

## De broer uit Paramaribo zorgt voor fijne rustmomentjes

**Een jaar geleden is bij Nora (75) de diagnose Alzheimer gesteld. Haar dochter Gerda is als mantelzorger goud waard. Alles gaat goed. Totdat Gerda haar onderarm breekt en blijkt dat ze al maanden op haar tenen loopt.**

Nora is weduwe en woont al sinds de Surinaamse onafhankelijkheid in Nederland. Gerda is haar oudste dochter, ze is alleenstaand en heeft geen kinderen. Gerda heeft een broer en zus die in de buurt wonen, maar die niet betrokken zijn bij de zorg voor hun moeder. De oudste broer woont in Paramaribo. Hij leeft mee, is bezorgd, maar kan van afstand niet zo heel veel bijdragen.

### **Een goed, open gesprek**

Een half jaar geleden maakte casemanager Rianne kennis met Gerda. Het was een goed, open gesprek. Gerda gaf aan goed in haar vel te zitten. Het mantelzorgen ging prima, de steun van haar broer vanuit Suriname deed haar goed. Rianne sprak haar waardering uit voor de kwaliteit van zorg die Gerda aan haar moeder bood. Voor Gerda was dit vanzelfsprekend: als kind doe je alles voor je ouders, die zo lang voor jou als kind hebben gezorgd. Tegelijkertijd was Gerda trots dat zij dit als enige van haar familie zo goed deed. Rianne en Gerda hielden contact, met een appje en af en toe een kort belletje. Rianne hield zo een vinger aan de pols, voor Gerda voelden de korte contacten als erkenning en steun. En het was vooral gezellig.

### **Videobellen**

Toen Gerda haar onderarm brak en even helemaal niet meer wist hoe ze nu verder moest, belde ze Rianne als een van de eersten. Nu heeft ze wel hulp nodig, want met één arm kan ze haar moeder niet de kwaliteit zorg geven die nodig is. Rianne denkt natuurlijk graag met haar mee. Om haar iets meer tijd en rust te gunnen, komen ze samen tot de volgende oplossing. Haar broer in Paramaribo springt bij: hij gaat nu vier keer per week met zijn moeder videobellen. Dan hoeft Gerda even niet op haar moeder te letten en kan ze zich ontspannen, of even ongestoord een klusje doen. En – zo bedenken ze samen: nu Gerda het gips om haar arm kan laten zien, is dit misschien ook het moment te overleggen met de ‘Nederlandse broer en zus’. Die zullen hopelijk begrijpen dat ze moeten bijspringen om hun moeder te verzorgen en Gerda te ontlasten.

- ➔ Investeer in het contact, neem de tijd om een goede, vertrouwelijke relatie op te bouwen
- ➔ Blijf in contact, want er is altijd een risico dat de emmer overloopt. Dat er iets onvoorziens gebeurt waardoor de mantelzorgers wel wat extra steun kan gebruiken.
- ➔ Wees als professional niet te dwingend, denk niet in hokjes en bied maatwerk. Het begin van de oplossing ligt hier niet bij de dochter en zoon dichtbij, maar bij de 'verre broer'...
- ➔ Een crisis waar de mantelzorgers geen schuld aan heeft, maakt het mogelijk om het delen van zorg te overwegen. Het eergevoel kan overeind blijven. De mantelzorgers heeft vanuit alle verleende zorg in het verleden een goede positie om het gesprek over het delen van zorg zelf te regisseren.
- ➔ Sommige mantelzorgers vinden het moeilijk de zorgtaken te delen. Erkenning, waardering, een bemoedigend woord en luisterend oor zijn dan belangrijk.

