

*In Leusden is sinds augustus 2019 het project 'In voor mantelzorg' actief.*

*Vanuit die vragen zullen we de komende periode regelmatig een interview met een mantelzorger publiceren.*

Interview met Cas Janse, met online ondersteuning van Janske Bakker en Ernst Jilderda, beiden betrokken bij het project 'In voor mantelzorg' in Leusden

### **Voor wie zorg je en wat is de aard van de beperkingen van de zorgvrager?**

Samen met mijn echtgenote, met wie ik inmiddels 50 jaar getrouwd ben, verzorgen we het huishouden. In deze opstelling heet ik dan mantelzorger en is zij de zorgvrager hoewel dat voor mij niet zo voelt.

Mijn vrouw is 40 jaar geleden in het ziekenhuis terecht gekomen en geopereerd in het UMC afdeling neurochirurgie. Tijdens deze operatie werden een aantal goedaardige tumoren uit het ruggenmerg verwijderd. Om deze tumoren te bereiken werden de wervelbogen doorgezaagd en verwijderd waardoor een zeer pijnlijke rug overbleef zonder stabiliteit. Na de operatie volgde revalidatie in de Hoogstraat, destijds nog in Leersum. De verzwakking van de rug heeft er uiteindelijk toe geleid dat ze, in de loop der jaren, de dagen meer en meer liggend doorbrengt.

### **Waarom ben je mantelzorger geworden?**

In onze situatie is er geen overgang van niet mantelzorg naar wel mantelzorg maar een geleidelijke verschuiving van (huishoudelijke) taken. Dat geldt niet alleen voor mij maar ook onze kinderen, 2 jongens.

Echter de tijd schrijdt voort, de jongens gingen het huis uit en met het ouder worden nam de mobiliteit van mijn vrouw af. Het wagenpark werd uitgebreid met rollator, rolstoel en ook de traplift verscheen in het interieur, Meer huiselijke bezigheden verschoven in mijn richting. Per week krijg ik een werkljst die ik in eigen beheer op een voor mij geschikt tijdstip uitvoer.

### **Welke mantelzorgtaken doe je?**

We zijn beiden gesteld op structuur. We staan 's morgens op met de wekker. Ik verzorg over de dag het ontbijt, de lunch en het avondeten. Twee keer per week gaat mijn vrouw naar Academas voor fysiotherapie waarbij ik haar liggend op de achterbank mag vervoeren omdat rechtop zitten geen optie is. Meestal doe ik 2x per week boodschappen zodat we verse ingrediënten in de maaltijd kunnen gebruiken.

Samenvattend zijn mijn zorgtaken: verzorgen van de maaltijden, boodschappen doen en huishouding.

### **Waar liep je zoal tegenaan en was de oplossing goed te vinden?**

Omdat ik ouder word hebben we ons afgevraagd hoe de dagelijkse zorg kan worden ingevuld als ik plotseling deze zorg niet zou kunnen leveren. In mijn speurtocht ben ik bij onze huisarts terecht gekomen. Die heeft mij verzekerd dat, mocht zich deze situatie voordoen, via hem/haar direct, ieder moment van de dag, externe hulp vanuit de gemeente kan worden gemobiliseerd.

### **Hoeveel tijd besteed je per week aan mantelzorgtaken en hoe lang doe je dit al?**

Deze vraag is niet eenduidig te beantwoorden. Bijvoorbeeld hoeveel tijd is mantelzorg tijd als ik het ontbijt klaar maak? Bovendien wisselt dat per dag, sommige dagen iets meer door extra activiteiten zoals bezoek aan de fysio.

### **Heb je hulp uit eigen omgeving, of doe je meer een beroep op diverse organisaties?**

Tot op heden zijn we in staat samen een redelijk stabiel bestaan te leiden met ongeveer iedere maand een 9 daags verblijf in ons recreatie appartement in Zeeland.

### **Kun je de mantelzorg combineren met je werk/studie/hobby?**

Ik ben bijna 10 jaar met pensioen dus ik heb alle tijd voor de mantelzorgtaak. Sinds enige tijd ben ik secretaris van de Probus Club Leusden. Een club van oudere heren, die 2 maal per maand bij elkaar komt.

### **Spreek je andere mantelzorgers waarmee je bepaalde dingen kunt delen?**

Ik heb daar tot nu toe nog niet de behoefte toe gevoeld.

### **Wat zou je helpen om uw taken als mantelzorg te verlichten?**

Als eerder aangegeven staat het op mijn lijstje om toch nog beter uit te zoeken hoe de gemeentelijke instanties zouden kunnen reageren op een urgente hulpvraag als ik zou uitvallen.

### **Zou je blij zijn met een Mantelzorgcafé?**

Ik heb geen idee wat ik daar zou kunnen verwachten. Mogelijk zou ik er uit nieuwsgierigheid naar toe gaan .

### **Het volgende interview wordt afgenomen van : Carla Renooy**

**Herkent u zich in deze situatie en wilt u ook eens met andere mantelzorgers uw ervaringen delen, meld u dan aan bij sociaal-plein Leusden voor een koffie-ochtend of een mantelzorgwandeling of bel dan met Lariks, 033-3034444 en vraag naar Corinne Mooren, [mantelzorg@lariks-leusden.nl](mailto:mantelzorg@lariks-leusden.nl).**

**" (Janske Bakker en Ernst Jilderda zijn betrokken bij het project 'In voor mantelzorg')**