

MARTINE VANGAVER BLOGT OM MANTELZORGERS WEGWIJS TE MAKEN IN DE SOCIALE VOORZIENINGEN



Sterke vrouwen met een bijzonder verhaal, je vindt ze geregeld in Libelle. Wij noemen ze 'vrouwen met een missie'. Ze zetten zich belangeloos in voor andere mensen en voor een betere wereld, hier of in het buitenland!



”Denk vooral niet dat je alleen staat!”

Uit noodzaak sprong Martine in de bres voor haar dementerende schoonmoeder en haar gehandicapte schoonbroer. Met alle emoties, maar ook alle praktische vragen van dien. Om anderen te helpen die daar ook tegenaan liepen, startte ze een weblog.

Je schoonmoeder begint te dementeren en het ziet ernaar uit dat ze binnenkort naar een rusthuis zal moeten. Je mentaal gehandicapte schoonbroer, die altijd bij haar in huis heeft gewoond, zal vanaf dan meer steun en begeleiding nodig hebben - als hij tenminste nog zelfstandig kan blijven wonen. Je hebt altijd geweten dat die zorg ooit voor een stuk op jouw schouders zou terechtkomen. Maar ineens is dat moment er, sneller dan verwacht. Wat moet er allemaal geregeld worden? Wat is dringend, wat kan later? En bij welke instanties kun je aankloppen voor advies en hulp? Toen **Martine Vangaver** (47) drie jaar geleden nogal plotseling in bovenstaande situatie belandde, vond ze het verre van evident om het bos door de bomen te blijven zien. “En dan zat ik nog in een bevoorrechte positie, omdat ik jarenlang als ambtenaar in de sociale sector heb gewerkt. Ik kende mijn weg dus al een beetje in de doolhof van de verschillende sociale voorzieningen. Ook omdat we voor mijn man, die fysiek minder valide is, al vaak een beroep hebben moeten doen op instanties allerhande. Maar dat het zo complex en intensief was om in korte tijd een oplossing te zoeken voor mijn schoonmoeder en schoonbroer, daar schrok ik behoorlijk van. Alleen al die termen en afkortingen waarmee je ineens rond de oren wordt geslagen: voorlopige bewindvoering, KATZ-schaal, MMSE-test. Ik dacht: als het voor mij al allemaal Chinees is, hoe moet het dan zijn voor mensen die veel minder vertrouwd zijn met die materie!? Het is sowieso al een klap van formaat als iemand in je omgeving dement wordt. Je vraagt je af wat de toekomst zal brengen, wat er zal overblijven van de persoon die je gekend hebt en van de band die jullie hadden. Zoveel emoties, vragen en twijfels. En dan moet je tegelijk in actie schieten en op korte termijn een hoop dingen regelen. Geen sinecure.”

Een persoonlijke aanpak

Was dat het begin van uw blog?

“Niet meteen, maar vanaf dat moment begon er wel een gedachte wortel te schieten in mijn hoofd. Noem me naïef, maar ik dacht: eigenlijk zou, vanaf het moment dat ergens in ons land de diagnose dementie gesteld is, een rood vlagje moeten gaan wapperen. Waarop de betrokken familieleden automatisch een infobrochure en alle mogelijke aanvraagformulieren toegestuurd krijgen. Die informatie is nu ook grotendeels

voorhanden, maar vaak totaal versnipperd. En soms moet je er zélf achteraan gaan, bijvoorbeeld om te achterhalen of je financiële steun krijgt of niet, en wat je moet doen om daar aanspraak op te maken. Ik betrapte mezelf erop dat ik steeds vaker aan mensen aan het uitleggen was waar ze recht op hadden en hoe ze een aanvraag konden indienen. En omdat rode vlaggetjes nu eenmaal niet vanzelf uit de grond schieten, ben ik er maar zelf mee begonnen: wat ik wist, heb ik gebundeld op een blog.”

Tot wie richt u zich vooral met die blog?

“Ik vertel mijn persoonlijke verhaal, vertrekkend vanuit de situatie met mijn schoonmoeder en schoonbroer. Ik leg uit hoe ik het heb aangepakt, hoe ik me daarbij voelde, welke diensten ik gaandeweg heb leren kennen, welke obstakels ik op mijn pad ben tegengekomen. Met telkens links en verwijzingen naar de bevoegde instanties, en allerlei nuttige weetjes en adviezen. Ik leg

beeld ongeduldig op een antwoord van een organisatie zitten te wachten en bij mij lezen dat dit best een hele tijd kan duren. Vaak hebben ze ook bijkomende vragen, vanuit hun specifieke situatie. Die probeer ik dan te beantwoorden, of ik verwijs door naar de betrokken instanties. Soms is het gewoon een kwestie van een aanmoedigend duwtje in de rug geven: er zijn procedures die heel ingewikkeld lijken, maar die in de praktijk echt niet zo moeilijk zijn.”

Zoals bijvoorbeeld?

“Het aanstellen van een voorlopige bewindvoerder, om maar iets te noemen. Toen ik van de bank te horen kreeg dat we hier best werk van zouden maken, ben ik op internet gaan uitpluizen wat het inhield. Ik kwam meteen op sites van advocaten terecht, wat de indruk gaf dat het niet alleen een dure grap zou worden, maar ook dat het voor een leek quasi onmogelijk is om eraan te beginnen. Tot ik naar het vre-



MARTINE VANGAVER

”Het is al een klap als iemand in je omgeving dement wordt. Zoveel emoties, vragen, twijfels... En tegelijk moet je een hoop dingen regelen”

bijvoorbeeld in mensentaal uit hoe je de tegemoetkoming 'hulp aan bejaarden' aanvraagt, of een integratietegemoetkoming voor een gehandicapte of zieke die niet meer zelfredzaam is. Ik vertel vanuit mijn eigen ervaringen hoe je de opname in een rusthuis best voorbereidt, hoe voorlopige bewindvoering in zijn werk gaat en wat de voordelen zijn van een arbeidszorgproject. De blog is er vooral voor mantelzorgers: familieleden die voor dementerenden, maar ook mentaal gehandicapten, fysiek gehandicapten, chronisch zieken en hun omgeving zorgen. Want het zijn vaak dezelfde instanties bij wie je moet aankloppen.”

Klein duwtje in de rug

Krijgt u veel reacties?

“Ik krijg geregeld mails van mensen die zich in mijn verhaal en mijn emoties herkennen, of die iets hebben gehad aan een of andere tip. Of die gerustgesteld zijn als ze bijvoor-

degerecht belde en een heldere uitleg kreeg, waarmee ik zelf aan de slag kon. Een paar weken later was het in orde. Niet dat ik de indruk wil wekken dat het een procedure is die je lichtvaardig mag opstarten, want emotioneel is het beslist niet te onderschatten.”

Wat houdt dat eigenlijk in, voorlopige bewindvoering?

“De vrederechter stelt een persoon aan, dat kan een advocaat zijn maar net zo goed een familielid, die alle roerende en onroerende goederen van iemand beheert en bewaakt. Zo hou ik de inkomsten en uitgaven van mijn schoonmoeder en schoonbroer bij en dien ik één keer per jaar het jaarverslag in bij de vrederechter, ter controle. Het is echt niet zo moeilijk als de meeste mensen denken, hoor. Als je je eigen budget kunt beheren, dan kun je dat ook voor een ander doen.”



Martine helpt mantelzorgers, in mensentaal

band tussen mijn man en zijn moeder zuiver bleef, dat hij het allemaal op mij kon steken. (lacht) Ook voor zijn broer was het beter als ik de 'boosdoener' was. Maar het woog emotioneel wel zwaar. Ik moest echt slikken toen ik de aanvraag indiende, vroeg me ook af: kan ik dit maken, en wat moeten we die mensen hierna nog allemaal afpakken? Rationeel wist ik dat het de enige oplossing was, maar gevoelsmatig woog het zwaar. Ik heb hen ook zo goed en zo kwaad mogelijk proberen uit te leggen wat er zou veranderen en waarom. Dat mijn schoonbroer bijvoorbeeld voortaan weeggeld van mij zou krijgen, en daarmee moest zien rond te komen."



MARTINE VANGAVER

"Op mijn blog vertel ik hoe ik het heb aangepakt met mijn schoonmoeder en schoonbroer, hoe ik me voelde en welke obstakels ik ben tegengekomen"

Hoe gaat het nu met hem? En met uw schoonmoeder?

"Mijn schoonmoeder verblijft in een rusthuis. Gelukkig vlakbij, zodat mijn schoonbroer op eigen houtje bij haar op bezoek kan gaan. In afwachting van het moment dat er een plaatsje voor hem vrijkomt in een tehuis, woont hij alleen, maar hij heeft veel begeleiding nodig. Als er bijvoorbeeld 's avonds niemand naar hem toegaat om zijn wekker te zetten, staat hij 's morgens niet op om te gaan werken. Niet omdat hij van slechte wil is, maar omdat een eenvoudige handeling als de wekker zetten voor hem nooit een automatisme zal worden. We willen hem graag nog een aantal dingen aanleren die nodig zijn voor zijn zelfredzaamheid. Maar het is een constante zoektocht: is er nog plaats in het leerproces of zitten we aan de limiet?"

Laatste tips

Op uw blog zegt u dat u het vooral wilt opnemen voor mensen voor wie het leven te snel gaat. Wat bedoelt u daarmee?

"In deze digitale tijden lijkt het alsof iedereen toegang heeft tot alle mogelijke infor-

matie, maar dat klopt niet. Er is een gigantische kloof tussen de mensen die 'mee' zijn en mensen die niet goed kunnen volgen. Op internet is tegenwoordig zowat alles op te zoeken, dat is waar, maar lang niet iedereen heeft internet, en lang niet iedereen kan met de computer overweg. Ik wil dat die groep niet vergeten wordt."

Maar uw blog staat op datzelfde internet...

(Lacht) "Ja, het is nu eenmaal dé weg om veel mensen tegelijk te bereiken. Maar ik besef dat het medium zijn beperkingen heeft. Daarom ben ik zo blij met dit interview in Libelle, waarmee ik weer andere mensen aanspreek."

Dan wilt u hier vast ook nog wel een paar adviezen kwijt?

"Als je in een zorgsituatie belandt, of zelf hulpbehoevend wordt, stap dan naar het OCMW of de sociale dienst van je ziekenfonds. Daar kunnen ze je vertellen op welke tegemoetkomingen en hulpverlening je recht hebt. En, heel belangrijk: zet je schroom opzij, denk niet dat je alleen staat. Door open en eerlijk te praten over je situatie krijg je vanzelf begrip. En ontmoet je lotgenoten van wie je iets kunt opsteken."

Meer info?

• U vindt de blog van Martine op <http://martinevangaver.wordpress.com>

• Martine zal op 19 oktober in het 'praatcafé dementie' in Brugge getuigen over haar ervaringen als voorlopige bewindvoerder. Meer info op haar site.

Interview: Carine Stevens. Foto's: Johan Martens.



Deze vrouwen met een missie kwamen al aan bod

Libelle zet dit jaar 10 vrouwen met een missie in de kijker. Vrouwen die met hun project de wereld een klein beetje proberen te veranderen. De verhalen van deze vrouwen kwamen al aan bod:



Toen de partner van **Jessica Tuybens** voor twee jaar naar de gevangenis moest, bleef ze alleen achter en stortte ze in. Het is haar droom om een huis op te richten waar partners van gedetineerden terecht kunnen voor praktische informatie en emotionele ondersteuning. • Libelle 8, 24 februari 2011



Roeline Ham baat Boobs-'n-Burps uit, een boetiek voor vrouwen die borstvoeding geven. Je vindt er handige borstkolven, comfortabele en modieuze beha's en je kunt er workshops rond borstvoeding volgen. • Libelle 10, 10 maart 2011



Marie-Josée Verhoeven doorkruist België met een busje om mensen met een eetstoornis en hun omgeving bij te staan. Ze kunnen binnen springen voor informatie, advies, gesprekken met ervaringsdeskundigen en kunnen er in contact komen met lotgenoten. • Libelle 15, 14 april 2011



Jongeren van wie een van de ouders ernstig ziek is, krijgen te kampen met heel wat emoties. **Lut Arras** richtte voor hen het luisterhuis JOVO op. • Libelle 18, 5 mei 2011



Sophie Lohier richtte 'Dottie' op, een netwerk-site voor mensen met een beperking. Ze wilde voor haar broer Yannick, die verstandelijk gehandicapt is, een veilige omgeving creëren waarin hij in contact kon komen met andere mensen met een beperking. • Libelle 22, 1 juni 2011



Na een zelfdoding in haar familie zakte **Barbara Bruyneel** weg in een depressie. Ze overwon die met professionele hulp, maar besefte dat therapie nog een groot taboe was. Met de vzw 'Help mij' wil ze dat taboe doorbreken en biedt ze therapieessies aan voor volwassenen en kinderen. • Libelle 29, 20 juli 2011

Aan het einde van het jaar kunt u bepalen welke vrouw met een missie de ertitel 'Libelle Vrouw van het Jaar' verdient.

SanomaMedia

LIBELLE is een uitgave van Sanoma Magazines Belgium n.v.
BTW: BE 404.802.477, RPR Brussel.
Maatschappelijke zetel: Telecomlaan 5-7, 1831 Diegem.
Prijs per nummer: € 2,25.

REDACTIEADRES
Uitbreidingstraat 82, 2600 Berchem
Tel. 03-290 14 42 - Fax: 03-290 14 44
E-mail: libelle@libelle.be; www.libelle.be
ABONNEMENTEN: 02/309.29.01, abon@libelle.be
AANBIEDINGEN: 02-309 29 28

HOOFDREDACTEUR EN VERANTWOORDELIJKE UITGEVER

Ditte Van de Velde
Uitbreidingstraat 82, 2600 Berchem

CHEF-REDACTIE

Christel Mertens

COÖRDINATIE

Tom Watzet (reportage), Carine De Mey (lifestyle)

REDACTIE

Ilse Ceulemans, Miek Croonen, Cecilia Debacker, Herte De Cleyn, Laura de Coninck, Els De Ridder, Sofie Doms, Sofie Goossens, Kristel Heyen, Karolien Joniaux, Paula Ketelslegers, Els Lion, Ingrid Martens, Miek Moolenaar, Els Lips, Natalie Peeters, Kaat Schaubroeck, Carine Stevens, Elke Van Noten, Pauline Windhorst

WEBMASTER

Karen Walgraeve

VORMGEVING

Bas De Ridder, Anne Meyers, Suzy Nijs, Hilde Vander Linden, Anne Van Reeth

SECRETARIAAT

Elizabeth DeBacker, Anne-Catherine De Meulder

VASTE MEDEWERKERS

Ida Bakker, Anja Blévi, Karin Bosman, Karl Bruninx, Elisabeth Bungeneers, Lore Callens, Katty Clynhens, Femke Coopmans, Reinhart Croon, Mariet Daemen, Karel Daems, Bieke Damen, Anne Davis, Philippe Desnerck, Ilse D'hooge, Yves De Lobelle, Debby Demangelaere, Sylvie D'hoore, Nadine Duterne, Janneke Eijsbouts, Yasmina El Messaoudi, Kathleen Geenen, Darren Isaac, Stefan Jacobs, Ronald Joossen, Eva Keustermans, Mireille Kouwenberg, Nathalie Le Blanc, Siska Loraine, Dimitri Lowette, Laurence Machiels, Johan Martens, Annemie Meeusen, Marco Mertens, Catherine Mys, Anne Peeters, Rika Ponnet, Freddy Roegiest, Annelies Rijckaert, Ann Strijbol, Tim Teck, Myriam Thys, Katrien Van de Vijver, Leen Van Durme, Evert Venema, Tine Verdickt, Jos Verhoogen, Anne Wislez, Sarina Wijnen

COÖRDINATIE TV-BIJLAGE

Martine Delveaux

MARKETING

Davy Baccarne

UITGEVER

Karen Hellemans

UITGEFDIRIRECTEUR

Christine Festjens

CREATIEF DIRECTEUR

Thomas Siffer

COMMERCIEEL DIRECTEUR

Hans Cools

GEDELEGEERD BESTUURDER

Aimé Van Hecke

ADVERTENTIEREGIE

SanomaMedia

COMMUNICATION SOLUTIONS

Telecomlaan 5-7, 1831 Diegem.

Koen De Muylder

tel. 02-776 27 34, fax 02-776 27 93



LIBELLE treedt toe tot de JURY VOOR ETHISCHE PRAKTIJEN INZAKE RECLAME en houdt zich aan haar aanbevelingen tot verwijdering van bedrieglijke reclame uit zijn uitgaven. Indien u toch enige klacht hebt, vragen wij u te schrijven naar de JURY VOOR ETHISCHE PRAKTIJEN INZAKE RECLAME, Barastraat, 175, 1070 Brussel. www.jep.be

Oplage: 262.734

