

Wat doet **ouderenwerk** voor deze stad?

ELS



In de eerste week van de lockdown hebben we 300 mensen gebeld: “hoe gaat het met u?”

Wie: Els Beekhuis (59)

Wat: Sociaal werker, specialiteit ouderen en kwetsbare groepen

Waar: Mooi welzijn

Locatie: Moerwijk

Wat houdt je werk als sociaal werker precies in?

‘Ik zet me vooral in voor de doelgroep van ouderen. Dat kunnen al mensen zijn van 55+, of als het migrantenouderen zijn soms zelfs nog wel jonger. Ik bied ze allereerst een luisterend oor om te achterhalen waar ze behoefte aan hebben en daarna kijk ik wat ik mensen zelf kan bieden, waar ik collega’s voor nodig heb, of wie ik moet doorverwijzen.’

Wat voor type hulp kun je zelf bieden?

‘Het is vooral het gesprek, het luisterend oor, er zijn voor mensen. En waar mogelijk ze helpen met praktische zaken. Ik probeer veel wandelend te doen. Als wandelcoach merk ik dat mensen veel opener worden als je met ze op pad bent, dan wanneer je op kantoor zit. Ons kantoor is chaotisch gezellig ingericht. Maar je zit dan wel

tegenover elkaar en je kijkt elkaar aan, in gesprek gaan vinden mensen dan soms lastig. Als we gaan wandelen in het groen gebeurt er meer. Mensen zijn in beweging, waardoor het lichaam een stofje aanmaakt waardoor je je al beter voelt, en je loopt naast elkaar en dat maakt een probleem bespreken makkelijker.’

Over wat voor problemen gaat het dan?

‘Bijvoorbeeld over financiën, scheidingen, gezondheidsproblemen, depressiviteit, of het verlies van dierbaren. Ik stel vooral veel vragen, iemand moet dan nadenken over het antwoord. Zo komen mensen zelf vaak tot oplossingen. Wandelend met elkaar in gesprek zijn helpt dan echt. Vaak doe ik dat 1-op-1, maar we organiseren ook groepswandelingen.’

Maak je ook gebruik van de omgeving bij zo'n wandeling?

‘Ja. Ik was bijvoorbeeld met een mevrouw in het park die ik vroeg: ‘welke plek in dit bos staat symbool voor hoe je je nu voelt?’ Ze koos een chaotisch stuk uit met een prikkelige bramenstruik waar ook nog brandnetels omheen stonden. ‘Ik zie door de bomen het bos niet meer’, was eigenlijk haar conclusie. Gezamenlijk proberen we daarna uit te vinden welke stappen ze kan zetten om weer vooruit te komen.’

Levert het wandelen meer op dan alleen opener gesprekken?

‘Ik denk dat we door het wandelen minder contact nodig hebben dan wanneer we alleen op kantoor zouden werken. Overigens varieert het heel erg hoe vaak je iemand spreekt. Soms is één gesprek voldoende, maar er zijn soms ook mensen met wie we jarenlang contact hebben, dat kan ook. En alles er tussen in. Soms moet je veel tijd investeren om voldoende vertrouwen op te bouwen, dan ben je wel tien maanden bezig om überhaupt door iemand binnen te worden gelaten.’

Wat is de meest voorkomende problematiek?

‘Eenzaamheid en financiële zaken. Mensen hebben vaak een laag inkomen waardoor ze weinig kunnen doen. We proberen ze dan te helpen om bijvoorbeeld goedkopere verzekeraars of energieleveranciers en dergelijke te vinden, want negen op de tien keer maken ze al gebruik van alle ondersteuningsopties waar ze recht op hebben.’

Andere organisaties die

contact met hen opnemen

belden voor praktische

zaken, maar niet om te

vragen hoe het me ze ging.

Wat gebeurt er als mensen zoals jij er niet zouden zijn, als het werk wat jij doet niet meer wordt gedaan?

‘Dan worden mensen veel minder gezien. In de eerste week van de coronalockdown hebben we bijna 300 mensen die bij ons in het bestand staan gebeld: hoe gaat het, wie zorgt er voor u, wie doet de boodschappen, vindt u het fijn regelmatig door ons gebeld te worden? Ik denk dat we daarmee zo'n 30 mensen aan maaltijden hebben kunnen helpen. 70 mensen zijn in een telefooncirkel gezet en worden nu wekelijks gebeld. In de eerste weken belden we ze wel twee-drie keer per week, sommigen zelfs nog vaker. We hebben ook allerlei spullen zoals boeken en schilderspullen rondgebracht. We kregen van hen terug dat ze het zo fijn vonden dat wij aan hen vroegen hoe het met ze ging. Andere organisaties die contact met hen opnemen belden voor praktische zaken, maar niet om te vragen hoe het me ze ging.’

Helpt je werk ook preventief voor de gezondheid van mensen?

‘Als wij op tijd kunnen instappen kan dure zorg worden voorkomen. Bijvoorbeeld door dat wandelen; in sommige gevallen kan dat net het verschil maken en doorverwijzing naar een psychiater overbodig maken. Of het gebruik van pillen. Dat scheelt begeleiding door zorgorganisaties.’

Werken jullie ook samen met huisartsen?

‘Ik werk al jaren samen met een huisartsenpraktijk hier, waarbij we één keer per maand een overleg hebben over cliënten met ‘multi-problematiek’, kwetsbare ouderen. Eens per twee maanden is er een multidisciplinair overleg over specifieke onderwerpen: wmo, mentorschap, euthanasie, regels bij verzorgingshuizen, het kan

over van alles gaan. We bespreken dan casussen waar iedereen vanuit zijn professie over mee kan denken. Zo was er een mevrouw die altijd erg actief was, maar ineens ziek werd, darmproblemen kreeg en zo in een dip zat dat ze door de dokter niet meer te bewegen was om haar medicijnen te nemen om haar darmen te stabiliseren.'

Wat bespreek je dan?

'De verpleegkundige suggereert dan dat er een wijkverpleegkundige kan komen die één keer per dag die medicijnen aan komt reiken. Dat kan helpen. Ik geef dan bijvoorbeeld aan: die mevrouw wil graag naar een plek die ze leuk vindt, maar dat lukt niet vanwege de darmklachten. Wat nu als ik een vrijwilliger regel die daar met haar naar toe wil. Dan heeft ze een leuk vooruitzicht en is ze wellicht wel te bewegen om haar medicijnen zelf te nemen. Dat leggen we allemaal voor aan de huisarts -en die weer aan de patiënt- en dan wordt door hen een keuze gemaakt. Wij, als sociaal werkers, kijken dus anders naar zaken. Dat kan dus zeker preventief werken én zorgkosten besparen.'

Verwijzen huisartsen ook cliënten door naar je?

'Met 'Welzijn op recept' gebeurt dat inderdaad geregeld. Een huisarts kan relatief makkelijk een kwetsbare patiënt herkennen en die kan dan vragen of ik langs mag komen. Dat werkt goed.'

Is een doorverwijzing door een huisarts het meest voorkomende kanaal?

'Nee, het is van alles. Mensen die hier regelmatig komen die een buurvrouw of een vriend meenemen. Mensen die ik zelf gewoon op straat tegenkom en aanspreek. Via de huisarts. Het kan allemaal.'

Heeft de coronacrisis veel impact gehad?

'Absoluut. Er is een groep mensen die heel lachend is en denkt dat het maar een griepje is. Ook zijn er mensen die niet zo door hebben wat anderhalve meter is, terwijl ze denken zich wel aan de regels te houden. En dan zijn er nog de mensen die de straat na drie maanden nog steeds niet op

durden. Zoals een stel waarvan de man Alzheimer heeft, die heel angstig is en telkens het raam van hun woning op vier hoog dicht doet, omdat hij bang is dat het virus daardoor naar binnen komt. Dat is voor zijn vrouw heel benauwend. Maar zij denkt dan weer dat de Alzheimer van haar man wel meevalt waardoor ze zorg mijdt. Ik probeer hen dan beiden te helpen.'

Welke impact verwacht je van het verdere verloop van de coronacrisis?

'Er kan minder, dus bijvoorbeeld ook Haags Ontmoeten, de ontmoetingsplek hier, is lang dicht geweest. Nu het weer open mag, mogen er maar negen mensen zijn. Open inloop is dus niet mogelijk, je moet mensen nu uitnodigen. Dat is ook weer lastig, want mensen willen soms vrienden en vriendinnen meenemen en dat kan niet altijd. Bepaalde activiteiten kunnen ook niet meer. Zingen durven we niet meer aan. Het blijft behelpen en het blijft ook lastig uit te leggen aan mensen.'

Wat mij energie geeft,

is dat je ook daadwerkelijk

het verschil kan maken

voor mensen.

Wat is het meest bijzondere wat je hebt meegemaakt in je werk?

'Wat mij energie geeft is dat je ook daadwerkelijk het verschil kunt maken voor mensen. Er was een keer een mevrouw die helemaal overstuur bij ons kwam. We probeerden haar te kalmeren. Haar partner bleek overleden. Ik bracht haar later naar huis, maar ik mocht niet mee naar binnen. We hielden contact en er bleek meer aan de hand. Alle spullen van haar overleden ouders stonden in haar huis, evenals de meubels van haar overleden partner, die op een andere verdieping had gewoond. Het hele huis stond propvol meubilair en knuffelbeesten.'

Ze durfde geen afstand te doen?

'Nee en ze raakte overal overstuur van en durfde geen centrale verwarming te laten installeren door Staedion, waarop die corporatie uiteindelijk zelfs met een rechtszaak dreigde. Ik heb haar toen in elke stap begeleid: ik sprak met Staedion, met de aannemer, we begeleidde haar op de dag dat de verwarming werd aangelegd, en ik hielp ook met het verminderen van meubels en met de enorme hoeveelheid knuffels. Ik heb ervoor gezorgd dat er 15 wassen gedraaid werden om die schoon te maken, waarna we ze in samenspraak met die mevrouw doneerden. Ook regelde ik huishoudelijke hulp voor haar. Ik zoek dan de grenzen op van het sociaal werk, maar ik heb haar zo kunnen helpen. We zijn nu twee jaar verder, ik zie haar nog regelmatig, en het gaat gewoon beter met haar dan toen. En ze kan nog gewoon thuis wonen, terwijl het advies eerder was dat een opname wenselijk was. Dat hebben we voorkomen.'

Ik zoek dan de grenzen
van het sociaal werk
op maar heb haar zo
kunnen helpen.