

Zorg dragen voor elkaar is vaak heel gewoon binnen een gezin, maar nooit is het vanzelfsprekend. Daarom organiseert het Zorgloket van Londerzeel praattafels en vormingsmomenten voor mantelzorgers, koffiesalons voor mensen die geconfronteerd worden met kanker, chronische ziekte, rouw of verlies, en ontmoetingsmomenten voor jonge gezinnen met een zorgenkind. Dit vindt allemaal plaats in het Zomerhuis. Ook jongeren tussen twaalf en achttien jaar kunnen er terecht om beter te leren omgaan met verlies en om herstelgericht door het leven te gaan.

In het Zomerhuis is verdriet geen taboe



zorg of het zorgcontract. Er is ruim tijd voor vragen, bedenkingen en ervaringen.

Huilen en lachen

'Mantelzorgers willen daarnaast ook hun verhaal kwijt,' zegt Els Pas. Daarom startte het Zorgloket in het na-

jaar van 2017 met koffiesalons: maandelijkse ontmoetingsmomenten voor mensen en familieleden van mensen die worden geconfronteerd met kanker, chronische ziekte, afscheid nemen en verdriet. In een vertrouwelijke sfeer delen de mensen hun ervaringen, leren ze van elkaar en steunen ze elkaar. De koffiesalons werden gecreëerd in samenwerking met Kom op tegen Kanker, Hedera Klein-Brabant, een lotgenotengroep voor mensen die met borstkanker in aanraking kwamen, en ConTempo, een vzw die rouwzorg-

trajecten organiseert voor mensen die met hun verdriet alleen achterblijven en niemand meer vinden om erover te praten.

In de koffiesalon ontmoet ik Anny en Viviane, twee vrijwilligers die de ontmoetingsmomenten begeleiden. Allebei verloren ze enkele jaren geleden hun levenspartner. 'Woorden geven aan je verdriet doet veel,' legt Anny uit. 'Ik probeer dat af te schermen voor mijn kinderen en kleinkinderen, want je hebt niet het recht hen voortdurend mee te slepen in je verdriet. Maar hier in het Zomerhuis hoef ik mijn verdriet niet af te schermen en is het net goed dat ik erover kan praten.' Viviane is het ermee eens. 'Als je blijft treuren, verlies je al je kameraden. Maar zwijgen maakt je verdriet dubbel zo hard. Het een plek geven daarentegen, zoals hier in het Zomerhuis, lucht op.' 'Soms vragen de mensen mij wat ik in het Zomerhuis ga doen,' zegt Anny. 'Of ik de miserie opzoek. Je komt van de miserie en je gaat naar de miserie, zeggen de mensen dan. Op zulke momenten

'Alles begon met de mantelzorgpremie,' zegt projectleider Els Pas van het OCMW. 'Mensen kunnen die jaarlijks aanvragen, tussen 1 en 30 september. Telkens krijgen we dan ook veel vragen over toegankelijke informatie over de voorzieningen, de premies en de tegemoetkomingen, maar ook over manieren om het positief te blijven volhouden, jezelf niet kwijt te geraken, grenzen te stellen, de balans tussen zorg voor anderen en zelfzorg te bewaken. Dat was en is voor ons de aanzet om regelmatig vormingsmomenten voor mantelzorgers te organiseren.' Daarna volgden de praattafels voor mantelzorgers, in samenwerking met de erkende mantelzorgorganisaties in Vlaanderen. Mantelzorgers ontmoeten elkaar bij een kopje koffie, terwijl een spreker tips geeft over een welbepaald thema, zoals ontspoorde zorg, respijt-

Vrijwilliger Viviane:

'Als je blijft treuren, verlies je al je kameraden. Maar zwijgen maakt je verdriet dubbel zo hard. Het een plek geven daarentegen, zoals hier in het Zomerhuis, lucht op.'

Tijdens de ontmoetingsmomenten in het Zomerhuis nemen de jongeren zelf de leiding in het verliesgericht en herstelgericht proces dat zij doorlopen. Het komt erop aan naar hen te luisteren, er voor hen te zijn, zodat ze hun gevoelens herkennen en erkennen.

vraag je je wel eens af of je wel goed bezig bent. Maar als ik hier ben, voel ik mij zoveel sterker. Miserie? Er wordt gehuild en gelachen. Dit kun je toch niet op straat uitbazunen?’

Het taboe van jong verdriet

Ook kinderen, jongeren en jongvolwassenen krijgen steeds vaker te maken met het plotse overlijden of een overlijden na een slepende ziekte. Daarom organiseert het Zorgloket één middag per maand een ontmoetingsmoment voor jongeren tussen twaalf en achttien jaar. Tijdens creatieve sessies in het Zomerhuis leren ze omgaan met verlies in hun dagelijks leven. Dit beperkt zich niet tot het overlijden van een geliefde. Het kan ook gaan over een relatiebreuk, vriendschappen die ophouden, een sociaal netwerk dat je verliest doordat je afstudeert, verandert van werk of verhuist. Het is belangrijk de confrontatie met het verlies aan te gaan, er betekenis aan te geven, gevoelens te erkennen en een plaats te geven, los te laten en herstelgericht opnieuw deel te nemen aan een veranderende wereld, nieuwe dingen te doen, een nieuwe identiteit aan te nemen, relaties te herdefiniëren of nieuwe relaties aan te gaan. De ontmoetingen in het Zomerhuis kunnen in die optiek een opstap zijn naar het aanbod van Missing You. (www.missingyou.be)

Omwille van hun privacy kan ik geen sessie met de jongeren meemaken, zo leggen de vrijwillige begeleiders Ann en Pats uit. Ann heeft als psycholoog ervaring met geestelijke gezondheidszorg en met revalidatie van kinderen met een gedragsproblematiek. Pats werkt als ‘hoopverlener’ in de jeugdhulpverlening. Ze is ook actief binnen de Eigen Kracht Conferenties. Allebei wonen ze in Londerzeel.

Pats en Ann willen zeker niet in de plaats treden van de zorgprofessional. ‘We laten het veilige kader van de hulpverlening los,’ zegt Pats. ‘Net zoals de jongeren zetten we onze eigen kwetsbaarheid, onze eigen beperkingen in. Dat is puur en authentiek, dat voelen de jongeren heel sterk aan. Voor hen is dat een veilige context en daardoor stellen ze zich open.’ Voor Ann is dit ook afstand nemen van paternalisme: ‘Dikwijls weet de hulpverlener het zoveel beter. Maar hier laten wij dat los. Dit veronderstelt wel dat je als mens sterk in het leven staat.’

Tijdens de ontmoetingsmomenten in het Zomerhuis nemen de jongeren zelf de leiding in het proces dat zij doorlopen. Het komt erop aan naar hen te luisteren, er voor hen te zijn, zodat ze hun gevoelens herkennen en erkennen. Af en toe bevragen Pats en Ann de jongeren ook. In het besef dat mensen willen huilen en hun verdriet willen voelen. Totaal het tegenovergestelde dus van snel van onderwerp veranderen of het heikele onderwerp uit de weg gaan, clichés gebruiken zoals ‘tijd heelt alle wonden’, ‘je moet sterk zijn’, ‘ik begrijp het’ of zelf invulling geven aan wat de jongere nodig heeft.

Voor Pats betekent dit tijd nemen: ‘Pas dan treed je met elkaar in verbinding. Niet zozeer om te praten, wel om samen iets te doen: een broodje eten, naar muziek luisteren, teksten lezen, collages maken. Er is heel veel verdriet bij jongeren en dat is taboe. De huidige cultuur van de sociale media waarin alles perfect is en iedereen zich van zijn mooie en succesvolle kant laat zien, is daar wellicht niet vreemd aan. In die optiek is het Zomerhuis voor hen een vrijplaats, een plek waar ze niks te verliezen of te winnen hebben, maar waar ze wel mogen en kunnen “zijn”. Soms

zien we hier en daar een therapeutisch effect, maar dat is alleszins niet de intentie. “Zijn” is veel belangrijker.’

Zorgenkinderen

Els Pas organiseert in het Zomerhuis ook twee keer per jaar een ontmoetingsmoment voor jonge gezinnen. ‘Dit doen we samen met Magenta, zij geven ouders instrumenten om hun zorgende taak te vervullen en te combineren met andere taken, zoals werken. Ouders hebben veel aan die lotgenotencontacten: ze ondervinden dezelfde problemen bij het aanvragen van tegemoetkomingen, of in hun zoektocht naar de juiste hulpverlening, de juiste hulpmiddelen, de juiste school. Ze ervaren snel dat ze in vergelijkbare situaties zitten en geven elkaar tips. We werken ook rond bepaalde thema’s, zoals de wetgeving over de nieuwe vakantieregeling.’

Als mij één ding duidelijk wordt tijdens mijn bezoek aan het Zomerhuis, dan is het dat het met een zeer breed aanbod, van vorming tot ontmoeting, inspeelt op vragen en behoeften van jong tot oud, van mantelzorgers, van gezinnen en van mensen met een handicap en hun omgeving. Het Zomerhuis werkt samen met tal van organisaties omwille van hun expertise. Zo werken ze in de toekomst ook samen met !Drops, een sociaal innovatiebureau uit Gent, om op vernieuwende manieren mantelzorgers te bereiken. Bijvoorbeeld door een onlineplatform met chatfunctie en een heuse ‘MantelzorgHub’ te ontwikkelen. Om al die redenen werd het Zomerhuis in 2018 genomineerd voor de allereerste ZiA (Zorg in Actie). De ZiA bekroont de creativiteit en inzet van lokale besturen voor zorg en is een initiatief van de VVSG. ■

DANY DEWULF IS STAFMEDEWERKER INCLUSIE EN VERMAATSCHAPPELIJING VAN ZORG BIJ DE VVSG

Els Pas, T 052 30 36 16, zorgloket@londerzeel.be
Het Zomerhuis - OCMW Londerzeel,
Mechelsestraat 55 - 1840 Londerzeel