

UIT VOORZORG

Met Voorzorgcirkels geeft initiatiefnemer Henk Geene in een modern jasje invulling aan het naoberschap dat in Nederland -afhankelijk van waar je woont- gemeengoed was voordat de individualisering van de samenleving de overhand kreeg. Hard nodig, stelt hij, want de problemen die de toenemende vergrijzing met zich meebrengt zijn alleen in de samenleving op te lossen, met mensen die omzien naar elkaar en iets voor elkaar over hebben.

TEKST: FRANK VAN WIJCK, BEELD: VOORZORGCIRKELS



Na een leven lang werken in de zorg – hij is psycholoog – schreef Geene een boek over vergrijzing en ouderenzorg. Dit leidde tot een uitnodiging van de KBO om een project wonen en zorg te ontwikkelen. Toen hij daarmee aan de slag ging, was zijn eerste gedachte: dat kleine verpleeghuis in ons dorp met 24 bedden, dat kunnen wij als bewoners best zelf aansturen, het zijn immers onze eigen dorpsgenoten die daar moeten gaan wonen.

Maar hoe meer hij zich in de materie verdiepte, hoe meer hij tot de conclusie kwam dat er zóveel vergrijzing is – en tot de piek in 2040 nog op ons afkomt – dat het aansturen van dat kleine verpleeghuis een druppel op een gloeiende plaat is. “De problemen die de vergrijzing met zich meebrengt kunnen we alleen maar samen oplossen”, zegt hij.

Voorzorgcirkels

Dus ging Geene bijeenkomsten voor en met ouderen organiseren om te horen wat zij wilden. “In de kern wilden ze allemaal hetzelfde”, zegt hij, “zo lang mogelijk thuis blijven wonen en daarbij rekenen op steun uit de directe omgeving. Maar ze zeiden ook: ‘Ik ben nu nog gezond en ik zie wel’. Dat is je kop in het zand steken natuurlijk.

Ze bereidden zich niet voor op het feit dat ze zorg nodig zouden hebben als ze ouder werden. Maar als het zover is, hebben ze elkaar wel nodig. We hebben te maken met vergrijzing én met ontgroening. Er komen steeds minder jonge mensen om voor steeds meer oude mensen te zorgen. Er is nu al personeelskrapte in de zorg en we hebben de piek van de vergrijzing nog niet eens bereikt.”

Als oplossing bedacht Geene Voorzorgcirkels. Groepjes van acht tot dertien mensen waarin gezonde vitale ouderen zorgbehoefte ouderen helpen. De vitale ouderen investeren met deze aanpak om in een later stadium – als ze zelf zorgbehoefte zijn geworden – die investering terug te krijgen. “feitelijk modern naoberschap dus”, zegt hij. “Dat zijn we kwijtgeraakt toen na de Tweede Wereldoorlog de welvaart toenam en het collectivisme plaats maakte voor individualistische. Nu komen we er achter dat we het collectieve weer nodig hebben.”

Nabijheid

Kernelement van de Voorzorgcirkels is dat de deelnemers dicht bij elkaar in de buurt wonen, op loop- of fietsafstand van elkaar. “Daarom ben ik voor de uitwerking ook begonnen in huurappartementen”, vertelt Geene. “De bewoners daar kennen elkaar al een beetje en er is een wijkconsulent en een woningcorporaties.

Als je die een beetje mee hebt, ben je al een heel eind.” In Deventer heeft de projectleider dit het meest uitgewerkt. Iedere inwoner van het huurappartementencomplex heeft een lijstje in de meterkast hangen met belangrijke telefoonnummers en medische gegevens. Op het moment dat iets gebeurt, weet degene die te hulp schiet dus meteen wat nodig is.

Een tweede kernelement is een verbinder, degene die vraag en aanbod bij elkaar brengt. “Altijd een lid van de cirkel”, zegt Geene. “Vaak iemand met een beetje gevoel voor de zorg maar dat hoeft niet. De verbinders moeten vooral verbinding kunnen brengen en vertrouwd worden.”

Koppeling aan de zorg

Als een Voorzorgcirkel tot stand is gebracht, is het zaak die te koppelen aan de huisarts, de thuiszorg en het ziekenhuis, stelt Geene. Waarom, iets voor elkaar over hebben is toch geen zorg? “Veel mensen komen met klachten bij de huisarts die niet medisch van aard zijn”, legt hij uit. “Als de huisarts het bestaan van de Voorzorgcirkels kent, kan hij daarnaar verwijzen. Komen mensen in aanmerking voor thuiszorg, dan is dat bij uitstek het moment om het gesprek aan te gaan over het belang voor mensen om een netwerk om zich heen te hebben als ze zorgbehoefte hebben. De thuiszorg en het ziekenhuis mogen niet vastlopen. Dat gebeurt wel als een oudere thuis zorg nodig heeft of een nieuwe heup krijgt en geen netwerk heeft want dan kan zo iemand aansluitend aan de operatie niet terugkeren naar huis.”

Neemt een Voorzorgcirkel hiermee niet de rol van het sociaal werk over? “Nee dat denk ik niet”, zeg Willemijn Krol. “Naar elkaar omzien is in de basis iets wat je niet moet willen institutionaliseren.

Mensen doen dit met en voor elkaar. Het welzijnswerk kan wel een rol in de bewustwording spelen, door mensen aan te zetten tot het starten van een Voorzorgcirkel in hun buurt. Of een faciliterende rol, door bijvoorbeeld een buurthuis ter beschikking te stellen. Maar ga het alsjeblieft niet overnemen, laat het bij de mensen zelf.”

Zorgverzekeraar VGZ heeft een startsubsidie verstrekt voor het initiatief Voorzorgcirkels om de realisatie ervan mogelijk te maken. Vorig jaar heeft Geene het ondergebracht in Nederland Zorgt Voor Elkaar (NLZVE). Daarmee is het landelijk geborgd. VGZ heeft inmiddels verzocht Voorzorgcirkels op te zetten in haar zorgkantorregio's.

Zorg voorkomen

Krol is vanuit ROS Elaa betrokken bij het programma Positief Gezond Almere. “Kern van dat programma is de zorg af te buigen”, vertelt ze, “om zorg te voorkomen als andere oplossingen mogelijk zijn. Toen ik in contact kwam met Henk, leerde ik dat zijn aanpak in al zijn eenvoud precies is wat je moet willen bereiken om te voorkomen dat mensen om zorg te gaan vragen. Daarom is onderdeel van de ambitie nu om in Almere tot 190 Voorzorgcirkels te komen.”

Natuurlijk zijn zulke cirkels niet de enige manier om te bewerkstelligen dat mensen weer naar elkaar gaan omkijken, erkent ze. “Dat kan ook spontaan tot stand komen en er zijn ook zeker buurten in het land waar dit zo is. Maar in de aanpak die Henk ervoor heeft gekozen, zitten wel alle voorwaarden om het continuïteit te bieden. Het is een gevestigde naam geworden, het is overal toepasbaar. De eenvoud ervan moet bewaard worden, de kracht zit erin dat het in jouw straatje gebeurt. Ik zie het dan ook niet als een bezuinigings- maar als een verrijkingsmaatregel. We zijn iets moois kwijtgeraakt met de toenemende individualisering en een zeer ver doorgevoerde verzorgingsstaat die heel veel tot zorg heeft gemaakt wat eigenlijk geen zorg is. Dat kunnen we hiermee weer terug pakken en ik denk dat we inmiddels ook wel door de flessenhals zijn: ook bij de zorgverzekeraars zijn de luiken inmiddels wel open gegaan dat de échte afbuiging van zorg buiten de geïnstitutionaliseerde zorg ligt. Het is een onomkeerbare beweging.” Geene beaamt dit. “Inmiddels word ik iedere week gebeld om ergens een project op te zetten”, zegt hij.