

Diakonie &
Parochie



Diaconie en WMO:
mantelzorg en
vrijwilligerswerk

Jaargang 20, nummer 2, 2007

je naaste als jezelf

DIAKONIE EN PAROCHIE

Wat is dit voor een tijdschrift?

Prijs van dit
nummer € 4,50
exclusief porto

Onder **DIACONIE** verstaan we:

- * allerlei manieren waarop
- * groepen christenen (waaronder parochies)
- * zich solidariseren met mensen in nood
- * of werken aan het oplossen van maatschappelijke problemen.

DIAKONIE & PAROCHIE is een tijdschrift dat speciaal naar parochies kijkt. Het wil de lezers ervan helpen parochies te doen uitgroeien tot meer diaconale gemeenschappen.

DIAKONIE & PAROCHIE is een uitgave van het Landelijk Katholiek Diakonaal Beraad. Het verschijnt vier keer per jaar. Abonnementsprijs € 13,50 p.j., losse nummers: € 4,50 excl. porto.

Voor abonnementen en bestellingen:

Postbus 13049, 3507 LA Utrecht,

tel: (030) 232 69 09, fax (030) 230 70 99

e-mail: bestel@rkk.nl

Abonnementen worden automatisch verlengd, tenzij schriftelijk wordt opgezegd voor 1 november.

Kijk voor meer diaconale voorbeelden en meer diaconale spiritualiteit ook op www.rkdiaconie.nl



Aan dit nummer van Diakonie & Parochie werkten mee: Menna Bergenhenegouwen, John Brohm, Louise Hoyng, Esther van der Panne (eindredactie), Yardena Vermaat, Fred van der Meer. Productie: Actioma, Den Bosch. Print: BTS Grafische Dienstverlening, Tiel
Gehele of gedeeltelijke overname van artikelen uit dit tijdschrift wordt op prijs gesteld, mits de bron wordt vermeld. Uitgezonderd zijn foto's, gedichten en cartoons.
ISSN 0922-9647 www.actioma.nl

INLEIDING

DIACONIE EN WMO: ONDERSTEUNEN VAN MANTELZORGERS EN VRIJWILLIGERS

John Brohm

In deze jaargang van Diaconie & Parochie staat centraal wat de invoering van de WMO, de Wet Maatschappelijke Ondersteuning, betekent voor de diaconie in parochies. Er liggen inhoudelijke raakvlakken tussen de WMO en diaconie. In nummer 1 vindt u daarover algemene achtergrondinformatie en voorbeelden op het gebied van sociale samenhang en leefbaarheid. (De inhoud van dit nummer is na te lezen op www.rkdiaconie.nl).

In dit tweede nummer gaan we in op de mogelijkheden die de WMO de parochie biedt op het gebied van de mantelzorgers en de vrijwilligers. Het gaat daarbij niet alleen om de ondersteuning door en vanuit diaconie aan mantelzorgers en vrijwilligers, maar ook om voorbeelden van het profijt dat diaconie en diaconale projecten als vrijwilligers kunnen hebben bij ondersteuning door anderen. Daarbij moet gezegd dat het op dit moment nog te vroeg is om voorbeelden te geven van daadwerkelijke ondersteuning vanuit de WMO. Dat komt omdat de meeste gemeenten nog in het stadium verkeren van de voorbereiding op de beleidsnota die per gemeente wordt ontwikkeld.

Mantelzorg

De ondersteuning van mantelzorg en vrijwilligers is een van de prestatievelen in de WMO. Mantelzorg wordt daar als volgt omschreven: 'langdurende zorg die niet in het kader van een hulpverlenend beroep wordt geboden aan een hulpbehoevende door personen uit diens directe omgeving, waarbij de zorgverlening rechtstreeks voortvloeit uit de sociale relatie en de gebruikelijke zorgen van huisgenoten voor elkaar overstijgt.'

Bij het verlenen van mantelzorg gaat het om het bieden van iets extra's dat qua duur en qua intensiteit de geschetste 'normale gang van zaken' overstijgt. In tegenstelling tot 'normale' situaties in het huishouden, komen bij mantelzorg maatschappelijke verplichtingen en persoonlijke voorkeuren vaak in de knel.



Vrijwilligersbeleid

De vrijwillige inzet van burgers, zowel informeel en ongeorganiseerd (kleinschalige initiatieven) als in georganiseerd verband (vrijwilligersorganisaties en bijvoorbeeld sport), vormt een onmisbaar deel van de 'Civil society'. Vrijwilligerswerk is ook bij uitstek het voertuig voor burgers om verantwoordelijkheid te nemen en niet alles van een ander of de overheid te verwachten. Met zijn vrijwillige inzet is de burger niet slechts consument van publieke diensten, maar levert hij actief een bijdrage. Hij geeft niet alleen vorm aan zijn eigen meedoen, maar draagt ook bij aan het meedoen van kwetsbare groepen.

De WMO heeft als doel dat vrijwillige inzet op alle terreinen van de samenleving ondersteund kan worden.

In de vele gesprekken die nu in de voorbereiding op de uitvoering van de WMO worden gevoerd,- noemen mantelzorgers en vrijwilligers meestal de volgende aandachtspunten:

- de zorg moet niet te zwaar worden en de druk op mantelzorgers en vrijwilligers niet te hoog;
- de combinatie van verschillende taken en verplichtingen moet mogelijk blijven (werk, opvoeding en zorg);
- vrijwilligerswerk moet aansluiten op de behoeften en de mogelijkheden van de vrijwilligers (voldoening, waardering en levenservaring);
- ondersteuning van mantelzorgers- en vrijwilligersfaciliteiten, het geven van cursussen, voorzien in verzekeringen en het inrichten van een centraal punt voor informatie en advies;
- werving van vrijwilligers kan plaatsvinden door de jeugd erbij te betrekken, een vacaturebank in te richten
- verder is het van belang een vrijwilligersbeleid op te stellen.

Steunpunten

Veel plaatselijke gemeenten zijn bezig om een steunpunt op te zetten, vaak met twee poten: mantelzorg en vrijwilligers.

Een steunpunt mantelzorg heeft doorgaans de volgende kerntaken:

- informatie en advies;
- (emotionele) ondersteuning;
- respijtzorg (tijdelijke overname van de zorg);
- lotgenotencontact.

Een vrijwilligerssteunpunt heeft over het algemeen de volgende kerntaken:

- informatie en advies;
- bemiddeling;
- deskundigheidsbevordering;
- ondersteuning bij vormgeving van vrijwilligersbeleid.

In parochies wordt op dit moment hard gewerkt om de ontwikkelingen te volgen om zich in de problematiek te verdiepen en om samen te kijken waar men gebruik kan maken van deze ondersteuning.

Een gunstig bijeffect is de algemene verdieping die plaatsvindt op de betekenis van de parochie en de diaconie op de plaatselijke samenleving. U leest erover in dit nummer.

John Brohm is staffunctionaris diaconie bij de Diocesane Pastorale Dienstverlening in het Aartsbisdom Utrecht.

Wat is mantelzorg?

Mantelzorgers zorgen voor een chronisch zieke, gehandicapte of hulpbehoevende partner, ouder, kind of ander familielid, vriend of kennis. Mantelzorgers zijn geen beroepsmatige zorgverleners, maar geven zorg omdat zij een persoonlijke band hebben met degene voor wie ze zorgen. Mantelzorg is niet de alledaagse zorg voor, bijvoorbeeld een gezond kind. Mantelzorg is vaak langdurig en intensief.

Enkele cijfers:

- In Nederland zorgen 2,4 miljoen mensen meer dan acht uur per week of langer dan drie maanden voor een ander.
- Zo'n 750.000 mantelzorgers zorgen meer dan acht uur per week én langer dan drie maanden voor een ander.
- Tussen 150.000 en 200.000 mantelzorgers voelen zich zwaar belast of zelfs overbelast. Dit zijn de mantelzorgers die haast 24 uur per dag zorg geven. Zij zorgen bijvoorbeeld voor hun dementerende man of voor hun vrouw die MS heeft, of voor een gehandicapt kind.

Bron: "Mantelzorg in getallen" (uitgave: Sociaal en Cultureel Planbureau), 2003.

Knelpunten:

- Mantelzorgers vinden het vanzelfsprekend om voor iemand te zorgen, maar de meesten ontmoeten daarbij soortgelijke problemen.
- Er zijn onvoldoende mogelijkheden om de zorg tijdelijk over te dragen.
- Veel mantelzorgers maken extra kosten (zoals extra kosten voor vervoer, wassen, voeding).
- Voor veel mantelzorgers is het haast niet mogelijk om mantelzorgtaken te combineren met een betaalde baan.

Bron: www.mezzo.nl/mantelzorg

Vragen van mantelzorgers aan de kerk en wat vraagt dat van de kerk?

Op het terrein van diaconie en pastoraat kunnen wij ons de vraag stellen:

- weten wij wie mantelzorgers zijn binnen onze kerkge-

meenschap?

- weten wij wat het betekent om mantelzorger te zijn en wat zijn/haar behoefte is aan praktische en emotionele steun?
- kennen wij de mogelijkheden van het Steunpunt en het Contactpunt Mantelzorg?
- en zijn wij in staat te luisteren, te signaleren en te verwijzen?

Bron: 'Verlies elkaar niet uit het oog': Betrokkenheid op mantelzorg in de kring van de kerken. Handreiking voor diaconie, pastoraat en liturgie. Interkerkelijk Netwerk 'Mantelzorg' Assen.

VOORBEELDEN

Aandacht voor mantelzorg in Drenthe

Het Katholiek Steunpunt Drenthe is al een aantal jaren actief op het gebied van mantelzorg en kerken. Coördinator Louise Hoyng vertelt dat dit in samenwerking gebeurt met het Protestants Dienstencentrum Groningen/Drenthe, plaatselijke en regionale Steunpunten Mantelzorg en natuurlijk plaatselijke kerken.

In verschillende plaatsen zijn Interkerkelijke Netwerken Mantelzorg opgericht.

Die vormen een goed aanspreekpunt voor de gemeenten. Dat is van belang omdat als het om de WMO gaat de gemeenten contact moeten opnemen met de kerken.

Wat is er in Drenthe zoal gebeurd?

Hoogeveen: 'Waar staat u(w) naast(e)?'

Hoe maak je mantelzorg bespreekbaar binnen de kerken? Om daarbij te helpen, maakte het Interkerkelijk Netwerk Mantelzorg Hoogeveen een module 'Waar staat u(w) naast(e)?' Hierin vindt u een voorbeeld van een programma van anderhalf uur, bedoeld voor diaconale en pastorale professionals en vrijwilligers in kerken en levensbeschouwelijke instellingen. De bedoeling is dat zij zo meer oog krijgen voor de situatie van mantelzorgers. De module bevat ook een handreiking met suggesties voor pastoraat, diaconaat en liturgie; en een interview met een mantelzorgster.

Hoogeveen: Van levensverhaal tot levensboek

14 deelnemers volgden in het voorjaar 2007 een kadercursus van vier dagen voor het kunnen begeleiden van het schrijven van een levensboek, 'Van levensverhaal tot levensboek'.

Een levensboek is een belangrijk hulpmiddel bij de begeleiding van

mensen die (op latere leeftijd) problemen hebben of krijgen met hun geheugen. Een eigen levensboek biedt de persoon in kwestie, maar ook zijn of haar verzorgers, de mogelijkheid om gericht gebruik te maken van het persoonlijke verleden.

De cursus werd aangeboden door het Interkerkelijk Netwerk Mantelzorg Hoogeveen.

De inleiders hanteerden diverse werkvormen. Er werd onder andere een genogram (stamboom met achtergrondinformatie) gemaakt. Verder werd gewerkt aan een eigen levensboek, gekoppeld aan theoretische reflecties. Bij die theorie ging het erom inzicht te krijgen in de contextuele zienswijze. Dit is de visie op de eigen persoonlijkheid in relatie tot het gezin waarin men is opgegroeid en in de bredere context van familie, milieu, politiek, kerk, loopbaan etc.

Bij de praktijkwerkopdrachten werd ook het belang van de zintuigen aangetoond. Herinneringen die oproepen worden bij het zien (foto's), tasten, proeven en ruiken (bv. mottenballen, Boldoot, wierook, zeep) en het horen (muziek). Een belangrijk gedeelte van de praktijkbijeenkomsten was gericht op de belangrijke ontmoetingen in een mensenleven. Wie heeft men ontmoet, of wil men ontmoeten en welke positieve of negatieve invloed hebben die mensen op de ander gehad?

De deelnemers aan de kadercursus ondervonden zelf hoeveel impact de besproken en behandelde onderwerpen op hun gevoelens hadden. Zij zijn overtuigd van het belang en de waarde van "Het levensverhaal als Levensboek".

Voor meer informatie over de activiteiten in Hoogeveen kunt u terecht bij:

-Ellen Hogema, coördinator Katholiek Steunpunt Drenthe, kathsteun@planet.nl, tel. 0591 613393.

-Cobi Noordhoff, coördinator Steunpunt Mantelzorg Hoogeveen, c.noordhoff@welzijnswerk-hoogeveen.nl.

-Zie ook: www.mantelzorghoogeveen.nl.

Voor meer informatie over werken met het levensboek: www.pkn.nl/werkenmeteenlevensboek. Hier vindt u naast informatie over het levensboek ook allerlei uitgaves en handleidingen. 'Werken met een levensboek' is een landelijk project van Ineke-Regina Uytendogaard voor de Protestantse Kerk in Nederland.



Emmen: bijeenkomsten en themadiensten

In Emmen zijn in de afgelopen jaren diverse bijeenkomsten georganiseerd door het Sociaal Beraad om de betrokkenheid op mantelzorgers binnen de kerken te stimuleren en te ondersteunen. Dat heeft resultaten opgeleverd:

- In kerken wordt aandacht gegeven aan mantelzorgers, onder meer door het verzorgen van themadiensten mantelzorg.
- Mantelzorgervaringen worden on derling besproken.
- Initiatieven worden aan elkaar door gegeven.
- Mensen vinden de weg naar het Steunpunt Mantelzorg.

Naast het Sociaal Beraad werken ook Dabar (samenwerking van kerken op het terrein van diaconie met als prioriteit de WMO) en de Raad van Kerken mee. Met deze organisaties is in april 2007 een bijeenkomst georganiseerd over mantelzorg en vrijwilligersnetwerken. Daarbij is ook aandacht besteed aan het opzetten van lotgenotencontacten.

Meer informatie bij:

Ellen Hogema, coördinator Katholiek Steunpunt Drenthe, kathsteun@planet.nl, tel. 0591 613393 of bij Titia v.d.Berg-Luitjes, secretaris Sociaal Beraad, e-mail tavandenbergh@home.nl.

ZorgSaam Oegstgeest

De Protestantse Gemeente Oegstgeest organiseert in samenwerking met de katholieke parochie en de andere kerken voor alle inwoners van Oegstgeest een kosteloze hulp en oppasdienst voor al die mantelzorgers die er even 'uit' willen.

Een van de redenen hiervoor is dat mantelzorgers zich alleen voelen staan en zich vaak niet gesteund worden door de politiek. Veel gemeenten weten ook niet goed hoe zij mantelzorgers moeten ondersteunen. In Oegstgeest bleek na een inventarisatie van wat er al bestond, dat de bestaande organisaties niet kunnen

voldoen aan de vraag om vrijwilligers die regelmatig even de zorg overnemen van een mantelzorger.

Daarom is 'ZorgSaam Oegstgeest' van start gegaan. Men zoekt vrijwilligers die iemand op regelmatige basis gezelschap willen houden zodat de mantelzorger wordt ontlast.

Twee coördinatoren koppelen de aanvragen van hulpvrager en hulpgever aan elkaar. Alles gebeurt in goed overleg met het Steunpunt Mantelzorg. In drie maanden tijd zijn 9 vrijwilligers geworven, die intussen de eerste mantelzorgers geholpen hebben. De vrijwilligers hebben een cursus 'Vrijwillig Vervangende Mantelzorg' gedaan van vier dagdelen.

Meer informatie: ZorgSaam Oegstgeest, coördinatoren Ali Hellinga en Jozien Kuijpers, tel. 06-15094814 op maandag- en donderdagmiddag van 13.30-17.30 uur.

Daadkracht - Unieke samenwerking bij activerend huisbezoek

Esther van der Panne

Vijf Amersfoortse parochies namen het initiatief voor het diaconale project Daadkracht, waarin werd samengewerkt met de afdeling Sensor van Stichting Ravelijn, die mensen ondersteunt die onvoldoende sociale contacten hebben. Via een advertentie werden acht vrijwilligers uit de parochies geworven die een training volgden bij Ravelijn en daarna zes maanden activerend huisbezoek deden bij 50-plussers. Yardena Vermaat, coördinator van Sensor, vertelt dat het vanuit de parochies de bedoeling was om verder te kijken dan de eigen gemeenschap. 'In parochies gebeurt natuurlijk ook vrijwilligerswerk. Door bij ons mee te werken, kijken mensen in de keuken van een andere vrijwilligersorganisatie. Het was de bedoeling om mensen voor een bepaalde periode als vrijwilliger in te zetten. Activerend huisbezoek leent zich daar goed voor, omdat het is afgebakend tot een periode van zes maanden.'

Wat is activerend huisbezoek?

'Als vrijwilliger ondersteun je mensen die zelfstandig wonen en heel veel zelf kunnen, maar last hebben van eenzaamheid. Mensen hebben erg weinig sociale contacten of de contacten die ze hebben zijn erg mager - zoiets als de caissiere bij de supermarkt

die 'goedemorgen' tegen je zegt. De vrijwilligers gaan eens in de twee weken 2-3 uur op bezoek en maken samen met de cliënt een stappenplan hoe die zijn of haar netwerk van contacten kan uitbreiden. Bijvoorbeeld: iemand zou wel aan een fietsclub willen meedoen, maar durft niet goed initiatief te nemen. Je spreekt dan af dat iemand eerst uitzoekt welke mogelijkheden er zijn, dan moet er een telefoontje worden gedaan om informatie te vragen. Durft iemand dat niet, dan kan de vrijwilliger voorstellen dat ze ernaast komt zitten als de cliënt het telefoongesprek voert. Maar iemand moet het wel zélf doen. De vrijwilliger ondersteunt.'

De vrijwilligers zijn van tevoren getraind. Yardena Vermaat: 'Net als alle andere vrijwilligers hebben de vrijwilligers uit de parochies een training van zes dagdelen gevolgd. Daarin komt van alles aan de orde wat je bij je bezoekwerk kunt tegenkomen, zoals: grenzen stellen, communicatie, helpen en geholpen worden, rouw en verlies.' Daarnaast hebben de parochiële vrijwilligers nog twee dagdelen een training gevolgd bij Ellen Hogema via Stichting Vormingswerk Amsterdam. Hogema: 'De eerste bijeenkomst ging over je eigen levensbeschouwelijke en religieuze motivatie, de tweede over wat je doet wanneer er in gesprek met een cliënt. religieuze vragen aan de orde komen. Het was zeer boeiend en ik vind dit een interessant project. Volgens mij is het een unieke samenwerking tussen parochies en een maatschappelijke organisatie.'

Ook Vermaat is enthousiast over de samenwerking en vindt het project voor herhaling vatbaar. 'Het is goed om van elkaar te weten wat je doet. De drempel om contact te leggen met een parochie is voor mij nu veel lager. Wij werken voor iedereen en ik weet niet of mensen geloven en zo ja, welke geloofsovertuiging ze hebben. Maar áls er nu een vraag naar voren komt op dit gebied, kan ik iemand vanuit de parochies vragen of zij iets kunnen doen. Bijvoorbeeld als blijkt dat iemand bij een parochie hoort, maar nooit meer naar de viering gaat en dat eigenlijk wel zou willen. Weer naar de kerk gaan kan ook iemands netwerk vergroten. Natuurlijk ben ik ook blij met de vrijwilligers. En voor hen geldt: zij maken kennis met vrijwilligerswerk, ook met andere vormen dan het activerend huisbezoek want Ravelijn heeft meer afdelingen.'

Meer informatie bij Yardena Vermaat, coördinator afdeling Sensor, Stichting Ravelijn, tel. 033-4613000, e-mail: Y.Vermaat@ravelijn-amersfoort.nl.

INTERVIEW

‘Communicatie is alles’

De Emanuelparochie in Roelofarendsveen/Oude Wetering heeft haar vrijwilligersbeleid op papier gezet, onder het motto ‘Samen werken aan een sterke kerk’. Een deel van het beleid moet nog uitgevoerd worden, maar er gebeurt ook al een heleboel - niet alleen op papier, maar juist in de praktijk.

Fred van der Meer is lid van het kerkbestuur en heeft vrijwilligersbeleid in zijn portefeuille: ‘Je hebt het over meer dan 650 vrijwilligers waar we de zorg voor hebben, dat is enorm.’

Menna Bergenhenegouwen is ook lid van het kerkbestuur en doet daarnaast vele andere taken, zoals de coördinatie van de misdienaars, de voorbereiding op het vormsel, de pastoraatsgroep en de stuurgroep.

De Emanuelparochie bestaat sinds 1 januari 2006 en is ontstaan uit drie parochies, waar bij elkaar dus zo’n 650 mensen als vrijwilliger actief zijn. Er zijn nog steeds drie locaties, maar de aansturing gebeurt vanuit één punt.

Fred: ‘Toen we samengingen, hebben we van alles op elkaar moeten afstemmen. Ook op het gebied van vrijwilligersbeleid. Iedereen heeft eigen gewoontes - de invulling van de contactavond voor vrijwilligers, kerstcadeautjes, afscheidscadeaus. Dat moet je wel gelijk trekken, al is dat niet altijd gemakkelijk.’

Kijken wat past

De parochie heeft nog niet zo’n probleem om vrijwilligers te vinden, al blijkt wel dat mensen gemakkelijker te vinden zijn voor kortlopende klussen.

Fred: ‘Het is belangrijk om niet alleen te kijken naar de mensen die al direct betrokken zijn en elke zondag in de kerk zitten. Toen we in de aanloop naar de fusie mensen nodig hadden voor een projectgroep, hebben wij mede gezocht onder de mensen die niet elke week in de kerk zitten. Daar blijkt óók veel talent te zitten. Dat is toen goed gelukt. En we zijn er later ook in geslaagd om een redelijk jong kerkbestuur bij elkaar te krijgen.

Als bestuurders heb je mensen nodig die ter zake kundig zijn. Het zijn zware functies. Het gaat om grote beslissingen.’

Menna: ‘Je moet kijken wat bij mensen past. Als iemand zegt “ik wil wel wat doen voor de parochie”, dan ga je aan tafel zitten en je vraagt of iemand zelf een idee heeft. Of je probeert uit te

zoeken wat het beste bij iemand past.

Ik wil graag dat mensen binding hebben met de parochie, met het vrijwilligerswerk dat ze doen, dat ze ervoor gaan. Zelf vind ik het belangrijk om kennis door te geven. Bijvoorbeeld bij de misdienaars. Sommigen zijn gekomen toen ze in groep 5 zaten en hebben nu eindexamen gymnasium gedaan. Dan verzin ik functies voor ze, zodat ze blijven.

Aankweken, constant erbovenop zitten, bemoedigen, animeren. Dat is echt nodig.'

10 november Dag van de mantelzorg

Sint-Maarten: patroonheilige van de mantelzorg?



Het feest van Sint-Maarten (11 november) is een populaire datum voor het vieren van een diaconale zondag of diaconaal weekend in een parochie. Sint-Maarten is een van de meest bekende diaconale heiligen en je zou hem ook kunnen als eerste 'mantelzorger'.

Hij deelde immers zijn mantel in tweeën toen hij, nog als Romeins soldaat, een bedelaar in de kou tegenkwam.

Later verscheen Christus hem in een droom, gekleed in diezelfde mantel. Ander raakpunt is de datum: 10 november is uitgeroepen tot de 'dag van de mantelzorg'.

De parochie van Schiedam stelde de viering rond St. Maarten dan ook in het teken van de mantelzorg. In de viering werd speciale aandacht geschonken aan deze vorm van omzien naar elkaar.

Vragen en oppakken

Fred: 'Wij hechten veel waarde aan regelmatige gesprekken met onze vrijwilligers; niet alleen als iemand begint of weggaat, maar ook door tussentijdse voortgangsgesprekken. Verder willen we functiebeschrijvingen gaan maken. Het is belangrijk dat mensen weten wat hun rechten en plichten zijn, maar ook wat hun taak precies inhoudt, hoeveel tijd het kost.

En we willen onze mensen ook goed faciliteren. We hebben bijvoorbeeld geïnvesteerd in computers, in een goede huisdrukkerij. Slecht materiaal werkt heel demotiverend!

Menna: 'Regelmatige gesprekken zijn heel belangrijk, dan kan iemand aangeven hoe het gaat, waar hij of zij tegenaan loopt.

Laatst kreeg ik een signaal dat een vrijwilliger zich ergerde, een beetje op een dood punt zat. Ik heb meteen een gesprek georganiseerd. Iets gekocht om de waardering te tonen omdat hij zijn taak al een groot aantal jaren vervult. Onder de koffie heb ik gevraagd waar hij tegenaan liep en dat bleek op te lossen. Zulke dingen moet je meteen oppakken en aanpakken.

We zijn dit jaar ook begonnen met voortgangsgesprekken met de mensen die een vergoeding krijgen voor hun werk - de leden van het pastoraal team, de dirigenten, organisten. Wij kunnen hen niet op de inhoud van hun werk beoordelen, daar gaat het ook niet om. Maar we kunnen wel vragen: hoe gaat het, waar loop je tegenaan, wat kunnen we daaraan doen. Dat wordt zeer op prijs gesteld.'

Sleutelfiguren

Maar hoe kom je bij zo'n groot aantal vrijwilligers te weten wat er speelt?

Fred: 'Het bestuur is meer op afstand dan vroeger. Als nu, bij wijze van spreken, de bloemen scheef staan, spreek je iemand van de bloemengroep aan, niet iemand van het bestuur.

Alle werkgroepen hebben een contactpersoon. Die zijn aanspreekpunt voor de vrijwilligers en letten erop hoe alles loopt. Zij zijn echte sleutelfiguren.'

Menna; 'De contactpersonen komen jaarlijks bij elkaar en wisselen dan informatie uit en eventuele problemen waar ze tegenaan lopen. Dat werkt prima. Mensen weten zo van elkaar wat ze doen en kunnen elkaar vinden en versterken.'

Opleiding

Menna vindt het belangrijk om te kijken wat mensen in hun mars hebben, ook al hebben zij het momenteel binnen hun werkgroep naar hun zin. Met wat opleiding kunnen mensen bijvoorbeeld doorschuiven naar een andere taak. En je ziet mensen groeien.

Veel mensen doen de pastorale school en er wordt ook wel gebruik gemaakt van ander aanbod vanuit het bisdom en, voorheen, het dekenaat.

Menna: 'Het voordeel van een cursus is: je kijkt over de grenzen van je eigen parochie heen. Ergens anders blijkt het ook leuk. De kerk is breder, je bent met elkaar wereldkerk. En wie eenmaal begint met een opleiding gaat verder, is mijn ervaring.'

Er is in de parochie tot nu toe niet zoveel ervaring opgedaan met ondersteuning en opleidingen van buiten de kerk. Menna vertelt dat ze eenmaal een cursus vergadertechniek heeft gedaan.

'Volgend jaar krijgen een aantal vrijwilligers wel een training gesprekstechniek van een externe cursusleider, voor een nieuw soort bezoekwerk dat we willen gaan doen.' Fred: 'Met de komst van de nieuwe Wet WMO is er, binnen het gemeentelijk overleg, een vertegenwoordiger vanuit het bestuur aangesteld. Daarnaast hebben we goede contacten met scholen.'

In gesprek blijven

Menna en Fred benadrukken dat heus niet alles perfect gaat in hun parochie. Zeker als uit drie parochies een nieuwe ontstaat, loop je tegen allerlei gevoeligheden en gewoontes aan. Communicatie is het sleutelwoord, volgens hen.

Menna: 'Mijn motto is: Wie het doet, mag het zeggen. Je moet mensen in hun waarde laten, dat werkt het beste. Dichtbij de mensen staan. We zijn allemaal een schakel in de gulden liefdeketen, als iedereen z'n eigen schakeltje glanzend houdt, is het goed.'

En communicatie - dat is alles.'

Fred: 'Als je maar in gesprek blijft, lukt alles.'

Interview: Esther van der Panne

Vrijwilliger zijn...

is vrijwillig maar niet verbonden

is verbonden maar niet gebonden

is onbetaalbaar maar niet te koop

is positief denken en doen met als enig doel

voor jezelf en de ander een goed gevoel.

*Voorblad nota vrijwilligersbeleid
Emanuelparochie*

Vrijwilligers in de kerk

Bij de katholieke parochies zijn gemiddeld zo'n 170 vrijwilligers actief met een tijdsinvestering van ruim 3 uur per week. Ter vergelijking: In de protestantse gemeenten zijn dat er gemiddeld 114, met 4 uur per week.

Uit KASKI-cijfers blijkt dat kerkelijke of parochiële vrijwilligers te boek staan als actieve burgers van de samenleving. Naast hun kerkenwerk besteden zij nog eens hetzelfde aantal uren (14 uur per maand) aan vrijwilligerswerk buiten de kerk via mantelzorg, buurtwerk, hulp- en belangenorganisaties, sport en cultuur.

Dr. Lucas Meijs (werkzaam aan de Erasmus-universiteit te Rotterdam) concludeert ten aanzien van kerken, parochies en gemeenten het volgende:

- a. Ook organisaties die zich op levensbeschouwing baseren zullen hun werkzaamheden goed moeten organiseren
- b. Vrijwilligers zetten zich niet (meer) automatisch in voor kerken. Ze zijn kritisch op het gebruik van hun tijd. We moeten er dus niet impliciet vanuit gaan dat iedereen wel een bijdrage zal leveren
- c. De wederzijdse verwachtingen zullen goed helder gemaakt moeten worden
- d. Zet vrijwilligers in voor het werk waar ze zelf zin in hebben, zelf het nut van inzien en waar ze echt waarde toevoegen
- e. Organiseer het vrijwilligerswerk goed: als vrijwilligers twee keer voor niets komen, dan komen ze nooit meer
- f. Organisaties moeten het vrijwilligerswerk flexibiliseren. Je kunt onderscheid maken in:
 - i. Perifere-vrijwilligers: zij zijn op afroep beschikbaar voor kortere en ook verschillende afspraken
 - ii. Kern-vrijwilligers: zij verbinden zich aan een organisatie door langlopende volledige commitment-contracten.

WEBSITES

www.mantelzorg.nl en www.mezzo.nl

Deze websites van de Landelijke Vereniging voor Mantelzorgers en Vrijwilligerszorg bieden veel informatie over mantelzorg, over alle mogelijke vormen van hulp, financiën, werk, wonen. Ook kunnen mantelzorgers in het gastenboek hun verhaal kwijt. U kunt er ook vragen stellen aan medewerkers van de mantelzorglijn.

www.mantelzorg.info

Website van de Steunpunten Mantelzorg in Drenthe, Kampen-Zwartewaterland en Noordwest-Veluwe.

www.informelezorg.nl

Informatie voor vrijwilligers en hulpvragers.

www.jongereenzorgen.nl

Voor jonge mantelzorgers.

www.handjehelpen.nl

Website van instellingen voor Vrijwillige Thuishulp, Buddyzorg en maatjescontact.

http://vrijwilligerswerk.startpagina.nl

Startpagina met overzicht van sites van vele vrijwilligerscentrales (geordend op regio en/of plaats) en informatie voor vrijwilligers.

www.eo.nl/werkindekerk/

Website vanuit de EO, met allerlei artikelen en informatie over vrijwilligersbeleid en ondersteuning in de kerken.

www.vrijwilligerswerk.nl

Landelijk internetportaal voor de vrijwilligerssector. Met dossiers over o.a. WMO, werken met vrijwilligers, trends en onderzoek, wet- en regelgeving.

www.nov.nl

De Nederlandse Organisatie voor Vrijwilligerswerk heeft op haar site een FAQ (veel gestelde vragen met antwoorden) over o.a. vrijwilligersbeleid in organisaties. Met veel verwijzingen naar trainingen en literatuur.

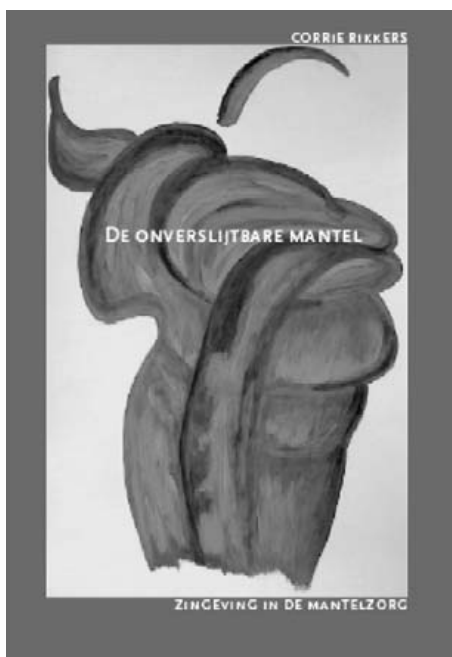
www.movisie.nl

Organisatie voor kennis en advies voor maatschappelijke ondersteuning, op de gebieden leefbaarheid, vrijwillige inzet, huiselijk en seksueel geweld, kwetsbare groepen en mantelzorg. Ook voor ondersteuning bij WMO-projecten.

www.civiq.nl

Projecten en advies op het gebied van maatschappelijke (vrijwillige) inzet. Maakt vanaf 1/1/2007 deel uit van Movisie, maar de website bestaat nog apart. De site biedt voorbeelden van vele projecten.

LITERATUUR EN WERKMATERIAAL



Boek en symposium 'De onverslijtbare mantel'

Diaconaal consulente Corrie Rijkers, werkzaam bij de Protestantse Diaconie in Amsterdam, schreef een boek over zingeving in de mantelzorg, 'De onverslijtbare mantel'. In het boek komen vragen aan de orde als: Hoe hou je het vol als mantelzorger? Hoe kunnen kerken mantelzorgers ondersteunen? Er is ook aandacht voor zorg verlenen in de christelijke traditie en voor wat de Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO) voor mantelzorgers betekent. Ook bevat het boek een complete cursus 'Zin geven aan zorg verlenen'.

Het boek is voor 10 euro (incl. verzendkosten) te bestellen bij Protestantse Diaconie Amsterdam, Nieuwe Herengracht 18, 1018 DP Amsterdam, 020-5353030.

Meer informatie via c.rikkers@diaconie.org en e.schwarz@diaconie.org.

U kunt het boek ook downloaden van de website www.diaconie.org. Op diezelfde site vindt u ook de inleidingen van het symposium over 'zingeving en spiritualiteit in de mantelzorg' waar het boek werd gepresenteerd: Inge van Nistelrooy, moraaltheologe werkzaam bij Relief, hield een inleiding over 'Zingeving in de mantelzorg' en Jurjen Beumer van Stem in de Stad in Haarlem sprak over 'Spiritualiteit in de Mantelzorg'.

Cursusboek Mantelzorg: wat bezielt me?

Deirdre Beneken genaamd Kolmer ontwikkelde de cursus 'Mantelzorg, wat bezielt me?' voor Stichting De Vonk (Tilburg) en de Stichting Mantelzorg Midden-Brabant. De cursus is bedoeld om mantelzorgers samen te helpen zoeken naar hun drijfveren. „Het valt mensen vaak zwaar om langdurig en intensief te zorgen voor iemand van wie ze houden. Praten met lotgenoten over die relatie en over je verantwoordelijkheid lucht op en kan mensen inspireren om dóór te gaan“, zegt Deirdre Beneken.

De gesprekken worden gevoerd aan de hand van speciaal gemaakte schilderijen, dagboekfragmenten en teksten van filosofen over thema's als bezieling en zorgverantwoordelijkheid. Het cursusboek biedt de gelegenheid om je zelfstandig of in groepsverband te bezinnen op de motivatie voor het doen van mantelzorg. Het boek wordt uitgegeven door de Stichting Mantelzorg Midden-Brabant en de Stichting De Vonk en kost 12,50 (excl.porto). Bij de cursus is ook een handleiding verkrijgbaar voor cursusgevers om zes bijeenkomsten te organiseren en te verzorgen in kader van Mantelzorg, wat bezielt me? Prijs: 5 euro.

Te bestellen via www.mantelzorgmb.nl.

Om kracht in zwakte

Een boekje met teksten, tekeningen en gebeden rond ziek zijn.

Een uitgave van de Diocesane werkgroep liturgie Bisdom Groningen. Te bestellen bij Afdeling Pastorale Dienstverlening, Ubbo Emmiusingel 79, 9711 BG Groningen, tel. 050 – 4065888, e-mail: info@bisdomgroningen.nl.

Kerken in lokaal diaconaat

Elise van Hoek-Burgerhart, Marja Jager-Vreugdenhil en Roel Kuiper (red), Nabije naasten. Kerken actief in lokaal diaconaat, Uitgeverij De Vuurbaak, Barneveld, 2007.

Deze publicatie van Sensor en de NPV kwam tot stand in samenwerking met diaconale vertegenwoordigers van de Christelijk Gereformeerde Kerken, de Gereformeerde Gemeenten en de Gereformeerde Kerken (vrijgemaakt), en met de Evangelische Alliantie. De bundel gaat in op allerlei vragen die de komst van de WMO losmaakt ten aanzien van de taken van de kerk in de lokale omgeving. Besteladres: Uitgeverij De Vuurbaak, Postbus 257, 3770 AG Barneveld, tel. 0342 – 411731. Website: www.vuurbaak.nl Prijs: 11,90 euro.

GRENZEN

Je kunt niet altijd paraat zijn.
Je kunt niet altijd klaar staan.

Ook helpen kent zijn grenzen.
Ook er-zijn voor de ander kent grenzen.

Je hebt ook eigen tijd nodig.
Tijd om bij jezelf te zijn.
Tijd om op adem te komen.

Niemand kan totaal worden opgeëist.
Alles heeft zijn tijd en zijn eigen grenzen.

Je kunt elkaar beter helpen en tot steun zijn,
als de een de ander niet opeist, een eigen tijd gunt,
als je elkaar ook een eigen leven gunt.

Marinus van den Berg