

Manteling jaarverslag 2024

1. Inleiding

|||| IN BEWEGING EN VERANDERINGEN

Zoals directeur Mira Weber aangaf in het jaarverslag van 2023, zou 2024 een jaar van verandering zijn. Eén van de veranderingen was dat Mira zelf Manteling ging verlaten en er een nieuwe opvolger zou komen. In augustus ben ik gestart als directeur en ik kan niet anders zeggen dan dat Mira gelijk had door te zeggen dat Manteling een prachtige organisatie is met een gepassioneerd, positief team, met veel kennis en ervaring, specialisten in hun vak.

Beweging en verandering was er ook in de manier van werken. In 2024:

- heeft het team efficiënter leren werken met LEAN,
- zijn mooie projecten succesvol afgerond,
- hebben we nu naast de locatie in de Zeeuwse Bibliotheek een werklocatie in Serooskerke in de gemeente Veere,
- zijn we lid van de Zeeuwse Zorgcoalitie, trekken we op met verschillende partijen, versterken we de samenwerking en brengen we het belang van mantelzorg-ondersteuning breed onder de aandacht.

Het volgen van het LEAN-traject met het team heeft zijn vruchten afgeworpen. Er wordt efficiënter gewerkt, taken beter verdeeld, op de server is een betere mappenstructuur ingericht, etc. Komend jaar gaan we verder inzetten op de Plan/Do/Check/Act. Dit betekent dat evalueren en bijstellen vaste onderdelen gaan worden van onze werkwijze. Dit geldt ook voor de projecten die we hebben afgerond, het is leren en verbeteren. Verderop in het jaarverslag leest u meer over deze projecten.

In het derde kwartaal kreeg Manteling naast de locatie in de Zeeuwse bibliotheek in Middelburg ook een fysieke plek in Serooskerke in de gemeente Veere. Op deze locatie werken we naast en met de organisaties Welzijn Veere, Vizita en de WMO gemeente Veere. Een mooi initiatief waarin we elkaar snel weten te vinden en wat de samenwerking ten goede komt.

We kijken met een goed gevoel terug op 2024 en kijken met net zoveel energie en passie uit naar 2025.

Michaela Vlot, directeur



|||| VANUIT HET BESTUUR

Het jaar 2024 was spannend voor onze organisatie omdat directeur Mira Weber te kennen gaf dat ze wilde stoppen met haar functie. Het is heel begrijpelijk dat je na zoveel jaren je blik wilt verruimen. Toen wij als bestuur wat bekomen waren van de schrik, zagen wij het ook wel als een kans voor Manteling. Voor de organisatie, maar ook voor onze relaties, is het goed als er met een 'frisse blik' gekeken wordt naar wat wij

doen en waarom. En ook naar de financieringsstromen en of die in de pas lopen met de hoeveelheid werk en de loonkosten.

Het was een grote uitdaging om een professional te vinden die al onze (complexe) processen aan kan sturen, en dat is gelukt. Zowel het personeel als het bestuur waren het er unaniem over eens dat Michaela Vlot de klus zou kunnen klaren.

Zoals het voor ieder bestuur verplicht is, hebben wij ook in het najaar kritisch gekeken naar ons eigen functioneren. Wij willen een bestuur op afstand zijn, maar wel betrokken bij de dagelijkse gang van zaken. Wij hebben besloten dat we beleidsmatig meer ondersteuning gaan bieden aan de directeur. De reden hiervoor is dat wij ons verder willen ontwikkelen als organisatie. De zorg is in beweging en vraagt om verandering. Door de zorgkloof die is ontstaan door personeelskrapte in de zorg, wordt het appèl op de informele zorg groter. Belangrijk is dat we met ons aanbod aansluiten bij de toenemende vraag om voor een ander te zorgen. Daartoe dienen wij onze kennis en kunde om te zetten in producten die bedrijven ondersteunen om zo werk en mantelzorg te kunnen blijven combineren. Dat is voor een organisatie een mooie uitdaging en daar zetten we op in.

Ineke van Rijswijk, voorzitter bestuur Manteling

2. De vrijwilligers in 2024

Sinds 1995 zet Manteling vrijwilligers in bij kwetsbare burgers. Zij vormen het warme hart van de organisatie; zij gaan het contact aan, zij bieden een luisterend oor, oprechte aandacht en hun tijd aan de ander. Samen met een ander wordt het makkelijker voor een hulpvrager om iets te gaan ondernemen, een stuk te wandelen, naar een museum te gaan, een terrasje te pakken of bijvoorbeeld een kringloopwinkel te bezoeken. Het maatje is dan echt een steuntje in de rug om die stap naar buiten te zetten. Maar thuis een gesprek met een bakje koffie of samen een spelletje doen, is ook al heel steunend. Er ontstaat een betekenisvol contact dat waardevol is voor zowel de hulpvrager als voor de vrijwilliger. En in veel gevallen krijgt ook de mantelzorger met de komst van een vrijwilliger ruimte en tijd voor zichzelf. In de gebieden Middelburg Noord, Middelburg Zuid en Veere zijn nieuwe maatjescontacten gestart en andere koppelingen zijn nog even doorgelopen. We zouden nog veel meer bezoekmaatjes willen koppelen, het werven van nieuwe vrijwilligers is daarbij prioriteit nummer één.

“Ik ga altijd met een fijn gevoel op bezoek bij mijn maatje, het betekent dat de mantelzorger een paar uur ontlast wordt van de zorg, dat wordt erg gewaardeerd. Ik voel me nuttig en het is heel erg helpend om de situatie draaglijk te houden.”

■■■ STUDENTEN

Elk jaar worden HZ-studenten Social Work en Pedagogiek ingezet als vrijwillig maatje. Zij worden gekoppeld aan hulpvragers in de gebieden (Middelburg Noord, Middelburg Zuid en Veere) en bij Maatje voor Jou! De negen studenten van de HZ University of Applied Science, die eind 2023 begonnen met hun inzet als vrijwilliger, hebben deze afgerond in juli 2024. Eén student is gestopt in april, omdat de koppeling toch niet passend bleek.

Twee studenten hebben besloten door te gaan met hun inzet als vrijwilliger. De overige zes inzetten zijn in juli goed afgerond. In maart en juni zijn twee intervisiebijeenkomsten georganiseerd, waarbij de studenten ervaringen met hun maatjescontact konden uitwisselen. Besproken werd: 'welke situaties kom je tegen, hoe ga je daarmee om en wat leert het vrijwilligerswerk jou'.



In september 2024 is gestart met de werving van een nieuwe lichte eerstejaars HZ-studenten. Pedagogiek-studenten hebben ons kantoor bezocht om meer te leren over jongeren die opgroeien met mantelzorg, ook wel jonge mantelzorgers genoemd en over het jongerenwerk bij Vizita. Voor de studenten was een circuit uitgezet om te beleven hoe het is om jonge mantelzorger te zijn en hoe je in de knel kunt zitten. Studenten hebben geleerd dat het opgroeien met mantelzorg impact heeft op het kind/jongere. Het bieden van een luisterend oor en alleen al de vraag "Hoe gaat het met jou?", doet meer dan je denkt!

Daarnaast gaven twee collega's een korte presentatie bij de opleiding Social Work om studenten enthousiast te maken voor het vrijwilligerswerk. Uiteindelijk hebben twee studenten Pedagogiek en zes studenten Social Work de introductietraining afgerond en zijn zij in het laatste trimester gekoppeld aan een hulpvrager. Vier studenten zijn ingezet bij Maatje voor Jou!, twee als maatje in Veere en twee in Middelburg Noord. Hun inzet loopt tot en met juli 2025.

|||| BOODSCHAPPEN EN BEGELEIDING

De boodschappen- en begeleidingsdienst bestaat uit het halen van boodschappen met of voor de hulpvrager en het begeleiden van een hulpvrager naar een zorgmoment. De inzet van een vrijwilliger bij iemand die deze dienst nodig heeft, kan structureel zijn of incidenteel. Doorgaans zijn de meeste hulpvragen om boodschappen structureel. De vragen om begeleiding naar een zorgverlener zijn daarentegen meestal incidenteel. In zo'n geval wordt bij iedere hulpvraag een nieuwe vrijwilliger gezocht. Sommige hulpvragers zijn al bij Manteling bekend en worden vaak aan dezelfde vrijwilliger gekoppeld. In 2024 zagen we een lichte toename in het aantal aanvragen voor Begeleiding en Vervoer.

|||| KOFFIETIJD

Bij Koffietijd ontmoeten kleine groepjes hulpvragers elkaar onder de begeleiding van een vrijwilliger. De ontmoetingen vinden om de week plaats in huiselijke sfeer bij onze vrijwilligers thuis. Daarbij gaat het om betekenisvol contact, het delen van verhalen en een luisterend oor. De twee groepen die twee jaar geleden zijn gestart zijn ondertussen uitgebreid naar vier groepen met in totaal 10 deelnemers. Er waren begin dit jaar



verschillende hulpvragers uit de wijk Dauwendaele. Het is ons dit jaar gelukt om ook een vrijwilliger te vinden in die wijk! Eén van de groepen, gaat eens in de maand samen eten bij Resto van Harte.

|||| NETWERKCOACHING

Een sociaal netwerk maakt je wereld groter en is voor iedereen van belang omdat we elkaar nodig hebben. Voor aanspraak, hulp of ondersteuning. Door middel van gesprekken en de methodiek 'Natuurlijk een netwerkcoach' kan een vrijwillige netwerkcoach iemand helpen om de eigen contacten te versterken of uit te breiden. De netwerkcoaches komen jaarlijkse vier keer bij elkaar voor een intervisiebijeenkomst voor de verdere ontwikkeling in het coachen en leren van elkaar. We hebben dit jaar vier aanvragen gehad waarbij we drie trajecten zijn gestart.

|||| MAATJE VOOR JOU!

Bij Maatje voor Jou! worden vrijwilligers als maatje ingezet bij jonge mantelzorgers en jonge hulpvragers. Zij zijn tussen de 8 en 24 jaar oud en krijgen van hun maatje een luisterend oor of een steuntje in de rug en ondernemen samen leuke activiteiten. In het studiejaar 2023/2024 waren er vijf koppelingen tussen jonge mantelzorgers/hulpvragers en studenten van de opleiding Pedagogiek en Social Work van de HZ. Deze koppelingen liepen door tot juli 2024. In 2024 zijn er drie nieuwe aanmeldingen bijgekomen van kinderen/jongeren die op zoek zijn naar een maatje.

|||| BEZOEKVRIJWILLIGERS OP GEBIEDSNIVEAU

Tot het jaar 2023 werden onze bezoekvrijwilligers of maatjes ingezet bij de diverse doelgroepen van hulpvragers, zoals bij mensen met dementie, mensen met een psychische kwetsbaarheid of een chronische beperking. In 2023 hebben we de doelgroepen losgelaten en gingen we ons werk indelen in het werken in gebieden. De woonplaats van de hulpvrager werd leidend: ons werkgebied werd ingedeeld in de gebieden Middelburg Noord, Middelburg Zuid en de gemeente Veere. De focus kwam te liggen op het maken van de best mogelijke match i.p.v. op het ziektebeeld van de hulpvrager. Ook in 2024 heeft Manteling op deze wijze meegebouwd aan sterke,



weerbare buurten waar bewoners naar elkaar omkijken, zich organiseren en minder snel een beroep doen op de zorg. Hierin werken we nauw samen met collega's van Vizita, die vanuit 'Welzijn op Recept' of maatschappelijk werk vaak een beroep op ons doen, zowel voor mantelzorgondersteuning als een vraag om vrijwilligers. Steeds proberen we de best mogelijke match te maken, niet vanuit het ziektebeeld van de hulpvrager, maar vanuit wederzijdse wensen en verwachtingen.

Hulpvragers worden bezocht door een vrijwillig coördinator voor een kennismaking en intakegesprek. Daarin worden onder meer de wensen en verwachtingen ten aanzien van een vrijwilliger en activiteiten besproken. Tijdens een intake met een professionele coördinator wordt ook aan vrijwilligers gevraagd naar wensen en verwachtingen t.a.v.

het maatjescontact. Veel vrijwilligers zijn in meerdere gebieden inzetbaar. Dat vergroot de mogelijkheden om een passende match te maken met een hulpvrager.

Met alle vrijwilligers is intensief contact via groepsbijeenkomsten en individuele contacten. Jaarlijks zijn er minimaal vier bijeenkomsten waar onder leiding van de coördinatoren kennis en ervaringen kan worden uitgewisseld. Dit naast de door ons aangeboden cursussen, workshops en activiteiten voor alle vrijwillig maatjes en coördinatoren.

III FLEXIBELE INZET

Een landelijke trend rond het vrijwilligerswerk, is dat vrijwilligers flexibeler willen zijn in hun vrijwilligerswerk. Liever maken ze geen vaste of regelmatige afspraken maar kiezen ze zelf wanneer ze vrijwilligerswerk doen. Ook hadden hulpvragers die bij Manteling op de wachtlijst staan, de wens om een keer met iemand op stap te gaan zoals naar het strand, naar een winkel of naar de Intratuin. Met flexibel inzetbare vrijwilligers kunnen we tegemoet komen aan deze wens.

Hulpvragers die al bij Manteling bekend zijn, konden vanaf augustus 2024 gebruik maken van een eenmalige inzet van een vrijwilliger om samen een ochtend of middag op stap te gaan. Afgelopen jaar hebben twee hulpvragers hier gebruik van gemaakt.

3. Mantelzorg Informatief

III MANTELZORGLUNCH GEMEENTE VEERE

Op 19 september hebben 20 Veerse mantelzorgers geluncht met wethouder sociaal domein Bert Tuk en met beleidsmedewerkers en WMO-consulenten van WMO Veere. Deze lunch wordt elke twee jaar georganiseerd om mantelzorgers in contact te brengen met medewerkers van hun gemeente.

De lunch werd verzorgd door Bij de Koster in Westkapelle. Wethouder Tuk heeft de lunch geopend met een woord van waardering naar de aanwezige mantelzorgers. Daarna gingen hij, de beleidsmedewerkers, WMO-consulenten en coördinatoren van Manteling in gesprek met de mantelzorgers. Zij spraken over de knelpunten die ze tegenkomen in hun mantelzorg, welke ondersteuning de gemeente zou kunnen geven en stelden hun vragen aan de gemeente. Mantelzorgers vonden herkenning bij elkaar en een luisterend oor vanuit de gemeente. Het was voor alle betrokkenen een waardevolle middag.



III TRAININGEN/CURSUSSEN in 2024

Manteling biedt jaarlijks een aanbod van cursussen, trainingen en bijeenkomsten voor mantelzorgers. In 2024 hebben we de meeste cursussen die we jaarlijks voor mantelzorgers verzorgen, kunnen geven. Zoals 'Omgaan met iemand met dementie', 'Opgeruimd mantelzorgen', 'Chocolade workshop', Workshop 'Slapen als een marmot',

Workshop 'de kracht van ontspanning', Workshop 'Bordje vol', 'Omgaan met iemand met psychische problemen', 'Omgaan met iemand met NAH', Training fysieke belasting en een uur V. Enkelen zijn hieronder uitgelicht.

Omgaan met dementie

Tijdens de cursus '**Omgaan met dementie**' ligt de nadruk op het vergroten van kennis van de diverse dementiële beelden, zoals het omgaan met het veranderde gedrag en de communicatie. Ondanks dat de groep in april maar 6 deelnemers had, was de diversiteit aan verschillende vormen van dementie groot en konden de deelnemers elkaar vinden door het delen van hun ervaringen. Telkens weer blijkt de kracht van het delen van ervaringen met lotgenoten en het vergaren van kennis over het omgaan met het ziektebeeld van een familielid. Het vermogen om rustig te blijven, ergens niet tegenin te gaan, de ander niet te verbeteren, de dag te nemen zoals die komt en te genieten van de momenten die goed zijn, blijkt van onschatbare waarde te zijn. Net als steun van het netwerk. Dit vraagt van een mantelzorger om met mensen uit de eigen kring te delen wat er speelt, maar ook om de persoon met dementie in zijn waarde te laten en te blijven betrekken bij wat nog wel lukt. Het vinden van een nieuwe balans is een grote uitdaging waar mantelzorgers voor staan. In de cursus komen al deze aspecten aan de orde. De cursus wordt altijd goed gewaardeerd door de deelnemers.

Chocolade workshop

Deze workshop was een doorslaand succes. Tijdens drie goedgevulde ontspannen bijeenkomsten hebben mantelzorgers lekkere chocolade bonbons en pindarotsjes gemaakt. Een groep jonge mantelzorgers ging met een eigen workshop rond Pasen paaseieren versierd.

Slapen als een marmot

De zaal zat vol met mantelzorgers die waren afgekomen op het thema 'Slapen als een marmot'. Het blijkt voor veel mensen een groot probleem om een goede nachtrust te hebben als zij in een zware mantelzorgsituatie zitten. Velen hebben problemen met inslapen, doorslapen, nachtelijk zweten, dromen, piekeren, vaak moeten plassen, in de nacht oplopen, warme melk drinken, etc. Het kwam allemaal aan de orde hoe lastig het is om een goede nachtrust te hebben terwijl die zo nodig is als je voor een ander moet zorgen. De cursusleider had een mooie opbouw in haar presentatie waar veel informatie gedeeld werd over wat er gebeurt met je lichaam en je geest tijdens het slapen. Veel tips werden uitgewisseld en de mantelzorgers gingen met een berg aan informatie naar huis om nieuwe mogelijkheden te proberen zodat het slapen weer beter lukt.



De kracht van ontspanning

Op een winderige avond in mei gingen we met een groep mantelzorgers naar de Workshop 'de kracht van ontspanning' die gegeven werd door Monica van de Vreugde. Monica is fysiotherapeut en yogalerares en heeft haar eigen praktijk waar wekelijks tientallen mensen komen voor therapie en ontspanning. Veel mantelzorgers zitten in een situatie waar voortdurend een beroep op hen wordt gedaan, gepland en onverwacht. Dit maakt ontspannen leven tot een grote uitdaging. Bij de start van de workshop werd geïnventariseerd wat energie kost en wat energie geeft. Thema's die werden genoemd: op tijd signaleren wat waardevol is, tijd voor jezelf maken, dingen doen die energie geven i.p.v. energie kosten en zoeken naar een goede balans. Daarna gingen we o.l.v. Monica allerlei verschillende ontspanningsoefeningen doen, daarbij bewust lettend op de ademhaling, de spieren en een ontspannen houding. We gingen naar huis met een A4 vol oefeningen die ook thuis gedaan kunnen worden. Het was een waardevolle en ontspannen avond.

Cursus Omgaan met iemand met psychische problemen

Een grote groep van elf deelnemers, waaronder twee stellen, heeft deze cursus gevolgd. De meeste deelnemers waren intensief zorgende mantelzorgers. Er deden opvallend veel ouders mee van (jong) volwassen kinderen met forse problemen. Het blijft een uitdaging voor mantelzorgers om de aandacht op zichzelf te leggen in plaats van vooral met de verzorgde bezig te zijn.

Training Fysieke Belasting

In februari, maart en november werden drie trainingen Fysieke Belasting georganiseerd. Tijdens deze trainingen worden vrijwilligers (werkzaam in het hospice of bij mensen in de laatste levensfase thuis) en mantelzorgers geschoold om iemand goed te

Training Fysieke belasting

Zorg je voor een naaste die bedlegerig is, in een rolstoel zit of anders fysiek beperkt is? In de training "Fysieke belasting" leer je op een juiste wijze de ander te ondersteunen zonder jezelf onnodig te belasten.

De training duurt 3 uur en is bedoeld voor mantelzorgers én vrijwilligers. Aanmelden via info@manteling.nu of 0118 55 35 30 (9.00-13.00 uur) o.v.v "Fysieke belasting + datum". Meer informatie op onze website!



0118 553530 | www.manteling.nu



ondersteunen en te verzorgen zonder zichzelf onnodig te belasten. Wanneer iemand een naaste helpt bij de persoonlijke zorg kan dat immers fysiek behoorlijk zwaar zijn. Tijdens de training krijgen deelnemers praktische tips over de juiste lichaamshouding tijdens de verzorging. Hoe ondersteun je iemand tijdens het lopen, tijdens het opstaan vanuit een (rol)stoel of tijdens een verplaatsing van lig naar zit vanuit een bed? Of hoe verzorg je iemand in bed, bijvoorbeeld bij het geven van eten en drinken? Wilma Klopmeijer, coach fysieke belasting van Amarijn, geeft op luchtige wijze instructies en de

deelnemers oefenen op elkaar. In het instructielokaal aan de Hermesweg in Vlissingen staan een rolstoel en bedden klaar. Het is verbluffend om te ervaren hoe belangrijk een goede houding is bij het tillen en het helpen aan bed of in een rolstoel. Het blijkt

belangrijk om als het ware mee te bewegen, een soort van 'dansen', aldus Wilma. Doordat de groep een mengeling is van vrijwilligers en mantelzorgers ontstaat er een fijne sfeer van elkaar helpen en meedenken. Zo had een mantelzorger een probleem met het helpen van haar partner in en uit bed. Door hier samen oplossingen voor te bedenken, kon zij hier thuis verder mee aan de slag. De deelnemers gingen telkens tevreden naar huis.

Workshop 'Bordje Vol'

In het deelcafé 'Bie de Buren' in Arnemuiden komen mantelzorgers vier keer per jaar bij elkaar om met elkaar te praten onder het genot van een kopje koffie of thee en iets lekkers. In september werd er de workshop 'Bordje Vol' aangeboden. Bordje Vol geeft mantelzorgers spelenderwijs inzicht in hun energievreters en energiegevers, welke veranderingen er wenselijk zijn en wie daar eventueel bij kan helpen. Acht mantelzorgers uit Arnemuiden gingen met de kaarten aan de slag. Ze kregen meer duidelijkheid over wat ze allemaal doen en dat was soms best een 'eyeopener'. Ook werd hen duidelijk welke taken hen energie kosten, waar ze juist energie van krijgen en waar ze helaas niet meer aan toekomen door de mantelzorgsituatie. Er ontstond een fijn gesprek onderling en het gaf de deelnemers tevens lucht om het er met een ander over te kunnen hebben. Ook kwamen er ideeën vrij; welke activiteit die je weer zou kunnen oppakken (een kleine stap) kan je draagkracht vergroten? Om zo goed voor jezelf te zorgen? Alles met als doel om in balans te blijven en overbelasting te voorkomen.

Uur V(eerkracht)

In oktober zijn we zowel in Middelburg als in Serooskerke met een Uur V(eerkracht) begonnen als maandelijks terugkerende activiteit. Tijdens deze bijeenkomsten gaan we met een kleine groep mantelzorgers in gesprek over wat hen bezighoudt en om herkenning en erkenning te ervaren. Een mantelzorger is druk met het zorgen voor een naaste maar zorgt die ook goed voor zichzelf?

De gesprekken werden geleid door een geestelijk verzorger vanuit Het Huis van de Levensvragen en een coördinator mantelzorgondersteuning van Manteling.

Wat is Uur V? De V staat voor Veerkracht, Verhaal, Verbinden, Vol, Veel en Vrijuit spreken. Er wordt vanuit het gedachtengoed van Positieve Gezondheid naar ieders veerkracht gekeken. Per keer is er ruimte voor vier tot vijf deelnemers om ervaringen uit te wisselen met elkaar. Mantelzorgers ervaren dat het troostrijk en fijn is om met anderen van gedachten te wisselen en tijd voor zichzelf te maken. En om in een andere setting te kijken wat ze kunnen doen om goed voor zichzelf te zorgen.

4. Mantelzorgondersteuning

IIII INDIVIDUELE ONDERSTEUNING

Naast groepsgerichte activiteiten zoals cursussen, trainingen en workshops, bood Manteling in 2024 individuele ondersteuning aan mantelzorgers.

Mantelzorgers ervaren bijvoorbeeld problemen op emotioneel vlak, zoals bijvoorbeeld schuldgevoel, het niet durven vragen om hulp of gevoelens van overbelasting.

De individuele ondersteuning door Manteling kent vele vormen, variërend van een vraag beantwoorden aan de telefoon tot persoonlijke gesprekken bij iemand thuis of op kantoor. Tijdens een coachingsgesprek bieden we handvatten om de balans tussen zorgtaken en privé/werk te verbeteren of te herstellen. Hierdoor krijgt de mantelzorg meer zicht op zijn of haar energievreters en -gevers. De mantelzorg ervaart meer grip en krijgt meer zicht op bijvoorbeeld de mogelijkheid tot het inschakelen van zijn netwerk. “Je hoeft het niet alleen te doen”, is hierbij een belangrijke boodschap. We gebruiken hiervoor de ACT-methodiek (Acceptance Commitment Therapy). Dit is een gedragstherapie die mensen helpt om op een flexibele manier om te gaan met obstakels en tegelijk te blijven investeren in dingen die ze echt belangrijk vinden.

“Ik vond dat ik er altijd moest zijn. Ik heb geleerd om grenzen te stellen, waardoor ik nu beter voor mezelf zorg. Daardoor kan ik de zorg beter volhouden, wat geeft dat rust!”

|||| MANTELZORGMAKELAAR

Mantelzorgers die in een ingewikkelde mantelzorgsituatie zitten, kunnen ook gebruik maken van een mantelzorgmakelaar van Manteling. Deze kan een mantelzorg informeren en adviseren omtrent allerlei regeltaken. Het Nederlandse Zorgstelsel is ingewikkeld en de mantelzorgmakelaar kan de wegwijzer zijn, bijvoorbeeld over onderwerpen als de WMO, WLZ, PGB en de diverse zorgmogelijkheden.

In een eerste gesprek wordt een uitgebreide scan gemaakt van de mantelzorgsituatie op de terreinen van zorg, welzijn, arbeid, wonen, enz. Vervolgens wordt verkend welke oplossingen er zijn voor de knelpunten en kan de mantelzorg op weg geholpen worden. Zo kan de mantelzorgmakelaar bijvoorbeeld helpen met het aanvragen van een voorziening of zorg, adviseren over verlofregelingen voor werkende mantelzorgers, richtlijnen omtrent mantelzorgwoningen, mogelijkheden omtrent vertegenwoordiging en nog veel meer. Dit alles om ervoor te zorgen dat de mantelzorg de eigen regie behoudt en overbelasting wordt verminderd of beter nog, wordt voorkomen.

Het aanbod van de mantelzorgmakelaar van Manteling is gratis voor mantelzorgers uit Middelburg en Veere. Naast een mantelzorgmakelaar heeft Manteling ook een casemanager mantelzorg in dienst.

|||| BELCONTACTEN

In 2024 werd een deel van de bij Manteling ingeschreven mantelzorgers uit de gemeente Middelburg gebeld. Uit deze belcontacten blijkt telkens weer hoe belangrijk het is om mensen persoonlijk te spreken en te vragen naar hun mantelzorgsituatie. Er gaat een preventieve werking uit van deze contacten. Door actief contact te leggen, weten mantelzorgers ons beter te vinden als de situatie zwaarder wordt en er actieve ondersteuning gewenst is. Ook zijn de contacten van grote waarde als een hulpvrager overleden is en de mantelzorg daardoor beëindigd is, mantelzorgers voelen zich hierdoor gehoord en gezien.

Soms volgt er uit een belcontact een mantelzorggesprek om wat dieper op de situatie in te gaan zodat de mantelzorger van nuttige informatie kan worden voorzien.



De mantelzorgmakelaar of de casemanager mantelzorg kijkt in de breedte naar de mogelijkheden voor de gewenste ondersteuning. Dit kan ook resulteren in aanmelding voor een cursus of ontspannende activiteit, een netwerkgesprek of het zoeken naar respijtzorg. In 2024 zijn 220 mantelzorgers gebeld die ingeschreven staan bij Manteling.

5. Mantelzorg ontspanning en ontmoeting

Mantelzorgers zorgen vaak beter voor een ander dan voor zichzelf. Vaak komt de mantelzorg bovenop de zorg om gezin/familie, (vrijwilligers)werk, sociaal leven en andere zaken. Om alle ballen in de lucht te houden, is het belangrijk dat de mantelzorger goed voor zichzelf zorgt.

Mantelzorgers ervaren niet altijd begrip en (h)erkenning in hun omgeving. Dat maakt dat contact met lotgenoten gewaardeerd wordt. Andere mantelzorgers weten en herkennen wat jij als mantelzorger doormaakt. De ontmoetingen tijdens mantelzorgbijeenkomsten bieden daarnaast ideeën, tips en adviezen van lotgenoten. Tijdens ontspannende activiteiten krijgen mantelzorgers de mogelijkheid om naast ontspanning het contact met lotgenoten te ervaren. Daarom organiseert Manteling regelmatig ontspannende bijeenkomsten voor mantelzorgers. In de praktijk blijken deze bijeenkomsten van Manteling ook bevorderend te zijn voor het bouwen aan een (nieuw) netwerk, voor tijdens de mantelzorgperiode én daarna.

In 2024 werden de volgende activiteiten en bijeenkomsten voor mantelzorgers georganiseerd.

|||| ACTIVITEITEN EN WORKSHOPS

Wandelingen

Op een mooie zomeravond werden we bij het landingsmonument bij de nieuwe ingang van Park Toorenvliedt door IVN gids Lilian ontvangen voor een zomere excursie.

De groep bestond uit zestien mantelzorgers die benieuwd waren naar de verhalen achter dit Park, dat vroeger een buitenplaats was. Het witte hoofdgebouw was de



buitenwoning van een dominee en werd maar zes weken in de zomer gebruikt. Daarnaast werd het gebouw voor allerlei andere functies gebruikt. Eén van de mantelzorgers bleek er nog op school te hebben gezeten en kon hierover vertellen. Een andere mantelzorger vertelde dat er nu ook een B&B huist.

Lilian attendeerde ons op een bijzondere vogel, de Kwak, waar ze veel over vertelde. Vogelaars uit het hele land komen hier om deze te spotten. En wij zagen deze vogels en hun jongen op een gewone doordeweekse avond! Al met al was

het een fijne, ontspannende avond en werd er met enkele mantelzorgers nog nagepraat waardoor er ook lotgenotencontact ontstond.

In juni wandelde een groep mantelzorgers met een IVN gids van natuureducatie Walcheren bij Overduin/Oranjebos in Vrouwenpolder. Ook dit was een verrassende wandeling waarbij we op plekken kwamen waar velen nog nooit geweest waren. Na de wandeling was er gelegenheid om onder het genot van een drankje gezellig na te praten op het terras bij mini-camping Oranjezon. Ook dit was een zeer geslaagde wandeling gelet op de reacties naderhand.

Bloemen plukken in Hof Hazenhof

Wie dacht dat er al veel bloemen uitgebloeid zouden zijn tijdens deze najaar activiteit kwam bedrogen uit. Met een groep van 24 mantelzorgers trokken we het veld in om een mand vol veldbloemen te plukken. Er waren verschillende velden om uit te kiezen en een ieder ging gewapend met een snoeischaar aan de slag. Ontspanning en ontmoeting stonden deze middag voorop en toen de bloemen in een emmer water stonden, was er voor een ieder koffie of thee met gebak in de partytent achter de boerderij. Er werden verhalen gedeeld over de zorg voor een dierbare en informatie uitgewisseld. Maar het was vooral een gezellig samenzijn. We danken Hof Hazenhof voor de gastvrije ontvangst op deze mooie plek op het Veenplatteland.

Chocolade workshop Jonge Mantelzorgers

Op woensdag 27 maart hadden we samen met de jonge mantelzorgers een middag vol met plezier en een buik vol chocolade. We begonnen de workshop natúúrlijk met het proeven van zoveel chocolade als we wilden. Daarna kreeg iedereen een haarnetje op en een vrolijk gekleurd schort voorgebonden, zodat er lekker geknoeid kon worden. In de werkplaats gingen we aan de slag met eigen paascreaties. Het eerste ingrediënt dat we kregen was fondant, dat net zoals klei eerst goed gekneet moest worden. De kinderen waren bijzonder creatief in het maken van objecten, van voetbalvelden tot een paashaas of olifant. De figuurtjes die werden gemaakt, kwamen als versiering op een eigen reusachtige paasei. Het was vooral leuk om te zien dat er ook ideeën gedeeld werden en dat ze elkaar hielpen. En de paaseieren waren stuk voor stuk prachtig! Bijna té mooi om op te eten 😊.



|||| ZORGELOZE DAGEN - Verbonden en gesterkt als de 'beiaard van Vendome'

Ook in 2024 heeft Manteling voor een groep mantelzorgers zeer geslaagde 'Zorgeloze Dagen' georganiseerd. In samenwerking met het Dominicanenklooster in Huissen waren onze zestien mantelzorgers zeer welkom. Hier geven we een korte terugblik. De eerste dag bestond uit de reis, het inchecken, de ontvangst en rondleiding door het klooster, een heerlijk buffet, de vieringen en het kennismaken met elkaar. De dag werd

afgesloten met een workshop 'Actief ontspannen met klankschalen'. En terwijl Zeeland te maken kreeg met onstuimig weer, heerste er in het klooster rust. Terwijl buiten de sneeuwvlokken vielen, volgden de deelnemers op dag twee een workshop 'Creatief spelen'. Met de nadruk op spelen, konden zij zonder doel en met tijd en aandacht creatief bezig zijn. Voor sommige deelnemers bracht dit het verlangen naar het hervatten van creatieve bezigheden: "ik ben het schilderen niet verleerd" en "wat kan een beetje aandacht voor jezelf je veel brengen."

De zangactiviteit onder deskundige leiding van Frohmut nam na de warming up eventuele onzekerheid weg waarna iedereen uit volle borst meezong. Het met elkaar zingen is meer dan zingen.

"Wat een fijne opdracht om individueel af te wijken van de gezongen toon en weer mee te kunnen omdat de anderen de toon bewaken. Deze ervaring van even af kunnen wijken en een vangnet hebben. Dat is wat je iedere mantelzorger gunt".

Met elkaar zongen we de canon 'de beiaard van Vendome' zodat we kerkklokken uit Frankrijk konden horen. Die klokken waren vermoedelijk ook in Zeeland te horen. Omroep Zeeland interviewde aanwezige coördinator Silvia Lipman als Zeeuw van de Dag over het belang van deze drie daagse. Zij heeft hier graag aan meegewerkt. De vieringen in het klooster zijn voor alle deelnemers betekenisvol, ongeacht levensbeschouwing. Ze bieden deelnemers een moment van bezinning, vertraging en bewustwording voor zichzelf en met elkaar. De dagen werden afgesloten met het schrijven van een kaart aan zichzelf én een boodschap voor alle anderen. Gevraagd naar hun ervaring, noteerden de deelnemers onder meer:

"Ik heb weer even gevoeld hoe het is om echt te leven". "Er is weer licht aan de horizon". "Ik ervaar innerlijke vrede". "Ik voel me gezien en sta niet alleen". "Een vervuld hart neem ik mee naar huis". "Wat blijft: de verbinding en compassie met elkaar".

Vanuit Manteling kijken we terug op drie geslaagde dagen. Een bijdrage mogen leveren aan het 'ontzorgen' van de mantelzorger en voor hen de ruimte creëren om op te laden door er te zijn en extra aandacht te geven als het nodig is. De feedback van de groep dat zij ons hebben ervaren als professional en tegelijk als onderdeel van de groep, is voor ons een groot compliment. In januari 2025 ontmoeten de deelnemers elkaar weer tijdens de terugkombijeenkomst. Een week ervoor ontvangen zij de kaart die zij aan zichzelf hebben geschreven.

6. PR in 2024

||| SOCIAL MEDIA

Ook in 2024 was Manteling actief op social media. We gebruiken Social Media voor het onder de aandacht brengen van ons activiteiten- en ondersteuningsaanbod en delen nieuws van Manteling zelf. Ook plaatsen we regelmatig content voor het werven van vrijwilligers, stagiairs en nieuwe collega's. Rondom de Week van de Mantelzorg en de

Mantelzorgwaardering wordt extra intensief gepost en adverteren we om zo nog meer aandacht te genereren.

Op Instagram plaatsten we in 2024 gemiddeld twee berichten per week. LinkedIn is voor ons een steeds belangrijker medium, omdat we hier met gemiddeld drie berichten per week ook professionals bereiken die met mantelzorgers te maken hebben.

Facebook blijft het Social Media kanaal waar we de doelgroepen van mantelzorgers en (potentiële) vrijwilligers het beste kunnen bereiken. Met gemiddeld vier posts per week behaalden we ruim 60.000 weergaven.

|||| MANTELING IN DE PERS

In november is een uitgebreid artikel gepubliceerd in de PZC met een alleenwonende man waar langere tijd vrijwilligers van VPTZ-thuis zijn ingezet en een grote bijdrage hebben geleverd aan de kwaliteit van zijn leven.

Mantelzorgcoördinator Silvia Lipman was samen met mantelzorger Elly Blaas live in de studio van de Zeeuwse kamer, een radioprogramma van Omroep Zeeland. Dat was op 4 november aan het begin van De Week van de Mantelzorg om aandacht te vragen voor mantelzorgers en de mantelzorgondersteuning in Zeeland. De mantelzorger vertelde op heldere wijze wat voor haar de toegevoegde waarde was van de ondersteuning door Manteling. Zie <https://www.omroepzeeland.nl/nieuws/16963880/de-mantelzorger-in-het-zonnetje-de-nachten-waren-killing>.

Op 21 november was één van onze mantelzorgcoördinatoren 'Zeeuw van de Dag' bij radio Omroep Zeeland. Zij vroeg aandacht voor het grote belang van de Zorgeloze Dagen voor mantelzorgers dat jaarlijks voor mantelzorgers wordt georganiseerd in het Dominicanenklooster in Huissen.

In december verscheen een artikel over VPTZ Thuis in de Vrijwilligersglossy van Vizita. In het artikel vertelden een vrijwilliger en een nabestaande over hun ervaringen met VPTZ Thuis en de waarde daarvan. De Glossy is in heel Middelburg verspreid. <https://vizita.nl/nieuws/steun-de-laatste-levensfase>.

Op de website van Movisie verscheen een uitgebreid artikel over het project 'Ontmoetsmoesjes' wat Manteling in 2024 organiseerde. <https://www.movisie.nl/artikel/ontmoetsmoesjes-stimuleren-verbinding-groei>.

Lokale media zoals De Bode en Wij zijn de Stad (Middelburg) delen onze nieuwsberichten in hun eigen publicaties of op hun Social Media kanalen wanneer we dat vragen.

|||| NIEUWSBRIEVEN

Vier keer per jaar ontvangen ruim 2000 aangemelde mantelzorgers en andere geïnteresseerden een digitale nieuwsbrief met informatie over activiteiten en diensten van Manteling. Van deze nieuwsbrief wordt ook een papieren versie verspreid onder mantelzorgers en organisaties.

De vrijwilligers van Manteling ontvangen twee keer per jaar een digitale nieuwsbrief om op de hoogte te blijven van bijeenkomsten, trainingen en uitjes.

III WERVING

Op de vrijwilligersmarkt in oktober en op de stagemarkt in januari hebben medewerkers van Manteling een stand bemenst in het gebouw van de HZ University of Applied Sciences in Vlissingen, waar zich enkele studenten hebben aangemeld als vrijwilliger. In juli stonden twee coördinatoren langs de rommelroute op Molenwater in Middelburg om aandacht te vragen voor Koffietijd.

‘Soep op de stoep’ is een initiatief vanuit het Platform Eenzaamheid Walcheren (PEW). Vanuit Manteling hebben we hieraan deelgenomen op 30 september in Middelburg en op 4 oktober in Veere. We stonden bij een supermarkt om op die manier heel laagdrempelig met mensen in gesprek te gaan over het thema eenzaamheid. Resto van Harte zorgde voor een grote pan soep waardoor we een mooie aanleiding hadden om mensen aan te spreken en hen heerlijke soep te kunnen aanbieden. Naast een medewerker van Resto van Harte waren er ook medewerkers van Emergis Preventie, de Luisterlijn, Vizita en van Welzijn Veere aanwezig. *‘Soep op de stoep’* was waardevol om te doen en het heeft ons verrast hoe snel een gesprek op straat de diepte in kan gaan. Het bood ons een andere manier om in contact te komen met mensen en hen te informeren over activiteiten die gevoelens van eenzaamheid kunnen verminderen.



Health Checks gemeente Middelburg

Manteling was vier middagen aanwezig bij de Health Checks die door de gemeente Middelburg werden georganiseerd van 23 september tot en met 30 september 2024. Inwoners van de gemeente Middelburg van 60 jaar of ouder, konden gratis tests doen om inzicht te krijgen in hun gezondheid. Manteling had een stand met informatie over mantelzorgondersteuning en vrijwillige inzet. Het verschilde per Health Check-middag hoe het contact met de aanwezige inwoners was.

Senioren dag Westkapelle

Begin januari was Manteling met een kraampje aanwezig bij de senioren dag in Westkapelle, waarbij er muziek, presentaties en allerlei heerlijks was voor senioren uit het dorp en omgeving. Er waren kraampjes met informatie over hulp in het dorp, hulpmiddelen, mantelzorgondersteuning en gezond ouder worden.

7. Vrijwillige Palliatieve Terminale Zorg thuis en in de hospices

III VPTZ-THUIS

Vanaf haar start in 1995 zet Manteling vrijwilligers in bij mensen thuis in de laatste levensfase, de VPTZ-thuis. We merken dat er soms nog aarzeling bestaat om vreemde mensen in huis te halen en dat mensen niet goed op de hoogte zijn van het bestaan van de VPTZ-thuis. Ook in 2024 hebben we daarom regelmatig publiciteit doen uitgaan naar huisartsen, thuiszorgteams en andere netwerkpartners. Dat had telkens het effect dat er

vaker gebeld werd met de vraag om de inzet van een vrijwilliger. Het blijft een punt van aandacht dat de vraag om een inzet vaak pas laat komt in het ziekteproces van de hulpvrager en ook dat we bij herhaling ons aanbod onder de aandacht van verwijzers moeten brengen. Het aantal inzetten in 2024 is nagenoeg gelijk aan dat van 2023, gemiddeld genomen zien we over de laatste drie jaren een stijging. Het blijkt dus veel zin te hebben om bij herhaling aandacht te vragen voor het aanbod van VPTZ-thuis. Ook groeit de groep VPTZ thuis vrijwilligers die ingezet kan worden. Daarmee kunnen we een verdere toename van het aantal inzetten realiseren.

||| VPTZ VRIJWILLIGERS IN DE HOSPICES

Sint Jans Hospice de Casembroot in Middelburg

Hier bieden zorgvrijwilligers van Manteling -samen met de verpleging- zorg en aandacht aan de bewoners en hun naasten zodat die zich thuis voelen. Er is sprake van een goede samenwerking tussen (de vrijwilligers van) Manteling en het zorgteam van Amarijn (voorheen Zorgstroom) wat ook blijkt uit de blijvend hoge waardering van 9.6 op de Zorgkaart Nederland. Om de samenwerking goed te laten verlopen, vond er in 2024 regelmatig overleg plaats met het zorgteam.

De zorgvrijwilligers helpen bij de dagelijkse verzorging en bieden activiteiten zoals voorlezen, muziek luisteren of een handmassage geven ter ontspanning. Het 'er zijn' en het bieden van een luisterend oor aan bewoners en hun naasten is van grote toegevoegde waarde in het hospice. Deze ogenschijnlijk kleine dingen maken het verschil.

De groep kookvrijwilligers die in 2017 van start ging, kookt op alle avonden van de week. Zij spannen zich in om in te gaan op de eetwensen van de bewoners. Het is dan ook niet verwonderlijk dat er dagelijks naar de komst van de kookvrijwilliger wordt uitgekeken. Alle vrijwilligers zetten zich in vanuit hun hart. Dat is van onschatbare waarde en voelbaar aan de goede sfeer en de fijne samenwerking in het hospice.

Enkele cijfers

In 2024 zijn er door de 22 zorgvrijwilligers en 14 kookvrijwilligers van Manteling 1.465 diensten ingevuld. Dat zijn 28 diensten per week. Uitgaande van een dienst van 4 tot 4,5 uur komt dat neer op ca. 120 uur per week. Dat is omgerekend een inzet van 3 fte.

Hospice Ter Reede in Vlissingen

Sinds 2018 bestaat ook in dit hospice een goede samenwerking tussen (de vrijwilligers van) Manteling en (het zorgteam van) Amarijn (voorheen WVO Zorg) in. Samen zetten zij zich in voor een goede palliatieve en terminale zorg aan de cliënten. Zij doen dat met hart en ziel en dat is te zien aan de blijvend hoge waardering van 9.7 die medewerkers van het hospice krijgen op de Zorgkaart Nederland.

Om de samenwerking tussen vrijwilligers en professionals goed te laten verlopen, vond er in 2024 regelmatig overleg plaats met de teamleider, de specialist ouderengeneeskunde en met contactpersonen van het zorgteam.

Ondanks een lichte toename tot het aantal van 21 vrijwilligers bleef het aantal diensten van de zorgvrijwilligers bestaan uit 19 per week; dagelijks een ochtend- en een avonddienst en vijf middagdiensten door de week.

De groep kookvrijwilligers die in 2022 is gestart, groeide in 2024 uit tot 10 personen zodat er in met ingang van de maand juni op alle doordeweekse avonden werd gekookt. De werving van nieuwe zorg- en kookvrijwilligers wordt in 2025 verder voortgezet, zodat het aantal diensten kan worden uitgebreid.

Met de nieuwe fusie-organisatie Amarijn werden begin 2024 afspraken over de samenwerking met Manteling bestendigd opdat met zo min mogelijk aanpassingen de samenwerking en de kwaliteit van inzet geborgd kon blijven.

||| VPTZ ALGEMEEN

Voor nieuwe hospicevrijwilligers werd in 2024 drie keer een introductietraining georganiseerd. Naast voor de vrijwilligersbijeenkomsten werden vrijwilligers uitgenodigd voor de theatervoorstelling 'De laatste dagen' en in oktober werden zij uitgenodigd voor de filmvoorstelling 'De Wilde Noordzee'. Verder werd de workshop 'Fysieke belasting' georganiseerd op vier momenten in het jaar. Ook aan een interactieve verdiepingstraining 'Omgaan met ongemak' konden vrijwilligers deelnemen op vier verschillende data.

Net als in de voorgaande jaren was Manteling in 2024 aangesloten bij de **landelijke VPTZ organisatie**. Het contact met deze organisatie bleef intensief, onder meer dankzij hun afvaardiging en medewerking in het **Zeeuws Breed Overleg**. Dit overleg vindt plaats met andere VPTZ steunpunten in Zeeland en heeft regelmatig fysiek én digitaal plaats. Samen vormen we een Lerend Netwerk, één van de lidmaatschapscriteria van de VPTZ Nederland, en bespreken we zaken omtrent kwaliteitsborging, nazorg,



zelfevaluaties en evaluaties met nabestaanden.

Binnen het **Netwerk Palliatieve Zorg** (Zeeuwse Zorgschakels) kwam door de samenwerking binnen de Expertgroep de Wegwijzer Palliatieve Zorg Zeeland tot stand. Een collega heeft vanuit haar persoonlijke ervaringen haar medewerking verleend aan een gefilmd interview dat onderdeel uitmaakt van deze wegwijzer. De wegwijzer is te vinden via <https://www.zeeuwsezorgschakels.nl/palliatieve-zorg/clienten-en-naasten/wegwijzer-palliatieve-zorg-zeeland-clienten/>.

8. Vormen van waardering

||| MANTELZORGWAARDERING

In 2024 heeft Manteling voor de gemeenten Middelburg en Veere de mantelzorgwaardering uitgevoerd. In de periode van 1 februari tot en met 30 april 2024 kon de mantelzorgwaardering aangevraagd worden. De gemeente Middelburg gaf een

bedrag van €150 en de gemeente Veere €100. Hulpvragers konden het bedrag via Manteling aanvragen om hun mantelzorger(s) te bedanken.

Voor de toekenning van de waardering zijn de volgende criteria aangehouden: de hulpvrager woont in de gemeente Middelburg of Veere en ontvangt acht uur per week gedurende drie maanden van één of meerdere mantelzorgers hulp.

Dit jaar heeft Manteling voor het eerst niet de mantelzorgwaardering voor de gemeente Vlissingen uitgevoerd omdat de Buurtteams Vlissingen dit hebben overgenomen.

Hierdoor waren er minder aanvragen dan het jaar daarvoor.

In totaal zijn 1264 aanvragen gehonoreerd, waarbij er sprake was van een lichte stijging in Middelburg en een daling in Veere.

Net als in voorgaande jaren was de mantelzorgwaardering in de periode van 1 februari tot en met 30 april 2024 aan te vragen via een digitaal formulier op de website van Manteling. Wanneer het digitaal invullen niet mogelijk was, konden hulpvragers en mantelzorgers naar Manteling bellen om de aanvraag telefonisch te regelen. Tijdens deze telefoongesprekken konden we mantelzorgers wijzen op het ondersteuningsaanbod van Manteling en/of hen doorverwijzen naar andere instanties.

||| DE WAARDERING IN CIJFERS

Per gemeente zijn de volgende aantal aanvragen gehonoreerd

Gemeente	2023	2024	Vershil	Procentueel
Middelburg	875	881	+16	+0,6%
Veere	498	383	-36	-9%

||| DAG WEEK VAN DE MANTELZORG

Dit jaar hebben we uitgepakt met een grote diversiteit aan activiteiten. Van bolusbakken tot vogels spotten en de vuurtoren van Westkapelle beklimmen. Mantelzorgers konden kiezen uit twaalf verschillende activiteiten verspreid over een hele week. Voor jonge mantelzorgers organiseerden we een 'meet & feed' met alpaca's. Deze keuze werd zeer gewaardeerd. De deelnemende mantelzorgers hebben zeer genoten.

9. Manteling in cijfers

In dit hoofdstuk worden de cijfers weergegeven van de inzet van vrijwilligers, van de hulpvragen en van het aantal ingeschreven mantelzorgers. Ook wordt inzicht gegeven in hoe deze groepen zijn opgebouwd in leeftijd en de man/vrouw verdeling.

In onderstaande tabel is de verdeling van vrijwilligers bij hulpvragen per doelgroep weergegeven. De cijfers van 2024 zijn afgezet tegen die van de vorige jaren.

Cijfers Manteling vrijwilligers inzet bij hulpvragen	2022	2023	2024
Middelburg Noord		119	168
Middelburg Zuid		60	92
Veere		41	55
Eenzaamheid		40	
Dementie		50	
Koffietijd	25	25	20
Boodschappen en Begeleiding	63	79	81
Netwerkcoach	22	17	7
Maatje voor Jou!	19	12	9
Overig		29	
VPTZ- Thuis	25	44	38
VPTZ-Sint Jans Hospice de Casembroot	76	74	83
VPTZ-Hospice Ter Reede	131	124	113
Totaal Cijfers Manteling	2022	2023	2024
Hulpvragen totaal	627	472	470
VPTZ totaal	232	242	234
Vrijwilligers totaal	394	325	233
Mantelzorgers ingeschreven	4282	4250	4202

III VRIJWILLIGE INZET BIJ HULPVRAGEN

In Middelburg Noord, -Zuid en in Veere ligt het aantal hulpvragen hoger dan in 2023. Dit komt doordat de doelgroepen Eenzaamheid, Dementie en Overig in 2024 onder de doelgroepen Middelburg Noord, -Zuid en Veere zijn gaan vallen.

Opvallende dalingen zijn te zien bij Koffietijd en Netwerkcoaching. Een lichte daling is zichtbaar bij Maatje voor Jou! en de VPTZ.

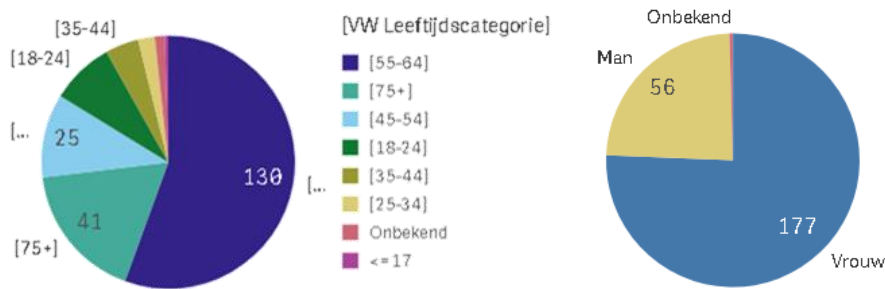
Bij Boodschappen en Begeleiding (o.a. vervoer) is een lichte stijging zichtbaar.

De totaalcijfers laten zien dat het totaal aantal hulpvragen ongeveer gelijk gebleven is. Het aantal vrijwilligers is aanzienlijk afgenomen. Deze afname is voor het overgrote deel toe te wijden aan een geleidelijke afname vanaf 2022 van de inzet vrijwilligers uit de gemeente Vlissingen. Een aantal vrijwilligers is om andere redenen vertrokken:

- het wordt tijd voor wat anders,
- de combinatie met betaalde werkzaamheden wordt te zwaar,
- gezondheidsproblemen,
- de combinatie met mantelzorgtaken wordt te zwaar,
- het vrijwilligerswerk is onvoldoende passend,
- overig niet bekend.

Zoals ook andere organisaties aangeven, is het voor Manteling in deze tijd moeilijk om vrijwilligers te vinden en langer te binden door onder meer de toenemende druk op werk, mantelzorg, oppastaken en dergelijke.

Inzet vrijwilligers naar verdeling in leeftijd en man/vrouw



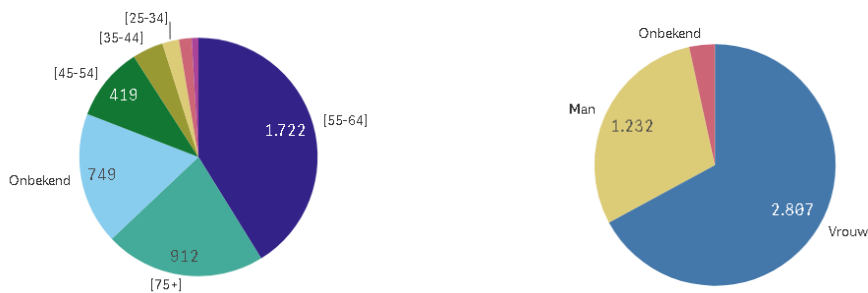
Aantal hulpvragen naar verdeling in leeftijd en man/vrouw



MANTELZORGERS

Het aantal ingeschreven mantelzorgers is licht gedaald. De oorzaak hiervan ligt met name in de uitschrijvingen van mantelzorgers uit de gemeente Vlissingen.

Aantal mantelzorgers naar verdeling in leeftijd en man/vrouw



10. Samenwerking in 2024

Om het hoofd te kunnen bieden aan ontwikkelingen in onze samenleving, is een goede samenwerking met andere organisaties van groot belang. Manteling is daarom steeds op zoek naar nieuwe samenwerkingsvormen en -projecten. Ook in 2024 werd deelgenomen aan verschillende overlegvormen, werd er samengewerkt, werd kennis gedeeld en werden ervaringen uitgewisseld met diverse samenwerkingspartners.

IIII ZEEUWSE SAMENWERKING

Vier keer per jaar komen Zeeuwse mantelzorgsteunpunten en Zeeuwse organisaties die zorgvrijwilligers inzetten bij elkaar. Met als doel om zaken af te stemmen rondom trainingen, gezamenlijke evenementen en over het geven van bekendheid aan de steunpunten.

IIII WIJK-/BUURT TEAMS

Iedere gemeente probeert op eigen wijze om preventie zo dicht mogelijk bij inwoners te brengen door de hulp dichtbij de burger te organiseren. Aan de lokale overleggen in Middelburg en Veere neemt een coördinator van Manteling deel. Hierdoor kan Manteling op wijkniveau aansluiten bij de behoeften die daar leven. Ook kan Manteling hierdoor haar ondersteuningsmogelijkheden onder de aandacht brengen bij de diverse nieuwe en oude samenwerkingspartners. Tevens kunnen we beter doorverwijzen op wijkniveau.



In 2024 is de samenwerking tussen Manteling en Welzijn Veere versterkt door deelname aan Dementievriendelijk Veere en doordat een coördinator van Manteling wekelijks werkt op de nieuwe locatie van Welzijn Veere in Serooskerke. Casuïstiek en hulpvragen uit de kernen worden waar nodig met elkaar overlegd om zo aan te sluiten bij de hulpvraag. Daarnaast was Manteling aanwezig bij de vier netwerkoeverleggen in Veere. Bij twee netwerkoeverleggen is informatie gegeven over VPTZ-thuis en over jonge mantelzorgers.

IIII HZ UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES, AVANS EN SCALDA

Al jaren hebben we een goede samenwerking met de HZ. In 2024 zijn in totaal acht eerstejaarsstudenten van de opleidingen Pedagogiek en Social Work aan de slag gegaan als maatje via Manteling. Dat is de helft van het aantal studenten t.o.v. vorig jaar. Om studenten goed te informeren over mogelijkheden bij Manteling, verzorgen we jaarlijks gastlessen op de HZ. Tijdens deze gastlessen vestigen we ook aandacht op jonge mantelzorgers. Opmerkelijk is dat er afgelopen jaar geen studenten Verpleegkunde zijn aangemeld. Ook van Social Work en Pedagogiek meldden zich minder studenten bij ons aan. Een mogelijke oorzaak van de afname kan zijn dat het aantal organisaties waar studenten als vrijwilliger aan de slag kunnen, groeit.



Ieder jaar begeleidt Manteling een stagiair van de opleiding Social Work. De stagiair voert opdrachten uit, doet kennis op en ontwikkelt vaardigheden en competenties tijdens het ondersteunen van en samenwerken met de coördinatoren van Manteling. In 2024 heeft Fleur Huegen haar stage bij Manteling met goed resultaat volbracht. Zij was eerstejaars student aan de tweejarige Associate Degree opleiding in Roosendaal, onderdeel van Avans Hogeschool.

Ook werd een student begeleid die de MBO opleiding Office- en Management Support Specialist van Scalda volgde (niveau 4). Khadeeja Aldaoseri kreeg een plekje op de administratie waar zij ervaring opdeed in het secretariaatswerk. Zij rondde haar administratieve stage in januari 2025 met succes bij ons af.

||| AMARIJN

In december 2023 zijn Zorgstroom en WVO Zorg gefuseerd in de nieuwe zorgorganisatie Amarijn. Voorheen bestond er een hechte samenwerking met de beide bronorganisaties vanwege de inzet van onze vrijwilligers in Sint Jans hospice De Casembroot en Hospice Ter Reede. In 2024 zijn afspraken bestendigd met de nieuwe fusieorganisatie met als doel de samenwerking onveranderd goed te laten blijven.

||| ZEEUWSE ZORG COALITIE

In 2023 werd Manteling als enige welzijnsorganisatie lid van de Zeeuwse Zorg Coalitie (ZZC). De ZZC is een samenwerkingsverband tussen 71 zorgaanbieder en gemeenten in Zeeland met als doel om de Zeeuwse Zorg gezond te houden. De uitdaging hierbij is dat het tekort aan medewerkers in de zorg snel oploopt en hier alleen met innovatieve, creatieve ideeën oplossingen voor gevonden kunnen worden. En dit alleen in samenwerking met elkaar en sector overstijgend. Ook Manteling probeert een subsidieaanvraag te doen binnen het Integraal Zorg Akkoord (IZA). Door deel te nemen aan de ZZC heeft Manteling de samenwerking met verschillende zorgorganisaties uit kunnen breiden en kan Manteling het belang van mantelzorg, in het oplossen van de zorgkloof, beter op de kaart zetten.

||| ZEEUWSE ZORG SCHAKELS

De samenwerking tussen Zeeuwse Zorgschakels en Manteling is van grote waarde, de casemanagers dementie kennen het hulpaanbod van Manteling goed en melden met regelmaat mantelzorgers en hulpvragers voor de inzet van een vrijwilliger met de bedoeling de zorgtaak van mantelzorgers van iemand met dementie te verlichten. Ook meldt Manteling hulpvragers aan bij Zeeuwse Zorgschakels als er behoefte is aan een casemanager of bij vragen over signalen die lijken op beginnende dementie. Tevens wordt in gezamenlijkheid twee keer per jaar de cursus 'Omgaan met iemand met dementie' georganiseerd, een keer overdag en een keer 's avonds. De avondcursus biedt ook werkende mantelzorger die voor een van de ouders zorgen de gelegenheid om deel te nemen.

Verder treffen we elkaar regelmatig in het Netwerk Palliatieve Zorg en ontmoeten we elkaar jaarlijks op de Zeeuwse Zorgschakeldag waar actuele thema's m.b.t. dementie of palliatieve zorg voor het voetlicht worden gebracht.

Het bestuur van Zeeuwse Zorgschakels heeft besloten dat per 1 januari 2025 de taken van het casemanagement overgedragen worden aan respectievelijk Allévo, ZorgSaam en Amarijn. De netwerkcoördinatie Dementie, Niet Aangeboren Hersenletsel (NAH) en Palliatieve Zorg wordt vanaf 1 januari 2025 uitgevoerd door SVRZ.

III DEMENTIEVRIENDELIJK VEERE

Sinds 2023 is één van onze coördinatoren aangesloten bij de projectgroep Dementievriendelijk Veere, een samenwerking tussen Welzijn Veere, SVRZ, Zeeuwse Zorgschakels, Zorgstroom en Manteling. Het doel van deze projectgroep is dat mensen met dementie zo goed mogelijk kunnen blijven meedoen in de samenleving in de gemeente Veere. Dit met het oog op een toename in het aantal mensen met dementie die langer thuis blijven wonen.

In 2024 zijn vier bijeenkomsten georganiseerd, één bijeenkomst voor professionals en drie bijeenkomsten voor Veerse inwoners. De bijeenkomsten werden goed bezocht en binnen de kernen zijn meer initiatieven en bijeenkomsten georganiseerd. De coördinator van Manteling heeft tijdens deze bijeenkomsten kennis gedeeld over mantelzorgondersteuning en ook in de kernen bijeenkomsten georganiseerd. Naar aanleiding van de geboden informatie hebben acht mantelzorgers zich aangemeld voor de cursus 'Omgaan met iemand met dementie'.



11. Projecten door Manteling

III TOOLBOX WERKENDE MANTELZORGERS

De ontwikkeling van de Zeeuwse Toolbox Werkende Mantelzorgers is in 2024 voortgezet. Dit jaar zijn de co-creatiesessies met HR-medewerkers en werkende mantelzorgers afgerond. De sessies hadden elk een thema als onderwerp, namelijk:

- Mantelzorg worden
- Erover praten
- Afspraken maken
- Balans houden.



Deze thema's zijn uitgewerkt tot de vier stappen in de uiteindelijke Toolbox. Om de resultaten verder uit te diepen, is er een co-creatiesessie georganiseerd met dubbele ervaringsdeskundigen. Dat zijn zowel ondersteuners van mantelzorgers als werkende mantelzorgers. Om te toetsen of het resultaat uit de sessies (ofwel het ontwikkelde product) bruikbaar was voor HR medewerkers, werd de opzet en een deel van de inhoud van de Toolbox voorgelegd en besproken tijdens een co-creatiesessie van HR medewerkers.

In november 2024 zou de Toolbox gepresenteerd worden, maar door vertraging en het wisselen van de projectleider is dit uitgesteld naar de eerste helft van 2025.

III ONDERZOEK ZEEUWSE MANTELZORGERS

Het onderzoek onder Zeeuwse mantelzorgers, dat is uitgevoerd in samenwerking met Zorg in Balans (een samenwerking van ouderenorganisaties in Zeeland), is voortgezet in 2024. Het afnemen van interviews dat in 2023 is begonnen, is doorgezet in 2024. Uiteindelijk zijn 80 mantelzorgers uit heel Zeeland geïnterviewd. Uit de interviews zijn

resultaten opgehaald over de taken, de gewenste situaties en de ervaren drempels van mantelzorgers. Op basis van deze resultaten werden er doelgroepen van mantelzorgers opgesteld voor wie aanbevelingen werden gedaan. Het definitieve rapport is in augustus gepubliceerd en verstuurd naar samenwerkingspartners in Zorg en Welzijn, naar de andere Zeeuwse mantelzorgsteunpunten en naar de gemeente en de provincie. Het rapport is tevens gepresenteerd aan de organisaties van Zorg in Balans. Het volledige rapport is te lezen op de website van Manteling.

|||| ONTMOETSMOESJES

In 2023 is de aanzet gegeven voor de uitvoering van het project ONTMOETSMOESJES. Enerzijds om mensen op de wachtlijst voor een vrijwilliger te helpen om zelf contacten aan te gaan, anderzijds omdat uit onderzoek blijkt dat kleine interacties een groot positief effect kunnen hebben. Samen met theatercollectief 'De Balsemienen', die maatschappelijke thema's uitwerkt en toneel maakt met mensen zonder toneelervaring, werd een plan gemaakt om het project verder handen en voeten te geven. Samen met de deelnemers werden op het toneel thema's uitgespeeld en daarmee geoefend met kleine interacties. In de hoop dat de deelnemers in het dagelijks leven ook gemakkelijker contacten gingen leggen.

Van januari t/m juni is een vaste groep van 6 deelnemers iedere dinsdagmiddag samengekomen onder leiding van Mariska Burger en Carla Schroot van 'De Balsemienen'. Ze werkten wekelijks aan het oefenen van hun sociale vaardigheden om zo meer zelfvertrouwen te krijgen in het aangaan van sociale interacties. Gezamenlijk werkten zij toe naar een eindvoorstelling. Het was mooi om te zien hoe de groep vanaf nul startte, de deelnemers kenden elkaar niet en hadden nauwelijks toneelervaring, en als groep naar elkaar toe groeide. Deelnemers stelden zich open op en wisten zichzelf en ons te verrassen. De eindvoorstelling vond plaats op 5 juni en was een groot succes!



De deelnemers blikken vol enthousiasme terug op het project. Een greep uit een aantal reacties v/d spelers:

“Het was voor mij een nieuwe ervaring op toneelgebied met het maken van eigen teksten en ik zag een groeiproces bij de mensen in de groep: mensen durfden steeds meer”.

“Het project heeft mij geholpen om sociaal vaardiger te worden: ik ben nu losser in het contact met anderen”.

“Het was heel leuk en ik mis het nu het is gestopt. Het was een vast moment waar je wekelijks naar toeleefde en het was fijn om met andere mensen samen te komen en je stem te gebruiken en daarmee verdreef het een stuk eenzaamheid”.

“Ik vond het ontzettend leuk en ik heb mezelf kunnen laten zien: ik kwam meer uit mezelf en heb mezelf op een andere manier leren kennen”.

Tijdens het project werd contact gelegd met Movisie (landelijk kennisinstituut voor een samenhangende aanpak van sociale vraagstukken) om uitleg te geven over het project ‘Ontmoetsmoesjes’. Zij waren enthousiast en na het bijwonen van de generale repetitie hebben zij een artikel geschreven dat gewijd is aan de Ontmoetsmoesjes. Het artikel is hier te lezen: [Ontmoetsmoesjes stimuleren verbinding en groei | Movisie](#).

Voor de ‘Ontmoetsmoesjes’ ontving Manteling subsidie van het VSB Fonds, van FNO Klein Geluk fonds en van de gemeente Middelburg. Dankzij subsidie van de gemeente Middelburg krijgt het project in 2025 een vervolg met ‘ga mee op pad via theater’.

||| DE BURGERIJ

De Burgerij is een wijkcentrum in Vlissingen in de wijk Pauwenburg. Zij hebben het motto ‘voor en door bewoners van de wijk’. Bij het Oranjefonds hebben zij een projectaanvraag ingediend voor het programma de verschilmakers onder de titel ‘Jong Oud Samen Goud’ met als doel om jonge vrijwilligers te verbinden aan de Burgerij. Manteling is voor het derde projectjaar gevraagd om de projectleiding op zich te nemen en te proberen om zoveel mogelijk doelen van het oorspronkelijke plan te behalen. Manteling heeft samen met het bestuur en bestaande vrijwilligers gewerkt aan

- het vinden en binden van (jongere) vrijwilligers voor de burgerij,
- een vernieuwd vrijwilligersbeleid en handboek voor alle vrijwilligers,
- uitleg, afspraken en een training rondom de huisstijl van de Burgerij,
- de organisatie van verschillende netwerkbijeenkomsten met (potentiële) samenwerkingspartners van De Burgerij,
- opvolging, contacten en verantwoording richting het fonds.

In september 2024 is het project afgerond en heeft Manteling het bestuur ondersteund bij het borgen van de voortgang van De Burgerij. Het is gelukt om afspraken te maken met de meest aangewezen partij; Buurtteam Vlissingen. Er kwam een warme overdracht en hiermee zijn bestaande resultaten zo goed mogelijk geborgd.

Manteling is, naast het project 'Jong Oud Samen Goud', gevraagd om namens De Burgerij uitvoering te geven aan het project Netwerfunctie (ook een programma van het OranjeFonds). Het doel van dit project was het samenbrengen van netwerkpartners en met elkaar kijken waar er raakvlakken zijn wat betreft het werven van jonge vrijwilligers en het binden en boeien van jonge vrijwilligers. Dit hebben we onder andere gedaan door meerdere bijeenkomsten te organiseren. De eerste bijeenkomst zijn we gestart met de aanwezigheid van vier organisaties, op de laatste bijeenkomst hebben 17 organisaties aangesloten. Het netwerk dat is ontstaan, is na afronding van het project overgedragen aan De Burgerij.

|||| BUURTTEAMS VLISSINGEN

Twee coördinatoren van Manteling hebben medewerkers van Buurteams Vlissingen ondersteund in het verder oppakken van ondersteuning van mantelzorgers.

In 2024 werd Manteling tevens ingehuurd om:

- vijf cursussen te organiseren voor mantelzorgers
- een mantelzorgcafé op te starten
- ieder kwartaal activiteiten te organiseren
- ieder kwartaal de vorming en uitvoering van een nieuwsbrief te doen
- de organisatie op zich te nemen voor de dag van de mantelzorg in Vlissingen

12. Medewerkers/Stagiaires

In maart 2024 kwam Petra Slingenberg het team versterken en in september namen we afscheid van onze directeur Mira Weber die na 9 jaar het stokje overgaf aan Michaela Vlot.



|||| STAGIAIRES

In de loop van 2024 heeft Fleur Huegen haar stage met succes afgerond bij Manteling. In het najaar van 2023 startte zij als onze nieuwe stagiair. Fleur was bij aanvang 19 jaar en

net begonnen in het eerste jaar van haar studie Health & Social Work aan de AD Academie in Roosendaal, een verkorte HBO opleiding van twee jaar die resulteert in een Associate Degree. Stagiaires lopen en kijken actief mee met de collega's van Manteling, leren zo de organisatie van binnen en van buiten kennen en ontwikkelingen al doende hun kennis en vaardigheden onder leiding van collega's en de stagebegeleider. Het was voor ons een nieuwe ervaring om zo'n jonge stagiaire en startende student te mogen begeleiden. In de twee dagen die Fleur wekelijks bij Manteling stage liep, werkte zij samen met alle coördinatoren, zowel bij de vrijwillige inzet van vrijwilligers en hulpvragers als bij de ondersteuning van mantelzorgers. Ze was actief betrokken bij overleggen, en voerde diverse opdrachten uit vanuit de opleiding. Als jonge mantelzorger bleek zij met haar achtergrond en rijke ervaring een welkome aanvulling in het mantelzorgteam. Haar leerdoelen van de AD Academie en ook persoonlijke leerdoelen waren leidend in de groei en ontwikkeling die zij bij Manteling doormaakte.

In de tweede helft van 2024 meldde de 19-jarige Khadeeja Aldaoseri zich ook bij Manteling aan als stagiair. Zij volgde bij Scalda de MBO opleiding Office- en Management Support Specialist op niveau 4 en zocht een administratieve stage. Zij kreeg bij ons een plekje op de administratie waar zij ervaring opdeed in het secretariaatswerk. Tijdens haar stage heeft zij verschillende taken uitgevoerd met als doel de dagelijkse gang van zaken bij Manteling soepel te laten verlopen, zoals het opnemen van de telefoon, het bijhouden van algemene e-mail contacten en het ondersteunen bij de voorbereiding van activiteiten. Khadeeja rondde haar stage in januari 2025 met succes af.

13. Scholing - deskundigheidsbevordering

III INTRODUCTIETRAININGEN

Manteling vindt deskundigheidsbevordering van de nieuwe en bestaande vrijwilligers erg belangrijk. Zo worden er door het jaar heen introductietrainingen georganiseerd voor nieuwe vrijwilligers. Met als doel om onze vrijwilligers goed voor te bereiden op het vrijwilligerswerk. Zoals op hun taak als maatje, als begeleider van iemand bij een ziekenhuisbezoek of als zorgvrijwilliger in de terminale zorg thuis of in een hospice. Voor bezoeken van vrijwilligers werd twee keer een introductietraining georganiseerd. De training bestond uit drie dagdelen en vijftien nieuwe maatjes konden na de training goed toegerust aan de slag.

Voor nieuwe VPTZ vrijwilligers werd in 2024 drie keer een introductietraining georganiseerd, één keer apart voor nieuwe kookvrijwilligers en later in het jaar nog twee keer voor zorg- en kookvrijwilligers samen. Het samennemen van deze groepen is zo goed bevallen dat sindsdien alle VPTZ vrijwilliger in één gemixte groep de training krijgen aangeboden.

De training is in de loop van het jaar verder aangepast en omgevormd naar een training bestaande uit een e-learning en vier live dagdelen in de groep, verdeeld over vier weken. Voor het eerst kreeg deze groep een aparte training toegespitst op hun werk in de palliatieve en terminale zorg. Op grond van feedback van de deelnemers is er in de

training meer samenhang gebracht met de e-learning. De inhoud van de training loopt parallel aan de vier thema's van de e-learning.

In november werd een eendaagse introductietraining georganiseerd voor 10 HZ-studenten die daarna als maatje aan de slag gingen.

III VRIJWILLIGERSBIJEENKOMSTEN

Ook aan het aanbieden van gezamenlijke bijeenkomsten en uitjes voor vrijwilligers hecht Manteling in hoge mate. Hiermee blijft het vrijwilligerswerk boeiend en worden de vrijwilligers in staat gesteld zichzelf steeds weer te ontwikkelen. Daarom organiseren we per doelgroep een aantal bijeenkomsten per jaar. Voor vrijwilligers van de drie VPTZ-groepen vier keer per jaar, voor bezoeker-vrijwilligers van Middelburg en Veere, Maatje Voor Jou!, B&B, voor netwerkcoaches en vrijwilligers van Koffietijd drie keer per jaar. Tijdens de bijeenkomsten is er ruim de gelegenheid om elkaar te ontmoeten en ervaringen uit te wisselen en wordt de groep bijgepraat over allerlei ontwikkelingen. Soms worden er thema's behandeld, wordt een gastspreker uitgenodigd of een ontspannen activiteit georganiseerd.

III VRIJWILLIGERSUITJE

Elk jaar organiseren we een uitje om vrijwilligers te waarderen en te bedanken voor hun inzet. In 2024 werden de vrijwilligers ondergedompeld in de fascinerende onderwaterwereld van 'De Wilde Noordzee'. Een groep van 69 vrijwilligers zag hoe een reuzenhaai slechts leeft op plankton, hoe eitjes uitgroeien tot vissen en hoe het leven zich aanpast aan de windmolens in zee. Het leven onder water én boven water was schitterend in beeld gebracht.



III VERDIEPINGSTRAININGEN

Training fysieke belasting

Manteling organiseert deze training samen met Wilma Klopmeijer-Schuit, coach fysieke belasting van Amarijn. De training is bedoeld voor vrijwilligers die in het hospice of vptz-thuis iemand in de laatste levensfase begeleiden en voor mantelzorgers die zorg aan een naaste bieden.

In de training leert de deelnemer om op een juiste wijze een hulpvrager of naaste te ondersteunen zonder zichzelf onnodig te belasten. En ook om op een verantwoorde manier de verpleegkundige bij de zorg te assisteren. Aan de orde komen onder meer: wat is een juiste lichaamshouding, hoe ondersteun je iemand tijdens het lopen of bij een transfer en hoe help je iemand op bed bijvoorbeeld bij het aan- of uitkleden.

In 2024 is de training twee keer gegeven met zeven deelnemers per keer. In maart betrof het een gecombineerde groep van vrijwilligers en mantelzorgers, in november

waren het alleen vrijwilligers. Het is een praktische training waarmee de deelnemers in hun werk als vrijwilliger of als mantelzorger gelijk mee uit de voeten kunnen.

Verdiepingstraining 'Omgaan met ongemak'

In november konden vrijwilligers van Manteling aan deze verdiepingstraining deelnemen. De training werd verzorgd in samenwerking met Theatercollectief de Balsemienen. De Balsemienen (Ans, Carla, Mariska en Saskia) is een collectief van ervaren spelers in toneel en drama. Zij gebruiken de kracht van theater om maatschappelijke vraagstukken in beeld te brengen.

De training werd georganiseerd op verzoek van vrijwilligers, om beter te leren omgaan met lastige situaties. Hoe ze in dergelijke situaties het beste kunnen handelen of reageren. De input en inspiratie voor de workshop werd door de vrijwilligers zelf aangedragen. Situaties zijn vervolgens uitgespeeld door de Balsemienen. Ongeveer 45 vrijwilligers deden mee, verdeeld over vier dagdelen.

Het waren leuke, leerzame en inspirerende workshops, waarbij ook veel gelachen werd met elkaar. Enkele enthousiaste reactie van vrijwilligers:

“Mooi gespeeld en ook herkenbaar, mooie nieuwe inzichten in casussen gekregen.”

“Heel verhelderend, ik heb er veel aan gehad.”

“Mooie bijdrage aan het echt meeleven met je maatje.”

14. Platform Eenzaamheid Walcheren (PEW)

Manteling is een van de trekkers van dit Platform Eenzaamheid Walcheren (PEW). In 2024 zijn twee bijeenkomsten georganiseerd waar initiatieven en organisaties samenkomen die eenzaamheid proberen te bestrijden. Het doel van deze ontmoetingen was om informatie uit te wisselen en met elkaar af te stemmen welke activiteiten er georganiseerd worden. Zo is in de eerste helft van 2024 een bijeenkomst georganiseerd waarin uitkomsten werden gepresenteerd over het project waarbij ondernemers werd gevraagd te helpen bij het signaleren en bespreken van eenzaamheid. Verder is gesproken over hoe invulling gegeven kan worden aan de rol van 'Ambassadeur Eenzaamheid'.

In het tweede half jaar werd een bijeenkomst georganiseerd waarin Carine de aanpak rond Eenzaamheid in Terneuzen presenteerde. De opkomst voor deze bijeenkomst was groot, 35 organisaties/deelnemers waren geïnteresseerd. De kerngroep heeft gekeken of deze aanpak ook iets voor Walcheren zou kunnen zijn. De conclusie is dat er veel overlap bestaat met al bestaande activiteiten van verschillende organisaties. Daarom is ervoor gekozen om deze aanpak niet over te nemen. Zie ook: www.ontmoetingwalcheren.nl.



|||| IN DE ZEEUWSE KLEI AFGEROND

Een gezamenlijk project 'Samen in de Zeeuwse klei' dat startte in 2022 werd in 2023 afgerond. Zoals werd beschreven in het jaarverslag van 2023, zou in 2024 aan dit project opvolging worden gegeven met een vervolgtraining voor ondernemers. Door wijzigingen in de samenstelling van de leden van de kerngroep, is dit niet gebeurd maar is op een andere wijze ingezet op het bereiken van mensen die zich eenzaam voelen.

Er zijn activiteiten gepland en uitgevoerd door de leden van de kerngroep PEW. Het gaat hier over Tour de Zeeland met 'Soep op de stoep', hierbij wordt op verschillende locaties soep uitgedeeld waar het onderwerp 'Eenzaamheid bestrijden' wordt besproken met buurtbewoners.

|||| STUDENTPROJECT EENZAAMHEID

Vanuit het Platform Eenzaamheid Walcheren (PEW) is door 'ZeelandBruist' het Studentenproject Eenzaamheid opgezet en uitgevoerd in het kader van het landelijke programma 'Eén tegen Eenzaamheid'. Binnen dit project zijn studenten van het MBO, HBO en universitair onderwijs in Zeeland over het onderwerp 'Eenzaamheid' in gesprek gegaan met bekende personen in hun eigen omgeving.

De studenten gaven na het project aan: 'Dat niet iedereen ervan gediend is' (om het te hebben over eenzaamheid) tot 'Dat er meer mensen last van hebben dan ik dacht'. Naar aanleiding van het project zijn sommige studenten van plan om vaker over eenzaamheid te praten. Verder kwam naar voren dat een groep studenten zich ongemakkelijk voelt om over eenzaamheid te praten.



Alle onderdelen van dit jaarverslag zijn ook te vinden op
<https://manteling.nu/jaarverslag-2024/>

