

Wat is een ontmoetingscentrum?

Achtergrondinformatie over gestructureerde steun voor mantelzorgers en dementerenden in een Ontmoetingscentrum

Het zorgen voor iemand met dementie is een zware opgave. Uit onderzoek blijkt dat mantelzorgers van mensen met dementie het zwaarder hebben dan mantelzorgers van mensen met andere chronische aandoeningen. Ook is aangetoond dat overbelasting van de mantelzorger leidt tot gezondheidsproblemen van de mantelzorger en tot gedragsproblemen bij de dementerende. Het ondersteunen van de mantelzorger, zowel praktisch als emotioneel, is dan ook een belangrijke interventie met het oog op het welzijn van zowel de persoon met dementie als de mantelzorger. Maar hoe kan dit nu vormgegeven worden in de praktijk? Heel veel is geprobeerd en onderzocht in de afgelopen dertig jaar. Variërend van gespreksgroep tot tijdelijke opname van de dementerende. Alle goede bedoelingen ten spijt: geen een interventie biedt dé oplossing. Daarvoor is het verloop van dementie te ingewikkeld. Met andere woorden: de problemen zijn te heterogeen om met één interventie opgelost te kunnen worden. Met deze gegevens voor ogen is door prof. dr. Rose Marie Dröes, hoogleraar psychosociale hulpverlening voor mensen met dementie aan de Vrije Universiteit, tussen 1991 en 1993 een ondersteuningsprogramma ontwikkeld voor thuiswonende dementerenden en hun mantelzorgers. Een belangrijk kenmerk van dit programma is dat het aangeboden wordt in buurthuizen en ouderencentra. Hierdoor is het meer 'community care' dan professionele gezondheidszorg. Het programma voorziet in een variëteit van interventies en is wetenschappelijk onderzocht op effectiviteit. Bij dit onderzoek werd het nieuwe programma vergeleken met de zorg die gegeven werd op de dagbehandeling psychogeriatricie van verpleeghuizen. Uit het onderzoek kwam naar voren dat het gevoel van competentie bij de mantelzorgers van het nieuwe programma hoger was dan bij de mantelzorgers van de klassieke dagbehandeling. Ook bleek uiteindelijk dat opname langer kon worden uitgesteld en dat mantelzorgers meer tevreden waren over deze vorm van ondersteuning. Met deze resultaten in handen is het ondersteuningsprogramma verspreid onder de naam "Amsterdamse Ontmoetingscentra". Inmiddels zijn er in Nederland 40 ontmoetingscentra operationeel. Er is een ondersteunende helpdesk en website voor ontmoetingscentra en er zijn boeken en DVD's die achtergrondinformatie geven. (*Zie www.ontmoetingscentradementie.nl voor uitgebreide informatie en publicaties*)

Theoretisch concept

De werkwijze van het ontmoetingscentrum is gebaseerd op het adaptatie-coping model. Dit is een theoretisch concept, ontwikkeld door prof. dr. Rose Marie Dröes. Hierbij is het uitgangspunt dat de ziekte dementie gevolgen heeft voor zowel de dementerende als zijn mantelzorger. Beiden verkeren in een wankel evenwicht en moeten voortdurend hun balans zoeken. De noodzaak om zich voortdurend aan de steeds wisselende omstandigheden te moeten aanpassen worden adaptieve opgaven genoemd. Adaptieve opgaven die geïdentificeerd zijn bij mensen met dementie en hun verzorgers zijn:

- het omgaan met de eigen invaliditeit
- handhaven van een emotioneel evenwicht
- behoud van een positief zelfbeeld
- omgaan met een onzekere toekomst
- onderhouden van sociale relaties (familie, vrienden)
- ontwikkelen van adequate verhoudingen met (professionele) verzorgers

Werkwijze van de ontmoetingscentra

Het model van de ontmoetingscentra gaat uit van een dagsociëteit van drie dagen per week. Dit betreft een tamelijk vaste groep cliënten. Doordat men elkaar kent ontstaat er vertrouwen. Er is een vaste volgorde in de dag (zie tabel 1 voor een overzicht). Ook het ondersteuningsprogramma voor mantelzorgers kent een vaste structuur. Een voorwaarde om cliënt te worden in het ontmoetingscentrum is de bereidheid van de mantelzorger om te participeren in het ondersteuningsprogramma. Dit kan ook een zoon of dochter van de dementerende zijn of een niet-familielid. Zie tabel 2 voor de inhoud van het ondersteuningsprogramma. In het ontmoetingscentrum werken vaste personeelsleden en vaak ook vrijwilligers of stagiaires. De spil van het ontmoetingscentrum is de programmacoördinator. Dit is een hbo-opgeleide functionaris met sterk ontwikkelde competenties op het gebied van communicatie, organisatie en het vermogen kennis over te brengen en leiding te geven. Naast de programmacoördinator is er een activiteitenbegeleider en een verzorgende. Zij structureren de dag en activeren de deelnemers. Zij zijn in staat om uitvoering te geven aan alle onderdelen van het cliëntenprogramma. De programmacoördinator heeft een superviserende rol en is vooral uitvoerend bij het ondersteuningsprogramma voor de mantelzorgers.

Tabel 1 Globaal dagprogramma van een ontmoetingscentrum

Tijd	Activiteit	Doel
10.00 – 11.00	Ontvangst, koffie, bespreken van de dingen van de dag	Herkenbaar en gezamenlijk begin van de dag Deelnemers op hun gemak stellen Ruimte bieden voor mantelzorger om even te blijven zitten en iets te vertellen
11.00 – 12.30	Psychomotorische therapie Indien mogelijk: Wandelen!	In een andere, grote ruimte Balspelen, namen onthouden, bewegingen onthouden en nadoen. Bewegen is een non-verbale uitingsvorm die mensen met dementie als prettig ervaren.
12.30 – 13.30	Lunch	In een aparte ruimte, met aandacht voor sfeer, onderling gesprek maar ook observatie door de medewerkers op wat iemand eet en drinkt (toezicht en stimulans)
13.30 – 15.00	Verschillende activiteiten, aansluitend bij interesse Bijvoorbeeld: Reminiscentiegroep Creatieve groep Film kijken Muziek luisteren	Deze activiteiten gebeuren in aparte, kleine ruimtes. Per ruimte 1 activiteit zodat er rust is. De activiteit wordt begeleid door de verzorgende en/of de activiteitenbegeleider, evt. bijgestaan door een stagiaire of vrijwilliger. Doel is: het verhogen van het gevoel van eigenwaarde en gevoel van welbevinden.
13.30 – 15.00	Intakegesprekken, spreekuur door programmacoördinator	Zie bij ondersteuningsprogramma

Tabel 2 Ondersteuningsprogramma voor de mantelzorgers

Activiteit	Frequentie	Doel
Informatiebijeenkomsten	1 x per 2 weken tot 1 x per maand	Mantelzorgers en belangstellenden (publiek!) informeren over verschillende onderwerpen rond dementie. De onderwerpen zijn vergelijkbaar met de onderwerpen van het Alzheimercafé
Gespreksgroep	1 x per 2 weken	Bestemd voor de mantelzorgers van de cliënten, uitwisseling dagelijkse problemen en oplossingen, lotgenotencontact
Centrumoverleg	1 x per maand	Overleg met cliënten, mantelzorgers, personeel en evt. vertegenwoordiger buurthuis over alle lopende zaken, zowel input als feedback. Programmacoördinator zit voor. Er is een agenda en notulen.
Spreekuur door de coördinator	1 x per week of op afspraak	Gelegenheid voor persoon met dementie, mantelzorgers of mantelzorgers samen met cliënt om individueel met de programmacoördinator te spreken

Meerwaarde

De meerwaarde van het programma zit in de gecombineerde aanpak van zowel de mantelzorgondersteuning als de respijtzorg voor de dementerende. Door vroegtijdig te verwijzen naar een ontmoetingscentrum wordt voorkomen dat de mantelzorger overbelast raakt. Juist als de problemen nog niet zo groot zijn kan geleerd worden ermee om te gaan en ze voor een deel te voorkomen. Een andere meerwaarde is het voorzien in lotgenotencontact en sociale steun. Doordat het ontmoetingscentrum gelokaliseerd is in een buurtcentrum of ouderencentrum is er veel te doen, ook voor de mantelzorger. Dit kan leiden tot nieuwe contacten en activiteiten, die het leven draaglijker maken. Kenmerk van het ontmoetingscentrum blijft de ondersteuning van mantelzorgers *én* dementerenden onder *één dak* door een *vast* team van begeleiders.

Beperkingen

De opzet van ontmoetingscentra kent ook beperkingen. Zo is het concept van de ontmoetingscentra niet geschikt voor alleenstaande ouderen zonder familieleden of andere mantelzorgers. Het is niet geschikt voor mensen met ernstige gedragsproblemen en wegloopneigingen en ook niet voor mensen die veel hulp nodig hebben bij de lichamelijke verzorging. Een andere beperking is en blijft dat het ook voor de beoogde doelgroep van de ontmoetingscentra, namelijk licht- tot matig dementerenden, moeilijk is om 'de drempel over te gaan' van de hulpverlening. Uit de publicaties over de opzet van ontmoetingscentra komt naar voren dat veel publiciteit en een goed contact met verwijzers nodig zijn om het ontmoetingscentrum vol te krijgen. Het heeft een lange aanlooptijd nodig. Als het centrum eenmaal goed draait breidt het centrum zich uit door meerdere dagen open te gaan of moeten er nieuwe centra worden opgezet.

Financiering

Omdat het ontmoetingscentrum ondersteuning biedt aan zowel cliënten als mantelzorgers is er vaak sprake van gecombineerde financiering uit de gemeente (welzijn ouderen) en de AWBZ. De activiteiten van het ontmoetingscentrum vallen onder de noemer begeleiding, waarvoor

een indicatie vereist is van het CIZ. Mantelzorgondersteuning valt onder de gemeente, via het welzijnswerk voor ouderen en de steunpunten mantelzorg. Met de komst van de Wmo is er veel veranderd. De gemeente moet gaan voorzien in de volgende negen zogenaamde prestatievelden: (*zie ook www.invoeringwmo.nl bij prestatievelden*)

1. het bevorderen van de sociale samenhang in en leefbaarheid van dorpen, wijken en buurten
2. op preventie gerichte ondersteuning van jeugdigen met problemen met opgroeien en van ouders met problemen met opvoeden
3. het geven van informatie, advies en cliëntondersteuning
4. het ondersteunen van mantelzorgers en vrijwilligers
5. het bevorderen van de deelname aan het maatschappelijke verkeer en van het zelfstandig functioneren van mensen met een beperking of een chronisch psychisch probleem en van mensen met een psychosociaal probleem
6. het verlenen van voorzieningen aan mensen met een beperking of een chronisch psychisch probleem en aan mensen met een psychosociaal probleem ten behoeve van het behoud van hun zelfstandig functioneren of hun deelname aan het maatschappelijke verkeer
7. het bieden van maatschappelijke opvang, waaronder vrouwenopvang
8. het bevorderen van openbare geestelijke gezondheidszorg, met uitzondering van het bieden van psychosociale hulp bij rampen
9. het bevorderen van verslavingsbeleid

De functies van een ontmoetingscentrum vallen onder de prestatievelden 3, 4, 5 en 6. De functies 3 en 4 zijn al bij de gemeente ondergebracht. Bij de functies 5 en 6 is er een overgangsfase. Op dit moment worden de ontmoetingscentra nog gefinancierd door de AWBZ via de functie begeleiding.

Conclusie

Een ontmoetingscentrum volgens het concept van de Amsterdamse Ontmoetingscentra is ontwikkeld om mensen met dementie en hun verzorgers te helpen omgaan met de gevolgen van dementie. Het gaat hierbij om een methodische aanpak van de problemen die mensen met dementie en hun verzorgers in de praktijk ondervinden. Bijzonder aan de ontmoetingscentra is dat er zowel gestructureerde aandacht is voor de persoon met dementie als voor de mantelzorger. Ontmoetingscentra bewegen zich op de grens tussen zorg en welzijn. Dit heeft consequenties voor de financiering en organisatie. De Wmo zal gevolgen hebben voor de opzet en financiering van ontmoetingscentra. Tegelijkertijd is de werkwijze van het ontmoetingscentrum bewezen effectief gebleken in het ondersteunen van thuiswonende dementerenden en hun mantelzorgers en heeft daarom een blijvende plaats verworven in de transmurale zorgketen voor mensen met dementie en in het landelijk dementieprogramma.

Tineke van der Kruk