

A photograph of two men embracing outdoors. The man on the right is smiling and has his arm around the man on the left. They are both wearing dark jackets. The background is a blurred green landscape. Numerous gold, leaf-like shapes are scattered across the image, falling from the top. The text '15 jaar' is overlaid on the image in a large, white, sans-serif font.

15 jaar

**Mentorschap
Haag en Rijn**

Mentorschap met persoonlijke aandacht
en professionele kwaliteit

Colofon

**Dit magazine is een uitgave van
Stichting Mentorschap Haag en Rijn
2023**

Tekst: Wendy Rinzema

Fotografie: Thierry Schut - schut.photo

Vormgeving: Annelot Storm van Storm & Vorm - stormenvorm.nl

Druk: Reclameland.nl

Oplage: 1000 ex.

Contactgegevens:

administratie@smhr.nl

mentorschaphaagenrijn.nl



Vijftien jaar sociaal mentorschap in de regio Haag en Rijn!

In 2023 bestaat Stichting Mentorschap Haag en Rijn vijftien jaar. Dit betekent al vijftien jaar betrokken en sociaal mentorschap voor de mensen die dit nodig hebben in deze regio. Dat we dit mentorschap al zo lang kunnen bieden, is dankzij de fijne samenwerking met al onze vrijwillige mentoren, die zich belangeloos inzetten voor hun cliënt(en). Zij ondersteunen deze kwetsbare mensen bij het houden van de eigen regie over hun leven.

Recht op eigen identiteit

Als Stichting bieden wij mentorschap vanuit de gedachte dat ieder mens de behoefte en het recht heeft om op eigen wijze invulling te geven aan het bestaan, dus op een eigen identiteit. Het mentorschap moet ondersteuning bieden bij het maken van deze eigen keuzes. Onze coördinatoren buigen zich in de vier regio's dagelijks over het werven en zorgvuldig selecteren van mentoren voor dit mentorschap. Als de nieuwe mentoren de basistraining voor mentor hebben gevolgd, worden ze gekoppeld aan een cliënt. Hierbij vinden wij een goede match tussen cliënt en mentor belangrijk. Een echte klik is namelijk onmisbaar bij het opbouwen van een vertrouwensrelatie en van groot belang om het mentorschap te doen slagen.

Persoonlijke betrokkenheid

Onze mentoren zijn mensen die vanuit persoonlijke betrokkenheid echt iets willen betekenen voor een ander. Als wettelijk vertegenwoordiger behartigen zij de belangen van hun cliënt(en) en gaan hierbij problemen niet uit de weg. Ook gaan ze deze verantwoordelijkheid en betrokkenheid met hun cliënt vaak voor langere tijd aan. Voor het mentor-

schap is een achtergrond in de zorg niet noodzakelijk, maar voldoende levenservaring, een praktische instelling, goed kunnen luisteren en invoelen en denken in mogelijkheden zijn eigenschappen die wel goed van pas komen. Onze mentoren bieden een combinatie van deskundigheid en persoonlijke betrokkenheid.

Mooi en divers

Gelukkig waren er de afgelopen vijftien jaar steeds weer nieuwe vrijwilligers die mentor wilden worden. En veel van deze mentoren hebben zich ook voor langere tijd aan ons verbonden. Daar zijn we natuurlijk ontzettend blij mee. In de afgelopen jaren zijn we uitgegroeid tot een professionele en stabiele organisatie, die kwaliteit en betrokkenheid hoog in het vaandel heeft staan. We bieden nu mentorschap aan ruim 500 cliënten, uitgevoerd door 370 mentoren.



Hoe mooi en divers het mentorschap is en hoe het zowel de levens van de cliënten als van de mentoren verrijkt, willen we met de inspirerende verhalen in dit magazine laten zien.

*Lydia Hogeling,
directeur*

Historie

In 1995 werd het mentorschap verankerd in de wet. Toch was er in Nederland nog onvoldoende ondersteuning aanwezig voor mensen die niet (meer) in staat waren om hun eigen zorgbelangen te behartigen. Het mentorschap werd toen vooral uitgevoerd door familiementoren en beroepsmentoren. Op diverse plaatsen in Nederland ontstonden daarom initiatieven voor het oprichten van

stichtingen voor mentorschap, uitgevoerd door vrijwilligers, ondersteund door ervaren coördinatoren.

Deze stichtingen vroegen vervolgens samen met verschillende zorgorganisaties subsidie aan voor het mentorschap bij het ministerie van VWS. Dit werd door het ministerie toegekend en tussen 2006 en 2012 verstrekte VWS subsidie voor de oprichting van regionale stichtingen mentorschap

in Nederland. In 2007 ontstond het Mentorschap Netwerk Nederland. Ook dit netwerk stimuleerde in heel Nederland de oprichting van regionale stichtingen mentorschap.

In 2008 werd Stichting Mentorschap Haag en Rijn (MHR) opgericht, in nauwe samenwerking met MEE Zuid-Holland Noord. De eerste twee coördinatoren die bij MHR aan de slag gingen, waren gedeta-

cheerd vanuit MEE ZHN. MHR werd vrij snel daarna een zelfstandige stichting met een eigen bestuur. MHR is actief in de regio's Den Haag, Leiden, Delft en Gouda. De Stichting is nu onderdeel van een netwerk van elf regionale stichtingen mentorschap in Nederland en de vereniging Mentorschap Nederland. Landelijk bieden we mentorschap aan 3.100 cliënten, uitgevoerd door 2.250 mentoren.

Mijn mentor staat altijd voor mij klaar, ik kan niet zonder hem

Piet (91) woont sinds juni 2022 in een zorginstelling in Maarssen. Daarvoor woonde hij nog thuis in Gouda, met wat hulp, maar dat ging eigenlijk niet meer. Daarom zorgde zijn mentor Siebren ervoor dat hij verhuisde naar een zorginstelling. Piet: 'We zijn hier samen gaan kijken en het beviel me wel. Het was wel even wennen, maar ik vind het hier heel prettig. De zorgverleners zijn heel behulpzaam, ze komen zelfs 's nachts kijken of je iets nodig hebt. Ik heb nu veel meer contact met mensen.'



Goede match

Mentorschap Haag en Rijn vindt het belangrijk om een goede match te maken tussen mentor en cliënt. Dat is in het geval van Piet en Siebren zeker gelukt, want ze hebben een goede klik met elkaar. Piet: 'Ik kan heel goed met Siebren praten, overal over en dat vind ik belangrijk. Hij is heel betrokken en sociaal en heeft begrip voor mensen die anders denken dan de doorsnee mens, zoals ik, en dat vind ik heel prettig. Hij staat ook altijd voor me klaar en helpt me met van alles; een kapotte radio of een nieuwe kleding-

kast.' Siebren: 'Normaal gesproken zien we elkaar één keer in de twee weken. Dan drinken we een kop koffie, bespreken wat er speelt en praten over van alles. De laatste tijd zagen we elkaar wat vaker, door de verhuizing en alles wat daar bij kwam kijken.'

Wat doe je wel en wat niet

Piet is de tweede cliënt van Siebren. Hiervoor had hij ook een cliënt die nog thuis woonde. Siebren: 'Toen ik startte als mentor kon ik kiezen tussen drie cliënten. De cliënt die nog thuis woonde vond ik het best passend. Dit



was een man die aan het dementeren was en thuis woonde met zijn partner. Toen zijn partner ziek werd, moest hij met spoed opgenomen worden in een zorginstelling. Ik had het proces van het verhuizen van een cliënt naar een instelling dus al een keer meegemaakt. Als mentor van een cliënt die nog thuis woont, moet je met meer verschillende partijen afstemmen. Ook kom je denk ik vaker voor de vraag te staan: wat doe je wel en wat doe je niet? Wat behoort tot de taak van de mentor en wat niet, dat moet je afwegen. Zoals bijvoorbeeld de verhuizing van Gouda naar hier. Wie zoekt uit welke spullen meegaan en welke niet. Dat is misschien niet je taak als mentor, maar als ik het niet doe, wie dan wel. En uiteindelijk gaat dat toch ook over welzijn. Want dat bepaalde spullen meegaan, verhoogt zijn welbevinden. Dat is een ruime opvatting van welzijn misschien, maar zo sta ik erin.'



Siebren is sinds eind 2021 mentor van Piet. De bewindvoerder had de aanvraag hiervoor gedaan. Deels omdat Piet steeds meer moeite kreeg om zichzelf te redden, maar ook omdat zijn sociale netwerk wel heel klein was geworden. Siebre: 'Piet heeft alleen nog een zus die dementie heeft. Hij heeft geen partner meer en geen kinderen. Het was dus belangrijk dat er iemand kwam die dingen voor hem kon regelen op het gebied van zorg en welzijn. En, zeker ook belangrijk, dat hij weer wat meer sociaal contact had.'

Mentorschap geeft voldoening

Siebre: 'Ik wilde na mijn pensionering graag nog iets nuttigs doen. Ik heb toen gereageerd op een advertentie van Mentorschap Haag en Rijn, omdat ik het leuk vind om met verschillende mensen om te gaan. Het mentorschap geeft mij veel voldoening en je kunt er nog iets van leren ook. Zoals van Piet, die anders over bepaalde onderwerpen denkt dan de gemiddelde Nederlander en dat vind ik heel interessant. Ook ga ik regelmatig naar de themabijeenkomsten van de Kenniscarrousel die Mentorschap Haag en Rijn organiseert.'

Nieuwe mentor

Door de verhuizing van Piet naar Maarssen kan Siebre helaas niet zijn mentor blijven. Hiervoor is de reisafstand te groot. Piet: 'Dat vind ik wel heel jammer, want ik weet wat ik heb, maar niet wat ik krijg. Met Siebre

klikt het gewoon heel goed en hij staat altijd voor me klaar.' Siebre: 'Ik vind het ook heel jammer, maar de afstand

'Siebre is heel betrokken en sociaal en heeft begrip voor mensen die anders denken dan de doorsnee mens, zoals ik.'

is echt te groot. Ik blijf wel tot er een nieuwe mentor gevonden is, want ik laat Piet niet zonder zitten. Coördinator Daniëlle van Steenis heeft wel al weer een nieuwe cliënt voor mij gevonden, maar eerst dit goed afronden.' ●

Als mentor moet je interesse hebben in wat je cliënt beweegt

Jan (72) kwam als rechter regelmatig met curatele, bewindvoering en mentorschap in aanraking. 'Ik vind de maatregel mentorschap heel waardevol, ter bescherming van kwetsbare personen die niet goed zelf kunnen beslissen over hun zorg en welzijn. We worstelden vanuit de rechtbank echter wel vaak met de vraag: wie moet je benoemen als mentor, als de familie het niet kan of wil? Daarom vond ik het heel fijn dat Mentorschap Haag en Rijn op een gegeven moment in beeld kwam. Zij waren een van de eerste organisaties die het mentorschap professioneel benaderden.



In het begin van mijn rechterlijke carrière, zo'n twintig jaar geleden, kwam bewindvoering op. Dit was toen nog niet zo professioneel georganiseerd. Ook curatele kwam niet lang daarna steeds meer voor. Het mentorschap hobbelde er een beetje achteraan. Dit werd in eerste instantie toch vooral binnen families opgelost.

'Het werd steeds belangrijker dat de cliënt zoveel mogelijk zelf kan beslissen'

Onder druk van jurisprudentie en internationale verdragen werd het steeds belangrijker dat de cliënt zoveel mogelijk zelf kan beslissen. Zo werd curatele wat naar de achtergrond gedrongen en kwam het mentorschap meer op.

Ik heb als rechter wel conflictsituaties meegemaakt binnen een gezin waar een mentor benoemd moest worden. In een geval was er een jonger zusje van een groot gezin, waar een mentor

voor moest komen. Dit meisje functioneerde op het niveau van een baby. De ouders waren overleden en er brak ruzie uit. Het gezin was in twee kampen verdeeld over wie de bewindvoerder en wie de mentor moest worden. Ik heb toen een tijdelijke mentor van buiten de familie aangesteld. Deze mentor zou na circa een jaar tijdens een nieuwe zitting aangeven wie het binnen de familie het beste kon gaan doen, in het belang van de cliënt. Deze oplossing werkte wel goed.

Tijdens mijn laatste werkjaren ben ik zelf mentor geworden. Ik had veel met de materie te maken en zag dat ik hierin van betekenis kon zijn. Oudere cliënten hadden hierbij mijn voorkeur. Mijn huidige cliënt is een oudere dame die in een verpleeghuis in Oegstgeest woont. Zij heeft een gehoorimplantaat en is zeer doof. Dit maakt communiceren vrij lastig. Ik bezoek haar elke week en dan hebben we een gesprek op haar kamer. Ik ben echt een luisterend oor voor haar en dat waardeert ze zeer. Als mentor moet je interesse hebben in wat je cliënt beweegt en

kijken wat je kan doen om zijn of haar leefsituatie aangenamer te maken. Dit kan om kleine dingen gaan, zoals een loszittend gebit of een loodzware rolstoel waar de cliënt niet mee uit de voeten kan. Maar het kan bijvoorbeeld ook over medicatie of de woonsituatie gaan.

Ik vind het mentorschap uitgevoerd door vrijwilligers, zoals Mentorschap Haag en Rijn dat biedt, een mooie constructie. De mentoren voeren het werk inhoudelijk uit, met veel tijd en

'De Stichting zorgt voor continuïteit in het mentorschap'

aandacht en alles eromheen wordt door de Stichting geregeld. Ik vind het ook heel goed dat de Stichting benoemd wordt door de rechtbank en de mentor de uitvoering doet met een mandaat. Dit zorgt voor continuïteit in het mentorschap. Als ik het niet meer kan doen, dan kan er weer makkelijk een vervanger worden geregeld. ●



Haag en Rijn. We werken ook wel samen met beroepsmentoren, bijvoorbeeld als cliënten al een beroepsmentor hebben als ze bij ons komen wonen. Ik heb hiermee ook goede ervaringen, maar zij pakken het wat zakelijker aan en staan wat meer op afstand. De vrijwillige mentoren van Mentorschap Haag en Rijn pakken het veel persoonlijker aan en werken meer vanuit de relatie. Als ik kijk naar de bewoner op de afdeling van Angelique, dan is die erg gebaat bij die persoonlijke aanpak. Zijn mentor heeft hem goed leren kennen en begrijpt hem. Ze spreekt hem aan op een manier die hij begrijpt en met humor. Die klik was er ook gelijk tussen hen, ondanks het feit dat we door de Coronamaatregelen in een container zaten met glas ertussen.

Wat is de meerwaarde van een mentor?

Angelique: 'Het is onder andere heel fijn als een mentor meedenkt in situaties waarin de cliënt dingen wil, die vanuit de organisatie eigenlijk niet kunnen. Mijn bewoner wilde bijvoorbeeld graag zelf dingen koken op zijn kamer. Zat hij daar gehaktballen te bakken op een kookplaatje op de grond, met een verlengsnoertje. Dat is natuurlijk niet veilig, dus dat kunnen we als organisatie niet toestaan. Maar je wilt hem ook niet overal in beperken. Toen kwam de mentor met het idee van een Airfryer, waarmee hij wel veilig eten kan klaarmaken op zijn kamer. Dus in overleg met de bewindvoerder is er een Airfryer gekomen. Die staat overigens nog steeds in de doos op zijn kamer, want het is toch wel een ingewikkeld apparaat voor hem, maar hij is er wel heel trots op. Het is een soort statussymbool voor hem en het is goed voor zijn zelfvertrouwen.'

André: 'Toen het mentorschap nog niet rond was, kreeg hij Corona en werd heel ziek. Dan moet je als zorgverlener in zijn schoenen gaan staan en beslissen of je nog verder gaat met de behandeling. Dan is het heel fijn als er een wettelijke vertegenwoordiger is die hierin meedenkt en -beslist.' ●

Een klik met de mentor is heel belangrijk

Angelique van Engelen is verpleegkundige op een afdeling voor ouderen met somatische klachten bij Zorgpartners Midden-Holland in Gouda. André Kuijvenhoven is hier maatschappelijk werker. André: 'Elke bewoner heeft recht op een wettelijk vertegenwoordiger. Het is fijn als iemand vanuit de familie of eigen netwerk dit kan zijn. Als dat niet lukt dan stappen we eigenlijk altijd naar Stichting Mentorschap Haag en Rijn, om samen met hen te zoeken naar een geschikte mentor'.

Op welke manier heb jij te maken met het mentorschap in je werk?


Angelique: 'Op dit moment ben ik de eerst verantwoordelijke verpleegkundige van een cliënt met een mentor van Mentorschap Haag en Rijn. Ik heb regelmatig contact met deze mentor, voor een korte update of tijdens een bespreking van het zorgleefplan. Ik denk dat een mentor heel belangrijk

is voor een cliënt. Iemand die met je meedenkt en er echt voor jou is. En die op een onafhankelijke manier jouw belangen behartigt. Een mentor redeneert echt vanuit de wensen van de cliënt.'

Waarom kiezen voor Mentorschap Haag en Rijn?

André: 'In principe kiezen wij het liefst voor een mentor van Mentorschap

Michel (67) is sinds een half jaar mentor van Gerard (80). Gerard heeft een psychiatrische ziekte en woont in een zorginstelling. Voor Michel had Gerard een andere mentor van Mentorschap Haag en Rijn, die hem tien jaar heeft vertegenwoordigd. Dat deze mentor moest stoppen om persoonlijke redenen, vindt Gerard nog steeds jammer. Maar gelukkig kan hij het met Michel ook heel goed vinden. Gerard: 'We zien elkaar een keer in de twee weken en dan bespreken we hoe het gaat en dat vind ik heel fijn. Zo is er tenminste nog iemand die naar me omkijkt, want mijn familie doet dat niet. We bekijken ook altijd samen de financiële overzichten van mijn bewindvoerder. En we gaan binnenkort een keer wandelen, dat vind ik leuk.'



'Ik wil er graag toe doen voor mensen die niet voor hun eigen belangen op kunnen komen.'

Zo is er tenminste iemand die naar me omkijkt

Een Hagenaar en een Hagenees

Michel en Gerard zijn allebei geboren en getogen in Den Haag. De een weliswaar op 'het zand' en de ander op 'het veen', dus Hagenaar en Hagenees, maar deze gemeenschappelijke afkomst zorgt voor een klik. Gerard: 'Ik woon hier nu zeven jaar. Ik vind het hier wel gezellig, maar er wonen ook wel veel vervelende mensen. Gelukkig

wordt er veel georganiseerd, zoals Bingo en creatieve middagen en daar doe ik altijd aan mee. Ik heb laatst nog twee cd's gewonnen, van ABBA en Marco Borsato.' Michel werkte 42 jaar in de psychiatrie, vooral in managementfuncties. Vanuit zijn werk leerde hij Gerard al circa 25 jaar geleden kennen als cliënt. Dus toen hij hem opnieuw tegenkwam in deze zorginstelling en Gerard een nieuwe mentor

zocht, was de keuze snel gemaakt. Michel: 'Gerard is een leuke cliënt. Hij is nog heel geïnteresseerd en goed op de hoogte van alles en heeft humor.'

Iets zinvols doen

Toen Michel een half jaar met pensioen was, begon het te kriebelen. Hij wilde toch nog wel graag iets zinvols doen. Michel: 'Ik wil er graag toe doen voor mensen die niet voor hun eigen be-



FOTOGRAFIE: THIERRY SCHUT

langen op kunnen komen, dus werd ik mentor bij Mentorschap Haag en Rijn. Ik heb nu meerdere cliënten. Allemaal mensen met psychiatrische problemen. Het is heel cliëntafhankelijk hoe ik het mentorschap invul. Bij sommige mensen zijn de mogelijkheden beperkt en met anderen kun je echt een band opbouwen. Bij de cliënten waar ik niet goed mee kan communiceren, zijn de bezoeken vaak kort en heb ik vooral contact met de zorgverleners. Het zijn wel mensen die je per dag moet beoordelen. De ene dag gaat het goed en kan je ze wat uitvoeriger spreken en de andere keer ben je niet welkom. Door mijn achtergrond in de GGZ kan ik daar redelijk makkelijk mee omgaan. Maar als je het mensen uitlegt en leert, dan kun je dat ook wel zonder ervaring in de GGZ.'

Afstand en nabijheid

Michel: 'Je moet bij deze doelgroep goed letten op afstand en nabijheid.

Wanneer laat je je inzuigen en wanneer niet. Soms zijn cliënten heel gehaaid en eisen veel aandacht op of proberen je te claimen. Dan moet je goed je grenzen stellen. Het is wel een lastige doelgroep, maar als je er een klik mee hebt, is het ook een hele leuke doelgroep. Als je een cliënt hebt waar je moeilijk contact mee krijgt, dan is dat best lastig. Dan is het slim om ook een cliënt te nemen waar je wel goed mee kan communiceren. Dan houden die twee mentorschappen elkaar een beetje in balans. Maar als je maar lang genoeg bij mensen komt, dan ga je toch dingen herkennen en zien en dan ontdek je ook verborgen wensen, dat heeft tijd nodig.'

Regio-ondersteuner

Naast mentor is Michel ook regio-ondersteuner bij Mentorschap Haag en Rijn. Dit betekent dat hij het eerste aanspreekpunt is voor de mentoren uit zijn regio. Michel: 'Ik ondersteun een

groepje van circa negen mentoren. Als ze vragen hebben rond de uitvoering van het mentorschap kunnen ze bij mij aankloppen. En ik ondersteun ze bij het maken van de jaarverslagen voor de rechtbank. Ook komen we een paar keer per jaar bij elkaar om ervaringen en kennis uit te wisselen.'

Mooi vrijwilligerswerk

Michel: 'Ik vind het fijn dat ik onder de mensen ben en iets voor anderen kan betekenen. Wat ik belangrijk vind in het mentorschap is het contact met je cliënt. Dat je samen een vertrouwensrelatie opbouwt en samen kijkt of de zorg voldoende is en of het de juiste zorg is. Bijvoorbeeld de medicijnen die je cliënt slikt, zijn die wel nodig of is

'Ik hoop dat hij mijn mentor blijft tot mijn dood.'

daar iets anders in mogelijk. En soms kom je voor moeilijke dilemma's te staan. Bijvoorbeeld wanneer je cliënt is opgenomen in het ziekenhuis en de IC-arts met je wil overleggen of verdere behandeling nog zinvol is. Maar deze beslissingen neem je nooit alleen, altijd in goed overleg met de zorgverleners.' Gerard: 'Ik vind Michel heel goed en professioneel en ik ben blij met het contact. Ik hoop dat hij mijn mentor blijft tot mijn dood.' Michel: 'Dat ben ik wel van plan, want ik ben iemand van de langdurige relaties. Dus als ik gezond blijf, dan blijf ik dit voorlopig doen!' ●

Wij hopen nog jaren mentor te zijn van onze cliënten

Marco en Dolinda vormen een samengesteld gezin met drie volwassen kinderen en een van negen. Marco werkt in de ICT en Dolinda is fysiotherapeute in de gehandicaptenzorg en heeft een eigen praktijk. Marco besloot drie jaar geleden om mentor te worden van Henk. Henk is bijna vijftig en heeft het syndroom van Down. Omdat het mentorschap zo goed beviel, besloot Dolinda om ook mentor te worden. Zij werd mentor van Sandra.

Onderdeel van het gezin

Marco: 'Ik ben mentor van Henk, maar zo voelt het eigenlijk niet. Hij is gewoon onderdeel van ons gezin. Henk is een hele leuke vent. Hij is heel open en vrolijk, zegt iedereen gedag en zit zwaaiend achter op de scooter. We hebben veel lol samen. Hij en Sandra komen om de twee weken op zondag

bij ons op bezoek. Dan gaan we met z'n allen lunchen of barbecueën. Of we gaan op stap, bijvoorbeeld naar het Bassie en Adriaan museum of naar een pretpark. Ze gaan ook mee naar familiebezoeken.'

Dolinda: 'Sandra is een ander type dan Henk. Ze is minder sociaal en je kunt niet echt een gesprek met haar voeren. Toch merk ik dat ze het wel heel leuk vindt dat wij er voor haar zijn. Als we komen is ze heel blij en dan gaat ze knuffelen en zoenen. Maar in de supermarkt loopt ze me ook rustig zo voorbij en herkent ze me niet. Maar op hun eigen manier zijn ze allebei fantastisch.'

Geen afstand

Dolinda: Wij gaan best ver in het mentorschap, bij ons is er geen afstand. Wij weten gewoon niet beter meer dan dat ze erbij horen en het is bijna altijd leuk. Wij gaan met ze mee naar tandarts- en ziekenhuisbezoeken. We kopen kleding voor ze, laten schoenen maken en zorgen voor een bril. We worden door de zorgorganisaties ook >



Marco: 'Ik vond het mentorschap gelijk heel leuk om te doen. Het is een fijn gevoel om iets te kunnen betekenen voor iemand die niemand heeft om voor hem op te komen. En je krijgt er zoveel voor terug'.

'Het is geweldig om met ze op stap te gaan en hun enthousiasme te zien'





**'Eigenlijk doen we
wel zo'n beetje alles
voor onze cliënten'**



Dolinda: 'Ik wilde graag mentor worden van iemand die een beetje bij Henk zou passen. Dat werd Sandra. Zij is van dezelfde leeftijd en heeft ook het syndroom van Down. Ze hebben een goede klik met elkaar en met ons en onze kinderen.'

wel graag voor het karretje gespannen. We proberen daar wel een beetje paal en perk aan te stellen, maar eigenlijk doen we wel zo'n beetje alles.'

Minder leuk

Marco: 'Af en toe zijn er ook wel minder leuke dingen. Bijvoorbeeld dat Henk regelmatig dingen pikt. Hij is een echte kleptomane. Als ik hem terugbreng, gaan we even fouilleren en dan komt er altijd wel iets uit zijn zakken. Laatst was voor mij de maat vol en ben ik heel boos geworden. Zo boos, dat het echt indruk maakte. Zijn begeleidster belde later die middag op dat hij huilend op zijn kamer zat en sorry wilde zeggen. Dit probleem speelt al jaren en de begeleiding weet ook niet meer zo goed wat ze ermee moeten. De laatste keer dat hij bij ons was heeft hij gelukkig niks gepikt.'

Moeilijke beslissingen

Marco: 'Onze cliënten staan nog midden in het leven en we hebben nog geen echt moeilijke beslissingen hoeven te nemen. Wat nu wel speelt, is dat Henk moet verhuizen. Hij zit nu op een hele leuke groep, met veel jongeren. Maar ze zijn die afdeling aan het verjongen, dus de ouderen moeten verhuizen. Henk heeft een goede vriend op de woning, waarmee hij alles samen doet. Die worden dan misschien wel uit elkaar gehaald. Je hebt als vertegenwoordiger drie keer de mogelijkheid om een aanbod af te wijzen. Ik vind het lastig om alles goed te overzien en te zorgen dat we de juiste keuze maken.'

Personeelswisselingen

Dolinda: 'Wat ik lastig vind, is dat ik nu in anderhalf jaar tijd al met de derde persoonlijk begeleider van Sandra te

maken krijg. Ook merk ik dat ze bij de organisatie nog niet altijd goed weten wat een mentor precies doet. Ik heb inmiddels wel dingen voor Sandra kunnen regelen. Ze gaat nu bijvoorbeeld naar een dagbesteding. Verder heb ik aangekaart dat ze naar een diëtist moet voor haar eetproblematiek. Het is een voordeel dat ik zelf uit de zorg kom en van de hoed en de rand weet. Ik probeer nu wel een beetje de druk op te voeren als mentor.'

Nog lang mentor zijn

Marco: 'Ik hoop dat we dit nog jaren mogen blijven doen, want we hebben zoveel plezier en krijgen zoveel liefde van deze mensen. Het is geweldig om met ze op stap te gaan en hun enthousiasme te zien. Vorig jaar gingen we met Henk naar het strand. Zit hij daar de hele middag in de branding te roepen van plezier. Of bij de Sinterklaasviering in het ADO stadion. Staat hij daar helemaal geschminkt als Zwarte Piet tussen alle kinderen te stralen in het doel. Geweldig!' ●

Bewindvoering en mentorschap zijn twee aparte takken van sport

Gonneke Kooi is bewindvoerder. Ze beheert de geldzaken voor mensen die dit zelf niet kunnen. Ze heeft sinds twaalf jaar een eigen bureau en runt dit samen met een collega die de administratie doet. Ze werkt regelmatig samen met mentoren van Stichting Mentorschap Haag en Rijn (MHR).



Gonneke: 'Met deze mentoren klikt het over het algemeen heel goed en is het prettig samenwerken. We hebben gemeen dat we heel betrokken zijn bij onze cliënten en echt interesse hebben in onze medemens.'

Ze werd verzorgd door de burens, maar die trokken zich een beetje terug. Toen kreeg ze een mentor van MHR. Die zorgde ervoor dat de zorg beter geregeld werd, regelde de regiotaxi en ging bijvoorbeeld met haar naar de kinderboerderij. Die mevrouw bloeide helemaal op. Uiteindelijk kon ze toch niet meer thuis blijven wonen en toen hebben de mentor en ik in overleg ervoor gezorgd dat ze naar een verpleeghuis verhuisde. Dan moet je onder andere beslissen wat ze wel en niet meeneemt. De mentor kent haar door en door en wist wat er echt mee moest. Daar heb je elkaar dan in nodig. Wat ik ook prettig vind, is dat als een cliënt komt te overlijden, dat ik het dan vaak samen met de mentor van MHR kan afsluiten. Want je hebt je toch samen ingezet voor de cliënt. En dan kun je het ook samen afronden.'

Wat vind jij de meerwaarde van het mentorschap van MHR?

'Het fijne aan Stichting Mentorschap Haag en Rijn vind ik dat de coördinatoren echt kijken naar een goede match en een klik tussen mentor en cliënt. En ook dat vrijwel alle vrijwillige mentoren meer tijd en energie in het mentorschap steken dan eigenlijk hoeft. Gelukkig kunnen de mentoren bij problemen ook altijd terugvallen op de organisatie en staan ze er niet alleen voor. Ook de continuïteit van het mentorschap vanuit MHR vind ik een grote plus.' ●

Howe ben jij bewindvoerder geworden?

'Ik heb bij de openbare bibliotheek gewerkt en later bij de sociale dienst. Via de sociale dienst kwam ik in aanraking met bewindvoering en ontdekte dat ik dat heel interessant vond. Het was een beetje een combinatie van mijn eerdere werk, informatie geven en financieel betrokken zijn bij mensen. Het werk is afwisselend en je hebt met heel verschillende mensen te maken. Ik heb een bijzonder cliëntenbestand, want ik heb veel ouderen met psychiatrische problemen, een verstandelijke beperking of niet-aangeboren hersenletsel. De meeste cliënten komen bij mij via verwijzers, zoals maatschappelijk werkers of casemanagers dementie, maar ook wel via MHR. En als ik zelf een mentor zoek voor een cliënt, dan kom ik bijna altijd bij MHR uit.'

Wat is het verschil tussen bewindvoering en mentorschap?

'Ik heb in het begin ook curatele en mentorschappen erbij gedaan. Maar ik heb dit nu bijna afgebouwd, omdat ik

het echt twee aparte takken van sport vind. Je hebt met verschillende wet- en regelgeving te maken en ik vind het lastig om dit te combineren. Alhoewel ik ook collega's ken, die de combinatie van bewind en mentorschap of curatele wél goed kunnen uitvoeren. Bij bewindvoering is het belangrijk om financiële rust te creëren voor je cliënt en te zorgen dat de financiën goed geregeld zijn. In het mentorschap is het belangrijk dat je aandacht hebt voor je cliënt en goed luistert. Dat je door hebt wat iemand wil en kijkt naar de mogelijkheden hiervoor. Ook een goed contact met de zorgverleners en andere mensen in het netwerk is belangrijk. Je bent als mentor het eerste aanspreekpunt. Ik word als bewindvoerder ook wel eens gebeld over medische beslissingen door een arts, maar daar ga ik niet over. Dan moet de arts toch bij de mentor zijn als die er is.'

Kun je een voorbeeld geven van de samenwerking tussen jou en een mentor van MHR?

'Ik ben bijvoorbeeld bewindvoerder voor een oudere dame die nu in een verpleeghuis woont. Ze woonde eerst nog zelfstandig, maar was aan een rolstoel gekluisterd en kon niet veel meer.

A photograph of two women standing in a field of tall, golden-brown grass. The woman on the left has reddish-brown hair, wears glasses, a dark blue dress with white polka dots, and a green cardigan. The woman on the right has brown hair, is smiling, and wears a white, textured knit sweater. Her right arm is around the left woman's shoulder. In the background, there are several tall, thin, pointed structures, possibly part of a building or a sculpture, under a bright sky. The overall mood is warm and supportive.

**Als mentor moet
je meedenken
en kijken wat er
wel mogelijk is**

Wilma (68) en Willie (74) zijn elke donderdag bij Lunchroom Arthur in Noordwijkerhout te vinden. Daar lunchen ze gezellig samen en praten over hoe het met Willie gaat en wat er de afgelopen week is gebeurd. Wilma is sinds 2013 de mentor van Willie. En daar is Willie heel blij mee. Willie: 'Wij hebben wel een klik en ik wil Wilma niet meer kwijt. Zij betekent heel veel voor mij. Zonder mentor vind ik er niets aan.'

Bezige bij

Willie is ondanks haar leeftijd nog een bezige bij. Ze werkt vier dagen per week bij de Waterjuffers, een restaurant op het terrein van de zorgorganisatie waar ze woont. Daar doet ze van alles, zoals koffie inschenken en eten klaar maken. Ook gaat ze op maandag altijd naar de Academie van zelfstandigheid op het terrein. Daar leert ze met behulp van Ssula lezen en schrijven. Willie: 'Ja, want als je bij de Waterjuffers werkt, dan moet je ook kunnen lezen en schrijven.' Wilma: 'Willie is sinds ik haar ken enorm gegroeid in zelfstandigheid. In het begin zag ik veel onzekerheid bij haar. Maar door goed te kijken naar wat zij wil in het leven en haar hierin te steunen, kwam er een groeiproces op gang. Ze staat nu veel steviger in haar schoenen.'

Vriend Peter

Willie is ook druk met haar vriend Peter. Hij woont achter haar op het terrein en hun tuinen grenzen aan elkaar. Toen ze elkaar net leerden kennen, had Willie nog een andere mentor. Die vond de vriendschap geen goed idee. Ze vond het geen gelijkwaardige relatie. Wilma: 'Daar werd Willie heel ongelukkig van. Dit speelde toen ik begon als mentor en ik vond dat we het in ieder geval een kans moesten geven. Ieder mens heeft toch recht op een leuke relatie. Ik ben toen met de begeleiders en de mentor van Peter en Peter en Willie zelf om de tafel gaan zitten om dit te bespreken en afspraken hierover te maken. In het begin van de relatie was Peter wel wat overheersend en kon hij soms ook boos op Willie worden. Daar werd zij heel verdrietig van. Maar we hebben haar geleerd om meer voor zichzelf op te komen en dat doet ze nu ook. Willie: 'Peter en ik hebben het heel leuk. We

koken vaak samen. Peter haalt dan de boodschappen met zijn scootmobiel. En we zijn samen op vakantie geweest in Zandvoort, in een huisje van Center Parcs. Dat was heel leuk.'

Niet gelijk afkappen

Wilma was verpleegkundige van beroep en werkte bij verschillende ziekenhuizen. Ook werkte zij bij een medisch kinderpaviljoen en in een gezinsvervangend tehuis. Wilma: 'Toen ik in aanraking kwam met Mentorschap Haag en Rijn, leek het me heel leuk om mentor te worden. Dus toen ben ik de cursus gaan doen. Willie was mijn eerste cliënt, maar ik heb er inmiddels drie. Wat ik belangrijk vind in het mentorschap is dat je goed moet invoelen wat belangrijk is voor je cliënt. Je moet meedenken en niet gelijk dingen afkappen, maar vooral kijken naar wat

'Kwetsbare personen hebben iemand nodig die voor ze opkomt'

er wel mogelijk is. En je moet natuurlijk kijken naar de kwaliteit van zorg en hoe het team met je cliënt omgaat. En of de plannen uit het zorgleefplan worden uitgevoerd. Het contact met de zorgorganisatie is gelukkig heel goed. Je moet er vooral echt zijn voor je cliënt. Als ik een keer niet kan komen, dan kan Willie altijd bellen als ze me toch graag wil spreken.'

Drie cliënten

Wilma: 'Naast Willie heb ik nog twee andere cliënten. Een van deze mentorschappen is vrij ingewikkeld. Deze cliënt heeft naast een verstandelijke



beperking ook psychiatrische problemen. Bij haar is het vooral belangrijk om goed af te stemmen met het zorgteam. Zij is heel dwangmatig en claimend. Maar soms hebben we op eens een positief gesprek en dan denk ik 'daar doen we het voor'. Mijn derde cliënt is autistisch en kan niet praten. Haar moeder wilde graag dat haar dochter een mentor kreeg, want zij was ziek. Toen zij kwam te overlijden ben ik mentor geworden. Ik ga regelmatig bij haar op bezoek. Dan komt ze vanuit haar hoekje bij me aan tafel zitten met een kleurboek en dan wil ze graag koffie. Dan merk ik dat ze mij herkent en het prettig vindt om mij te zien, ook al kunnen we niet echt met elkaar praten. Mijn drie mentorschappen vul ik dus heel verschillend in, omdat ze allemaal om hun eigen aanpak vragen. Maar ze hebben gemeen dat het bij alle drie om kwetsbare personen gaat en ik vind het belangrijk dat er iemand voor hun opkomt. De drie mentorschappen houden elkaar een beetje in evenwicht.' ●

Het team van Mentorschap Haag en Rijn zorgt voor maatwerk

Als mentor ben je de wettelijk vertegenwoordiger van je cliënt. Dit betekent dat je opkomt voor de zorgbelangen van je cliënt en hem of haar ondersteunt bij het nemen van beslissingen in zorg en welzijn. Het gaat hierbij om mensen met een verstandelijke beperking, een psychiatrische aandoening, niet-aangeboren hersenletsel of dementie. Deze mensen hebben geen familieleden die ze hierbij kunnen ondersteunen. Stichting Mentorschap Haag en Rijn wordt door de rechtbank benoemd als wettelijk

'Onze mentoren bieden sociaal mentorschap'



vertegenwoordiger en onze mentoren voeren het mentorschap uit met een mandaat. Dit betekent dat we continuïteit in mentorschap kunnen bieden.

Opleiding, reflectie en bijscholing

Voordat een mentor bij ons start, volgt hij of zij eerst de basistraining. Hierin komen wet- en regelgeving, taken en bevoegdheden en onze manier van werken aan bod. Ook behandelen we de kenmerken van de verschillende doelgroepen en gaan we in op casuïstiek. Hierbij geven we voorbeelden van situaties die mentoren tegenkomen en bespreken met elkaar hoe je dan kan handelen. Bij de uitvoering van het mentorschap kunnen mentoren altijd met vragen terecht bij hun coördinator of regio-ondersteuner. Ook organiseren we terugkombijeenkomsten, waar mentoren met elkaar op het mentor-

schap reflecteren en ervaringen delen. En we zorgen voor bijscholing, door het aanbieden van kennisbijeenkomsten.

Een match is maatwerk

De basis van het mentorschap is een goede koppeling tussen de cliënt en de mentor. Hiermee staat of valt het mentorschap. Die match is altijd maatwerk. Na de match bezoekt de mentor zijn cliënt regelmatig, om hem of haar goed te leren kennen. Op die manier kan de mentor de wensen en meningen van zijn cliënt goed overbrengen en ondersteunen bij het nemen van beslissingen in zorg en welzijn. Veel van onze mentoren vullen het mentorschap sociaal in, door bijvoorbeeld regelmatig een kop koffie te drinken met hun cliënt of een wandeling te maken. Dit is echt een meerwaarde voor de cliënt.

Herma Kappert

Coördinator regio Leiden sinds 2008

'Ik werk al ruim veertien jaar als coördinator voor de regio Leiden en doe dat nog steeds met heel veel plezier. Het werk geeft mij veel voldoening, omdat ik zie dat de mentoren echt verschil maken in het leven van onze, vaak kwetsbare, cliënten. Ik geniet van de fijne contacten met mentoren en heb veel respect voor hun inzet. Want als mentor kom je soms voor pittige uitdagingen te staan. De mooie contacten, de afwisseling in het werk, de vrijheid die ik ervaar om mijn persoonlijke invulling eraan te geven, de mogelijkheid om mee te werken aan de verdere ontwikkeling van onze organisatie en het zelf nog altijd blijven leren door nieuwe vraagstukken, maakt dat de functie als coördinator mij op het lijf geschreven is!'



Boven: Kees Korsman, Ellen Bogerd, Daniëlle van Steenis en Gera Fokkens Onder: Wendy van Veen, Ellen Vos, Herma Kappert en Lydia Hogeling

FOTOGRAFIE: THIERRY SCHUT

Een ervaren en hecht team

Het maken van de juiste match tussen cliënt en mentor is dus een belangrijke taak van de coördinatoren. Andere taken waar zij zich mee bezighouden zijn: werving en selectie; het begeleiden van mentoren; intakegesprekken met cliënten; voorlichting geven aan zorgorganisaties en andere samenwerkingspartners; coördineren van de aanvragen bij de rechtbank en inspringen bij vakanties en ziekte van mentoren. Het team van coördinatoren bij Mentorschap Haag en Rijn is een zeer ervaren en hecht team, dat met veel enthousiasme deze verschillende werkzaamheden uitvoert. Ook onmisbaar in dit team zijn directeur Lydia Hogeling en administratief medewerker Ellen Bogerd, die voor een soepel lopende organisatie zorgen. Samen met alle vrijwilligers zorgen wij voor een deskundige en betrokken uitvoering van het mentorschap!

>



Ellen Vos

Coördinator regio Haaglanden sinds 2008

'In mijn vorige werk als groepsleidster en maatschappelijk werkster werkte ik ook samen met mentoren. Dit waren vaak ouders van de cliënten. De zorg voor hun volwassen kinderen was voor hun vanzelfsprekend en het mentorschap voegde daar niet veel meer aan toe. Hoe anders is het als vrijwilligers zich belangeloos als mentor verbinden aan iemand die niemand anders heeft. Iemand die zij voor langere periode bijstaan en voor wie zij opkomen als dat nodig is. En dit is niet alleen winst voor de cliënt, ook voor de mentor is het mentorschap vaak een verrijking. En datzelfde geldt voor mij. De functie van coördinator is zo veelzijdig, ik wil dit zeker nog een tijd blijven doen.'



Wendy van Veen
Coördinator regio Leiden
sinds 2017

'Ruim tien geleden wilde ik graag iets in het welzijnswerk doen, naast mijn werk in de zorg. Ik kwam een advertentie tegen voor mentorschap en meldde me aan als mentor bij Mentorschap Haag en Rijn. Als vrijwillig mentor zie ik mijzelf als een aanvulling in het netwerk van mijn cliënt. Het geeft mij een voldaan gevoel dat ik iets kan betekenen voor haar. Na vijf jaar vrijwillig mentorschap werd ik coördinator bij de Stichting voor de regio Leiden. Ik ervaar nog elke dag hoe dankbaar het is om mentoren te werven en klaar te maken voor het mentorschap. Het mooiste moment in het werk is, als bij de kennismaking tussen cliënt en mentor blijkt dat het een goede match is. Daar doe ik het voor.'



Daniëlle van Steenis
Coördinator regio Gouda
sinds 2015

'Ik ben de coördinator van een geweldige groep mentoren in Gouda en omgeving. De inzet, toewijding en het enthousiasme van deze mentoren maken dat ik elke dag zin heb om mij in te zetten voor dit mooie werk. Geen dag is hetzelfde en als ik zie dat ik een goede koppeling gemaakt heb, dan krijg ik daar heel veel energie van. We maken met elkaar echt verschil in de levens van onze cliënten. Ik ben zelf ook mentor van een aantal cliënten en daardoor blijf ik inhoudelijk dicht bij het werk staan. Hierdoor heb ik des te meer respect voor wat onze mentoren allemaal (extra) doen.'



Gera Fokkens
Coördinator regio Delft sinds 2016

'Deze functie is een mooie combinatie van mijn eerdere werk als personeelsadviseur en het opstarten van een stichting voor dak- en thuislozen. En ik vind dit de leukste baan die ik tot nu toe heb gehad. Het is prachtig om zoveel mensen te ontmoeten die zich belangeloos inzetten voor de kwetsbare mens. Het is mooi om te zien hoe blij cliënten worden van het feit dat er iemand speciaal voor hun is. Ook is het leuk om te zien hoe de mentor vaak al binnen een paar maanden spreekt over zijn of haar cliënt. Deze baan is nooit saai, want behalve met de blijde gezichten, hebben de mentoren (en ikzelf dus ook) geregeld te maken met lastige dilemma's. Maar één ding is zeker: we komen er altijd uit, al kost dat soms behoorlijk wat hersengekraak.'



Kees Korsman
Coördinator regio Leiden sinds 2016

'In 2015 werd ik door de rechter in Leiden benoemd tot mentor van een dementerende dame. Dat waren mijn eerste stappen binnen de Stichting. Daarna werd ik regio-ondersteuner en vervolgens coördinator in de regio Leiden. Ik ervaar het werken bij Mentorschap Haag en Rijn als iets fantastisch. Elke dag begin ik weer enthousiast aan het uitdagende en soms ingewikkelde werk. Mijn uitgangspunt hierbij is altijd: Wat is de toegevoegde waarde van het mentorschap voor een cliënt? Ik ben zelf sinds 2017 mentor van een verstandelijk beperkte oudere man van 75 jaar. Als kind van drie jaar werd hij door het Leger des Heils Rotterdam naar Noordwijk verhuisd. Zijn ouders en familie zijn onbekend. Hij kan niet praten. Toen ik startte vertelde zijn persoonlijk begeleider mij dat er voor het eerst nu iemand speciaal voor hem kwam. Wij hebben samen een manier gevonden om zonder spraak te communiceren. Met behulp van eigen gebaren en oogopslag communiceren wij heel wat af. Hij springt op als ik de woning binnenkomen en ik krijg bij het binnenkomen en bij het weggaan altijd een stevige knuffel. Dat is voor mij mentorschap!'

Samenwerken

'A Is ik hier nog twee dagen langer moet werken dan. Dan.. dan....' Hij hakkelt. Maakt zijn zin niet af. Zoekt naar woorden. 'Wat dan Koen?' 'Nou, dan... dan. Dan heeft iedereen een groot probleem. Jij ook!'

'Dat is een bedreiging Koen. Dat is niet oké. Ik weet dat je het hier niet meer naar je zin hebt. Dat heb je vorige maand al duidelijk gemaakt. En je weet dat je begeleider en ik als jouw mentor hard op zoek zijn naar een nieuwe dagbesteding voor jou. Dat kan even duren.'

'Even duren? Weet je hoe lang ik al wacht? Ik zit hier tussen allemaal autisten en mongolen. Ik hoor hier helemaal niet!'

Koen heeft al langer de wens om niet meer bij een dagbesteding te werken waar mensen met een beperking werken. Ook al heeft hij zelf een fikse verstandelijke beperking, autisme en ADHD, hij acht zichzelf van een hoger niveau. Hij wil tussen de 'normale mensen' werken. Naast het feit dat het niet oké is dat hij dit op deze manier uit, vind ik het ook sneu. Hij wil zo graag 'normaal' zijn. Zoals jij en ik. Zoals zijn begeleiders, dokters en familie. De strubbelingen die hij daardoor dagelijks heeft, zijn verdrietig om te zien.

'Koen, ik hoor wat je zegt en ik begrijp het ook. Maar door dit soort dingen te zeggen, laat je juist niet zien dat je een reguliere werkplek aankan. Ik doe mijn best voor ander werk, dan moet jij nog even je best doen in het geduldig zijn, oké?' Hij belooft het.

Drie dagen later word ik gebeld. 'Stop maar met zoeken! Ik heb zelf al wat gevonden. Ik ben er ook al geweest. Ze willen mij. Volgende week moet je mee kennis maken en met papieren en zo.'

Ik grinnik en vind het tegelijk aandoenlijk. Hij overschat zichzelf vaak, verdraait de waarheid en denkt van alles te hebben geregeld terwijl dat niet het geval is. Vaak volgt er dan een grote teleurstelling. Ik besluit hem een kans te geven. En gelukkig heb ik dat gedaan, want deze keer zat ik er als mentor volledig naast.

Ondanks het lage IQ van Koen en zijn sociale en emotionele beperking, heeft hij zelf een nieuwe baan geregeld. Vorige week is hij aan de slag gegaan. Geen standaard dagbesteding. Geen opgeleide begeleider. Maar een lieve, rustige en geduldige man, met een flinke groentetuin waar Koen dagelijks de handen uit de mouwen kan steken.

Ik zat er naast! Hij heeft zichzelf overtroffen en heeft laten zien dat we wel degelijk kunnen sparren en samenwerken. Ik heb geleerd dat ik op hem kan vertrouwen en hem de ruimte moet geven. IQ of EQ heeft soms niets te maken met kansen en mogelijkheden. Zijn intrinsieke motivatie en doorzettingsvermogen des te meer. Hij komt er wel!

Carlijn Willemstijn



Carlijn Willemstijn is mentor van drie cliënten. Zij schrijft mooie blogs over het mentorschap, die te lezen zijn op inlevendenlijve.blog

'Deze keer zat ik er als mentor volledig naast!'



Nisha is mentor van Carolus

Carolus: 'Ik heb het getroffen met Nisha. Elke week komt ze bij me langs en als het nodig is vaker. Zij regelt alles voor me. En dat niet alleen. Zelf vergeet ik veel. Nisha is ook mijn geheugen.'

Nisha: 'Het mentorschap is heel dankbaar werk. Ik help Carolus de regie over zijn leven te behouden. Voor Carolus is het belangrijk, maar ik haal er ook veel uit voor mezelf. Ik doe dit vrijwilligerswerk naast

mijn werk als verpleegkundige. Want waarom zou ik daarmee wachten tot ik met pensioen ben? De mensen hebben ons nu nodig.'

Ook mentor worden? Of ben je voor jezelf of een naaste op zoek naar een mentor?

Kijk voor meer informatie en aanmelden op onze website: mentorschaphaagenrijn.nl
Of neem direct contact op met een van onze coördinatoren.

Ellen Vos – regio Den Haag: 06 150 702 34
Daniëlle van Steenis – regio Gouda: 06 310 452 33
Gera Fokkens – regio Delft: 06 316 406 46

Herma Kappert – regio Leiden: 06 150 702 33
Wendy van Veen – regio Leiden: 06 251 825 21
Kees Korsman – regio Leiden: 06 248 518 06