



Wat als thuis wonen niet meer mogelijk is...

In Vlaanderen en het Brussels Hoofdstedelijk Gewest leven vandaag naar schatting **150.000 mensen met dementie**. Ongeveer **70%** van hen woont nog thuis, want de meeste mensen blijven het liefst in hun vertrouwde omgeving.

Toch kan thuis wonen op een bepaald moment te zwaar worden, ondanks de inzet van mantelzorgers en de ondersteuning van thuiszorgdiensten, dag- en nachtopvang of kortverblijf.

De voortdurende zorg, een omgeving die niet langer aangepast is of een toenemende zorgbehoefte kunnen de draagkracht van mantelzorgers overschrijden. De **stress en belasting** die mantelzorgers ervaren, spelen vaak een doorslaggevende rol in de beslissing om te verhuizen naar een woonzorgcentrum.

Zo'n verhuis is een ingrijpende gebeurtenis, zowel voor de persoon met dementie als voor iedereen die nabij staat. De overstap van een vertrouwde thuisomgeving naar een nieuwe plek brengt onzekerheid, vragen en emoties met zich mee.

Wat kan je doen voor jezelf als mantelzorger?

Een verhuis is voor zowel de persoon met dementie als voor de mantelzorger een emotioneel proces. Het is een moment van afscheid nemen dat gepaard kan gaan met rouwgevoelens. Naast een stukje opluchting ervaren mantelzorgers vaak ook schuldgevoelens en vinden ze dat ze tekortschieten. Vragen als 'Heb ik het wel goed gedaan? Was het niet te vroeg? Kon hij/zij toch niet langer thuis blijven wonen als ik...?' zijn zeker niet ongewoon. **Praten over deze gevoelens kan je helpen** ermee om te gaan. Dat kan bijvoorbeeld met familie, vrienden, maar ook met de huisarts of een andere hulpverlener.

Als mantelzorger kan het moeilijk zijn om de zorg over te dragen aan de medewerkers van een woonzorgcentrum. Het is daarom ook belangrijk om in gesprek te gaan en afspraken te maken met het verzorgend personeel. Hierbij kan je samen de mate van betrokkenheid gaan bepalen. Als mantelzorger kan je bijvoorbeeld voorstellen om op bepaalde tijdstippen aanwezig te zijn en te helpen bij de maaltijd. Met **goede afspraken** zorg je er samen voor dat de persoon met dementie het zo goed mogelijk naar zijn zin krijgt in zijn nieuwe omgeving.

Weet dat het normaal is dat de persoon met dementie tijd nodig heeft om te wennen. Vaak verbetert het functioneren opnieuw na **een gemiddelde gewenningsperiode van zes weken**.

Ook voor jou als mantelzorger kan dit zorgen voor meer rust en een gevoel dat de kwaliteit van leven terug verbetert.

(Bron: <https://dementie.be/tandem>)



Indien u vragen heeft rond dementie, informatie wenst, ... kan u steeds terecht bij de referentiepersonen dementie Femke Blondeel en Ine Van de Meulebroecke. U kan ons bereiken op het nummer 055/23.40. 23 of via email: femke.blondeel@werken-glorieux.be en/of ine.vandemeulebroecke@werken-glorieux.be

vergeet
dementie
onthoumens