie werkt dat ook zo. Met behulp van Tessa zorgen we voor mijn moeder en behoudt zij toch zoveel mogelijk haar gevoel van eigenwaarde en zelfredzaamheid. Ik vraag nu alleen aan haar of ze naar de kapper is geweest, en ik bel haar niet op met de instructie: 'mam, vergeet je niet om naar de kapper te gaan?' Dat is een heel verschil."

Meer weten over Tinybot Tessa? Kijk op www.tinybots.nl



Virtuele thuiszorg

Thuiszorg, maar dan op afstand.

Het woord virtueel wil zeggen dat iets onafhankelijk is van tijd en plaats. Virtuele thuiszorg lijkt dan ook een paradox, want vindt thuiszorg niet altijd juist thuis plaats? Ja en nee. Virtuele thuiszorg is een manier om met behulp van nieuwe technieken mensen in een kwetsbare positie, in hun eigen woonomgeving te ondersteunen en hun welzijn te monitoren. Dit gebeurt echter op afstand.

Gea Laan is welzijnscoach bij Virtuele Thuiszorg Nederland en helpt samen met haar collega's mensen door het hele land vanuit het welzijnscentrum in Delfzijl. We vroegen haar welke mogelijkheden virtuele thuiszorg biedt en hoe het ook mantelzorgers kan ondersteunen.

Virtuele thuiszorg biedt verschillende mogelijkheden. Eén van de belangrijkste diensten die we bieden is alarmering. Veel van onze cliënten maken daar gebruik van. In huis dragen mensen een speciaal horloge dat hun slaap-waak ritme en activiteit in de gaten houdt. Dit horloge is verbonden met een kastje in huis dat ervoor zorgt dat de gegevens bij ons in het systeem te zien zijn. We zien bijvoorbeeld dat iemand 's nachts onrustig heeft geslapen of dat er sprake is van een verslechtering van de lichamelijke toestand. Zo houden we op afstand een vinger aan de pols en kunnen als het nodig is ook actie ondernemen. Voor buiten kunnen onze cliënten gebruik maken van een gps-tracker.

Naast alarmering biedt virtuele thuiszorg de mogelijkheid om te bellen of beeldbellen met de welzijnscoach. Dat kan een keer in de week zijn of vaker, het hangt helemaal af van wat de cliënt prettig vindt. We bespreken niet alleen de gezondheidstoestand maar ook andere dingen. Dat sociale aspect is voor

sommige cliënten heel belangrijk, vooral als mensen alleen wonen en zich eenzaam voelen. Als mensen vragen hebben die we zelf niet kunnen beantwoorden, dan winnen we advies in bij een verpleegkundige. Cliënten vinden dat prettig en het voorkomt ook onnodig huisartsbezoek. Het ontlast ook de mantelzorgers.

Ten slotte is er nog onze app Nettie, dit is een agenda app die speciaal is ontwikkeld om mantelzorgers te ondersteunen. Als de cliënt ergens hulp bij nodig heeft, hoeft hij die vraag maar een keer te stellen in de Nettie app. Mantelzorgers kunnen aanvinken welke taak ze op zich nemen. Je ziet zo gemakkelijk wat er gedaan moet worden en wie wat doet. De Nettie app is vrij te downloaden, ook als je geen cliënt bent."



Welfarecoaches Petra Lubberts, Alice Roeters en Gea Laan



Ina Baar met haar ouders

Ina Baar is bekend met virtuele thuiszorg, haar vader en moeder maken er gebruik van. Wat heeft het haar ouders en haarzelf gebracht?

“Door de virtuele thuiszorg hebben mijn ouders kennis gemaakt met internet en is hun wereld wat groter geworden.”

“Mijn ouders wonen in een appartement in een woonzorgcentrum in Uithuizen, in het noorden van Groningen. Daar zijn ze zoveel mogelijk zelfstandig, maar hebben wel de beschikking over zorg als dat nodig is. Dat is prettig omdat ik zelf in Ede woon en niet iedere keer in de auto kan springen als er iets met mijn ouders is. Via het woonzorgcentrum nemen ze deel aan virtuele thuiszorg. Een project dat wordt gesponsord door de gemeente. Ze hebben hiervoor een tablet tot hun beschikking gekregen en ook een training over hoe je kunt mailen en skype en dergelijke. Een keer per week hebben

ze een skypegesprek met een zorgverlener van de virtuele thuiszorg, mijn moeder op maandagochtend en mijn vader op vrijdagochtend. Ze vinden het heel prettig om dat contact te hebben, om even met iemand te praten. Het voorziet echt in een behoefte. Soms komen er ook studenten langs om ze te helpen met de tablet als ze er zelf niet uitkomen. Door de virtuele thuiszorg hebben mijn ouders kennis gemaakt met internet en is hun wereld wat groter geworden. We skype nu zelf ook. Dat is fijn omdat we elkaar niet zo vaak persoonlijk kunnen zien. Zo kunnen we een kijkje nemen in elkaars leven, dat is toch anders dan bellen. Mijn ouders kunnen niet meer naar ons toekomen, dus toen we een nieuwe keuken hadden gekregen heb ik ze die laten zien via skype. Mijn moeder stond eerst wat huiverig tegenover internet, maar nu wil ze het niet meer missen. Laatst werkte de wifi niet, dat vond ze heel vervelend. Via de tablet houden mijn ouders niet alleen contact met de zorgverleners van de virtuele thuiszorg, maar met apps als buienrader en nu.nl staan ze meer in verbinding met de buitenwereld.”

Meer weten over virtuele thuiszorg?
www.virtuelethuiszorg.nl en www.nettie.nu



Chantal

5 verschillende technologische zorgproducten

Persoonlijke ervaringen van Chantal

Chantal van ons Nationaal Mantelzorgpanel heeft ervaring met verschillende technologische zorgproducten. Wat zijn haar bevindingen?

GPS-tracker (merk Spotter)

"We hebben de tracker in de rollator zitten met een hangslotje eraan, zodat degene voor wie ik zorg deze niet kan verwijderen. Omdat de accu niet lang meegaat hebben we er zelfs twee, zodat ik een exemplaar thuis kan opladen en dan meteen kan wisselen in de woning. Dit systeem is niet altijd 100% accuraat. Het geeft soms meldingen dat de tracker buiten de veilige zone gaat, terwijl dat niet zo is."

Alarmering

"We hebben korte tijd gebruik gemaakt van alarmering, maar een knop die je om moet hangen is eigenlijk onbruikbaar voor iemand met Alzheimer. Het koord met knop lag altijd wel ergens in een kastje of op een tafeltje, maar was nooit in de buurt van de persoon zelf. Bovendien vergoedt onze zorgverzekeraar de alarmering niet. Zodoende hebben we dit voor ons nutteloze systeem maar opgezegd."

Dementieklok (merk DayClock)

"Het is voor degene voor wie ik zorg tot nu toe erg handig gebleken om met behulp van deze slimme klok te weten welke dag het is. Ik kan op afstand de eetmomenten laten verschijnen op de klok, zodat die persoon weet dat en wat er gegeten moet worden. Ik vermeld dan ook of er op die dag dagbesteding is of niet. Ik merk dat naarmate de dementie vordert, het nut van de Dayclock wel iets afneemt. De meldingen worden niet altijd meer gelezen of begrepen."

Camera in de woonkamer

"Ik kan op afstand zien of er eventueel iets aan de hand is in de woonkamer/keuken. Dit heeft wel wat opmerkingen opgeleverd van de thuiszorgmedewerkers die bang waren gecontroleerd te worden."

Intelligente rookmelder (merk Nest)

"Dit is een intelligente rookmelder die bij rook een melding stuurt naar mijn telefoon. Andere rookmelders geven alleen een geluidssignaal op locatie zelf, wat voor iemand met dementie erg verwarrend kan zijn. Deze persoon kan het signaal dan ook niet zelf uitzetten. Nu krijg ik een melding waarna ik via de camera kan zien of er inderdaad brand is of dat het gaat om een te hard geroosterde boterham."

Zelf ervaren hoe het werkt? Neem een kijkje in een voorbeeldhuis.

Wil je zelf ervaren hoe technologische hulpmiddelen je kunnen helpen in de zorg voor je naaste? In diverse gemeenten staat een 'slim huis'. Dit is een voorbeeldhuis waar je dit met eigen ogen kunt zien en testen, bijvoorbeeld:

- ZlimThuis (Doetinchem en Hoogeveen)
- Huis van Morgen (Rosendaal)
- Het huis van morgen (Panningen)
- Het slimste huis (Alkmaar)

Supportbeurs

De Supportbeurs is een gratis landelijk event in de Jaarbeurs Utrecht waar je de nieuwste producten kunt zien en ervaren op het gebied van hulpmiddelen, mobiliteit & vervoer, sport & vrije tijd en wonen & domotica. Hier krijgen bezoekers inhoudelijke informatie, support en inspiratie om de vrijheid en kwaliteit van leven te vergroten, om zo lang mogelijk zelfredzaam en zelfstandig te blijven óf om betere ondersteuning te verlenen.

Meer informatie kun je vinden op www.supportexpo.nl



IN HET KORT



De financiële kant van het verhaal

Na het lezen over de vele technologische oplossingen in zorgsituaties, overweeg je misschien om er zelf ook gebruik van te gaan maken. Maar hoe zit het met de kosten? Sommige producten kunnen prijzig zijn, gelukkig zijn er verschillende manieren om een vergoeding te krijgen.

Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO)

Als de oplossing bijdraagt aan het zelfstandig functioneren van iemand met een beperking, kun je een aanvraag doen bij het Wmo-loket of sociaal (wijk)team in je gemeente.

Zorgverzekeraar (Zvw)

Sommige technologische oplossingen worden (gedeeltelijk) vergoed vanuit het basispakket van de zorgverzekering, bijvoorbeeld personalarmering of computersystemen voor huisbesturing. Een medische indicatie van arts of specialist is hiervoor vereist. Daarnaast vergoeden sommige aanvullende zorgverzekeringen leefstijlmonitoring. Informeer hierover bij je zorgverzekeraar.

Wet Langdurige Zorg

Personen die zorg aan huis ontvangen op basis van het Volledig Pakket Thuis (VPT) vallen onder de Wet Langdurige Zorg (WLZ). Technologische oplossingen kunnen dan ook vanuit deze wet vergoed worden in overleg met de zorgorganisatie.

Belastingaftrek kosten zorgrobot

Als een robot is aan te merken als hulpmiddel is het mogelijk om voor de zorgrobot zorgkosten af te trekken van de belasting. Dit zijn zorgrobots die:

- iemand met beperkingen in arm- en handfunctie helpen bij het eten en drinken
- spelletjes doen of lichamelijke activiteiten voorstellen
- in de gaten houden of het gas uit is en de ramen dicht zijn
- iemand eraan herinneren te eten

Robots die ook worden gebruikt door personen die niet ziek of invalide zijn, vallen hier niet onder. Denk aan huishoudrobots, robotdieren of drones.

Zorgwebsite:

Alle relevante informatie op één plek.

OZO Verbindzorg is een online communicatiemiddel dat iedereen die bij de zorg voor je naaste is betrokken op een eenvoudige manier met elkaar verbindt. Wat zijn de praktijkervaringen met dit platform? We spraken erover met Marieke Overkempe, mantelzorgconsulent bij Carinova en met mantelzorger Paul Swaak.

Kun je uitleggen wat OZO Verbindzorg precies is?

"OZO Verbindzorg is een communicatiemiddel van de cliënt. Het is een persoonlijke zorgwebsite waar je alleen op kunt komen met een inlogcode. Met behulp van deze website kunnen alle mensen rondom de zorgvrager, zich eenvoudig op de hoogte stellen van de actuele situatie. Alle voor hen relevante informatie is op een plek aanwezig."

Is het dan ook de zorgvrager zelf die start met het platform?

"Vaak is het de huisarts of thuiszorg die het initiatief neemt om dit platform te gaan gebruiken, maar de cliënt moet hiervoor altijd eerst toestemming geven. Hij of zij bepaalt ook welke personen toegang hebben tot de website, bijvoorbeeld de huisarts, ergotherapeut, dagbesteding, thuiszorg en natuurlijk de mantelzorgers. Niet al onze cliënten staan open voor deze wijze van online communiceren. Vooral oudere mensen van boven de tachtig zijn soms huiverig, het is onbekend terrein voor ze. Dat respecteren we natuurlijk."

Wat zijn jouw ervaringen met deze manier van communiceren?

"Wij werken nu drie jaar met het systeem en ik vind het heel efficiënt. Ik kan met één berichtje op het platform gemakkelijk iets afstemmen met meerdere partijen, in plaats dat ik alle

partijen apart moet benaderen. Ik plaats een bericht, bijvoorbeeld een bezoekverslag, in de online omgeving, vink aan voor wie het bericht bedoeld is en de betrokkenen ontvangen automatisch een e-mail met een link naar het bericht. Dit scheelt voor mij een hoop heen en weer mail en gebel. Vroeger moest ik huisartsen vaak terugbellen, omdat ze niet bereikbaar waren. Nu breng ik ze eenvoudig op de hoogte via het platform en reageren zij op het moment dat het hen schikt. Bijkomend voordeel is dat er op deze manier veel minder ruis ontstaat, dan wanneer je met alle betrokkenen apart moet bellen of e-mailen. Het enige nadeel is dat dit online systeem nog niet gekoppeld is aan onze eigen administratie. Ik moet nu informatie in twee systemen zetten, maar dat weegt voor mij niet op tegen de voordelen."

Biedt dit systeem ook voordelen voor mantelzorgers?

"Voor mantelzorgers lijkt het me ook prettig om op deze manier te kunnen communiceren met allerlei zorgverleners. Het is me opgevallen dat mantelzorgers die wat verder weg wonen, meer betrokken raken als ze berichten lezen. Ze zijn snel op de hoogte en hebben meer zicht op de situatie rondom hun naaste. Het is een laagdrempelige manier om te communiceren."

Paul Swaak is mantelzorger van zijn moeder en gebruikt OZO Verbindzorg in de communicatie met zorgprofessionals.

"Soms heeft mijn moeder zich gestoten of is ze gevallen, maar vertelt ze dat niet aan ons. Dat soort voorvallen vermeldt de thuiszorg in OZO Verbindzorg."

Waarom zijn jullie OZO Verbindzorg gaan gebruiken?

"Onze familie maakt voor de normale praktische zaken rondom de zorg voor mijn moeder gebruik van Whatsapp. Maar als het gaat om zaken van medische aard dan is OZO Verbindzorg een goede optie. Omdat de eerstelijnszorg alle bijzonderheden ten aanzien van de gezondheid van mijn moeder in het systeem zet, blijven wij als familie goed op de hoogte. Ik woon zelf niet om de hoek en kan niet dagelijks langsgaan. We hebben wel een belschema afgesproken, zodat mijn moeder iedere dag door een van ons gebeld wordt, maar dan horen we toch niet alles. Soms heeft mijn moeder zich gestoten of is ze gevallen, maar vertelt ze dat niet aan ons. Dat soort voorvallen vermeldt de thuiszorg in OZO Verbindzorg. Het is dus een soort terugvaloptie."

Hoe bevalt het?

"Wat ik prettig vind aan deze manier van communiceren is dat er één waarheid is. Als je meerdere mensen telefonisch op de hoogte moet stellen gaat er onderweg informatie verloren. Doordat de informatie door de huisarts, apotheek of wijkverpleegkundige direct in het systeem wordt gezet, voorkom je misverstanden en onduidelijkheden. Ik hoef niet alles door te geven aan mijn broers, zij kunnen zelf meelesen."

Wat zou je graag nog anders zien?

"Het systeem is wat verouderd. Het kan slimmer en gebruiksvriendelijker. Ook kun je alleen op het platform door in te loggen op de website. Er is nog geen mobiele app. Als communicatiemiddel tussen mantelzorgers en zorgprofessionals is OZO Verbindzorg een handig alternatief voor e-mails en telefoontjes, maar het mag wat mij betreft allemaal wel wat verder gaan. Het is bijvoorbeeld niet mogelijk om ook de communicatie met het ziekenhuis eraan te koppelen. Nu komt het regelmatig voor dat het niet duidelijk is wanneer mijn moeder een afspraak heeft in het ziekenhuis en wat er dan precies besproken of gedaan gaat worden. Mijn moeder schrijft dat soort dingen soms wel op briefjes maar die verliest ze dan of ze vergeet het. Een goed en betrouwbaar elektronisch patiëntendossier zou alles veel inzichtelijker maken."

Marieke Overkempe

Beter weten, beter zorgen!

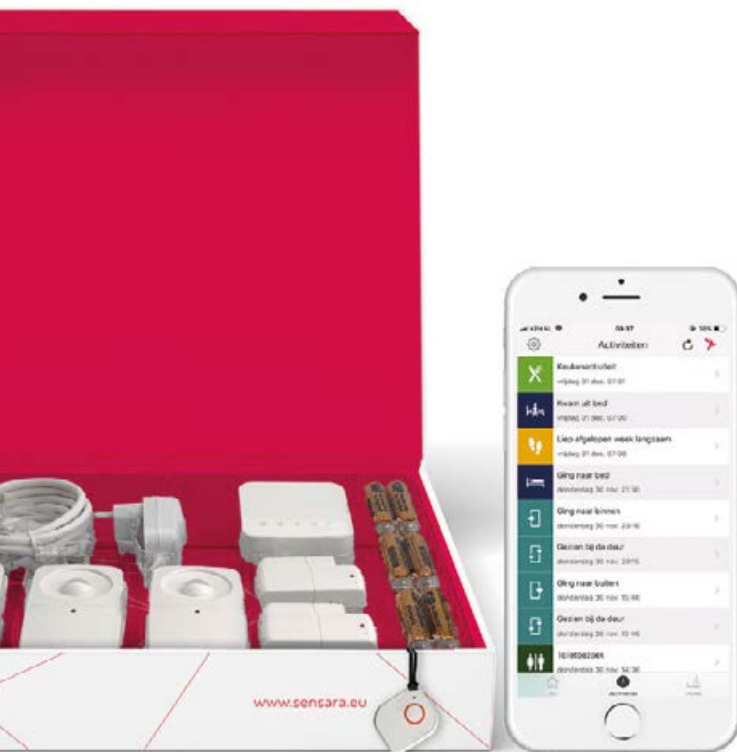
Na het overlijden van haar tweede partner kwam de 85-jarige moeder van Irma Rijnen-Keulers een jaar geleden alleen te staan. Ze wonen niet bij elkaar in de buurt, waardoor het voor Irma niet mogelijk is om snel even binnen te lopen om te zien of alles goed gaat. Gezamenlijk besloten Irma en haar moeder om Sensara uit te proberen.

Sensara is een systeem met bewegingssensoren die op bepaalde plaatsen in het huis van haar moeder zijn geplaatst. Er wordt zo gemonitord of er beweging gaande is in het huis. Irma kan nu simpelweg op de app kijken en een oogje in het zeil houden, zonder dat de privacy van haar moeder te veel wordt aangetast.

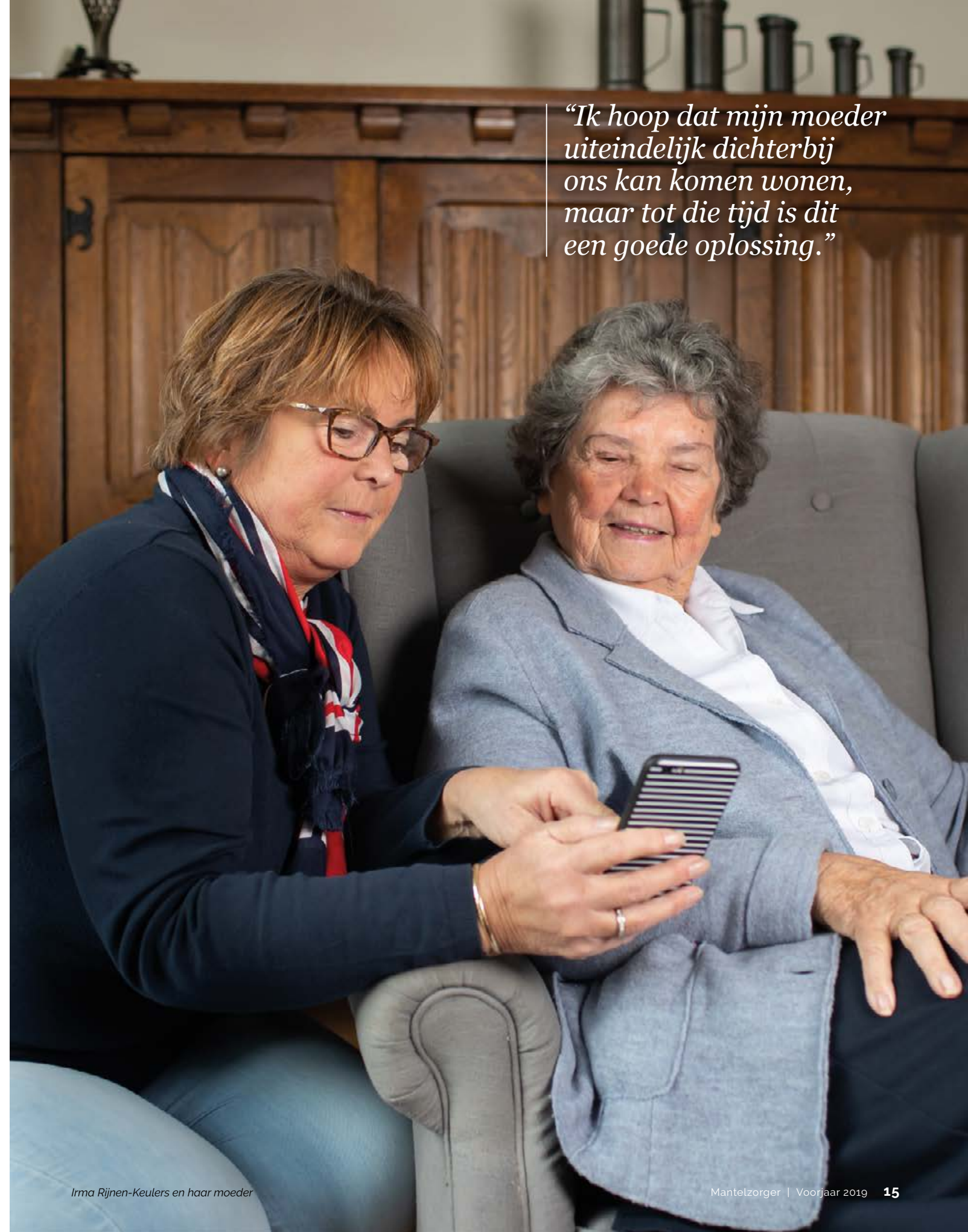
Irma vertelt: "Toen mijn moeder alleen kwam te staan hebben we geprobeerd om in onze woonplaats een plek voor haar te vinden. Helaas is er een lange wachtlijst voor seniorenwoningen en voor een zorgappartement komt ze niet in aanmerking omdat haar gezondheid nog te goed is. Ik ga nu twee keer in de week naar mijn moeder om haar te helpen, onder andere met de boodschappen. Ze heeft zelf geen vervoer en bij haar in de buurt zijn geen winkels waar ze naartoe kan lopen. In het weekend is ze meestal bij ons en overnacht hier dan ook. Maar de andere dagen staat ze er alleen voor en ze is niet meer de jongste.

Toen ik het Sensara systeem tegenkwam leek dat me een goede manier om van een afstandje toch een beetje zicht te hebben op mijn moeder, op de dagen dat ik niet zelf kan langskomen. Mijn moeder had eerst wel wat bedenkingen over het systeem. Ze dacht dat ik haar dan altijd zou kunnen zien en horen, maar dat is niet het geval en dat zou ik ook niet willen. Ik respecteer de privacy van mijn moeder en wil haar niet betuttelen. Aan de andere kant is ze soms wat vergeetachtig en ik voel me wel verantwoordelijk voor haar welzijn.

Het systeem geeft alleen maar aan of er beweging is in huis. Zo kan ik bijvoorbeeld zien of mijn moeder 's ochtends al uit bed is gekomen. Als er te lang geen beweging wordt waargenomen door de sensoren, krijg ik daarvan een berichtje in de app. Mijn moeder vindt het nu prima dat de sensoren er hangen en mij geeft het wat meer rust. Ik hoop dat mijn moeder uiteindelijk dichterbij ons kan komen wonen, maar tot die tijd is dit een goede oplossing."



"Ik hoop dat mijn moeder uiteindelijk dichterbij ons kan komen wonen, maar tot die tijd is dit een goede oplossing."



Irma Rijnen-Keulers en haar moeder

Word lid van MantelzorgNL, samen staan we sterk!

Nu met GRATIS VVV Cadeaukaart t.w.v. € 10,00
*actie geldig tot 1 april 2019



Een mantelzorgvriendelijke samenleving, daar gaan we voor!
Er zijn 4,4 miljoen mantelzorgers in Nederland en we zullen steeds meer voor elkaar moeten gaan zorgen. MantelzorgNL is de landelijke vereniging voor deze grote groep mensen. Samen met circa 300 lokale mantelzorgorganisaties zetten wij ons met hart en hoofd voor hen in. We bieden informatie, producten, diensten, (juridisch) advies en geven antwoorden op je vragen.

Een greep uit de voordelen van het lidmaatschap:

- Actualiteiten en tips op het gebied van mantelzorg zoals de belastingspecial.
- Drie maal per jaar het magazine Mantelzorger (t.w.v. € 2,95 per magazine).
- 10% korting op ePGB voor een zorgeloze pgb-administratie.
- Gratis juridisch advies (maximaal vier uur, t.w.v. € 104,05 per uur).

Samen staan we sterk!

Word lid van MantelzorgNL, want met je steun kunnen we ons sterk maken in de politiek, zowel landelijk als lokaal. Zorgen voor je naaste moet net zo goed mogelijk zijn als bijvoorbeeld zorgen voor je kind.

Word dus nu lid via mantelzorg.nl/lidworden

Geniet van de
vele voordelen van
het lidmaatschap!

Word lid via:
[mantelzorg.nl/
lidworden](http://mantelzorg.nl/lidworden)

Voor maar
€ 23,-
per jaar

VRAGEN OVER MANTELZORG?

Bel op werkdagen tussen 9 en 16 uur onze Mantelzorglijn 030 - 760 60 55.

Algemeen: 030 659 22 22 info@mantelzorg.nl mantelzorg.nl
f mantelzorgnl mantelzorgnl mantelzorgnl

 **MantelzorgNL**
Helpt jou helpen