

## 500.000 inwoners in Noord- en Midden Limburg en het Regioplan

### 500.000 individuele verhalen en het vertegenwoordigen van 'de rode draden'

Als het gaat om zorg in onze regio dan zijn wij, 500.000 inwoners, een gelijkwaardig gesprekspartner van gemeenten, zorgverzekeraars, zorgaanbieders, huisartsen en welzijnsorganisaties. Zorg gaat namelijk over ons.

Nu er in de vorm van "Het Regiobeeld" en "Het Regioplan" nagedacht wordt over hoe we in onze regio zorg ook in de toekomst goed op orde kunnen houden praten we graag mee.

Het is voor ons alleen niet zo gemakkelijk: wij hebben er niet voor geleerd om na te denken over 'zorg voor 500.000 inwoners ook in de toekomst op orde houden'. We hebben verschillende leeftijden, verschillende zorgen, verschillende mogelijkheden en we wonen in heel verschillende wijken. Wij volgen er geen cursus of congres over. Het is niet ons beroep om na te denken over oplossingen voor grote groepen inwoners.

En al werkt een heel aantal van ons in de zorg, en heeft een heel aantal van ons natuurlijk wel meningen en ideeën over hoe zorg beter zou kunnen... voor onszelf, voor onze burens, voor onze naasten... dan nog komen wij met z'n 500.000-en niet regelmatig bij elkaar om samen tot 1 mening te komen voor de hele regio Noord en Midden Limburg.

Er zijn wel mensen wiens beroep het is (betaald of vrijwillig) om de 'rode draden' uit alle verhalen van 500.000 inwoners, of delen daarvan, te halen. Mensen die veel verhalen horen, veel mensen ontmoeten, en als vertegenwoordiger van veel inwoners en inwonersgroepen mee kunnen denken over hoe zorg, en ieders kwaliteit van leven, ook in de toekomst op orde kan blijven.

Het kunnen zijn van die gelijkwaardige gesprekspartner tijdens alle gesprekken over zorg in de toekomst is echter nog niet overal altijd goed geregeld. Daarom leveren wij middels deze brief een aanvullende bijdrage aan het regioplan voor Noord- en Midden Limburg.

*Opgetekend door [REDACTED] (Zelfregie NL) en [REDACTED] (Unitus).*

### Regiobeeld

Dat er in het regiobeeld met cijfers heel precies in beeld gebracht is hoe het staat met zorg in onze regio vinden we erg goed. En we herkennen in ons eigen dagelijkse leven, en als we om ons heen kijken, ook wat er uit de cijfers naar voren komt:

- dat er langere wachttijden zijn bij het ziekenhuis, bij de ggz en bij de huisarts
- dat we steeds minder zorg lijken te kunnen krijgen
- dat er voor een zieke hulpverlener steeds vaker geen vervanger is en onze zorg dan even stopt
- dat er steeds meer oudere burens zijn en helaas steeds minder kinderen
- dat armoede vaker lijkt voor te komen
- dat je als naaste van iemand met psychische of lichamelijke problemen soms ook uitgeput kunt raken en dat daar vaak nog weinig aandacht voor is
- dat we ons wat vaker zorgen maken over onze gezondheid, onze leefomgeving en over onze toekomst

Het is goed dat er in het Regioplan oplossingen komen te staan voor deze problemen!

### Wat mist er?

Om het beeld compleet te maken is het ook goed om te laten zien wat er wél goed gaat. Waar de meesten van ons gewoon goed in zijn.

Wat er wél goed gaat is door een regio-bril misschien niet zo goed te zien, omdat het vaak heel klein en onopvallend gebeurt. De goede dingen gebeuren gewoon in onze huizen, in onze straat, tussen burens, op het schoolplein, op de buurt-app, in de wachtkamer, op Facebook, in laagdrempelige ontmoetingsplekken, tijdens begrafenissen en verjaardagen, op ons werk, in onze sportvereniging of ons koor, bij het uitlaten van onze hond en in de supermarkt. We willen het graag zichtbaar maken zodat het een plek kan krijgen in het Regioplan:

**Veruit de meesten van ons zijn er goed in om, ondanks zorgen en soms crisis (corona; energieprijzen), te doen wat de dag van ons vraagt. We staan op, zorgen voor eten en drinken, doen regel-dingen voor ons huishouden, maken ons huis aan kant, laten onze hond uit, hebben bezigheden (werk; school; hobby), maken een praatje (en/of bellen of appen) met mensen, en houden ook nog eens op hoofdlijnen bij wat er om ons heen gebeurt (via de krant, TV, internet). En de volgende dag doen we dat gewoon weer.**

**Daar spreekt kracht en veerkracht uit!**

**Op heel veel momenten in ons leven zijn we van betekenis voor elkaar; als burens, als vrienden, als collega's, als naaste, als vrijwilliger. We zijn op allerlei manieren van betekenis voor elkaar en hierbij maakt het niet uit of we 'gezond' of 'ziek' zijn.**

We missen ook belangrijke punten in het regiobeeld en zijn bang dat deze niet goed in het regioplan terecht gaan komen:

- dat er steeds meer regels bij lijken te komen rondom zorg; het steeds ingewikkelder lijkt te worden om zorg te krijgen; dat zorg -en de weg daar naar toe- voor sommigen van ons allemaal nog goed te begrijpen is maar voor een steeds grotere groep van ons steeds minder goed is te begrijpen en is te vinden
  - dat we voor ieder probleem naar een ander loketje moeten
  - dat we nog te vaak moeten passen in loketjes in plaats van dat zorg bij óns past
  - dat de zorg die we krijgen niet altijd aansluit bij de problemen die we hebben
  - dat we soms zien dat ook zorgverleners zélf het niet meer goed begrijpen
  - dat zorgverleners van de verschillende loketjes het ingewikkeld vinden om met elkaar samen te werken
  - dat we dubbele signalen krijgen: aan de ene kant wordt van ons verwacht meer zelf te doen, aan de andere kant wordt van ons verwacht dat we eerder hulp vragen om te voorkomen dat onze problemen groter worden; linksom of rechtsom lijken we het als inwoner niet snel goed te kunnen doen
  - dat wat we zelf kunnen en willen niet altijd (goed) ondersteund wordt
  - dat we steeds vaker moeten bij-betalen voor zorg; sommigen van ons kunnen dat maar sommigen van ons kunnen dat niet
  - dat we in de avond-uren en in de weekenden vaker aan ons lot worden overgelaten
- en ja...
- dat de meesten van ons dit allemaal netjes en geduldig verdragen, dat sommigen van ons hier boos over worden én dat sommigen van ons hier soms nog zeker door worden

### **Belangrijk voor in het regioplan:**

Wij hebben als 500.000 inwoners niet 1 antwoord, maar zien wel een belangrijke les voor de toekomst:

**Om zorg beter en efficiënter te maken moet het beter bij ons gaan passen in plaats van dat wij bij zorg moeten passen.**

Dit vraagt kijken door de bril van onze heel verschillende en soms zeer rafelige dagelijkse levens; óns leven, onze uitdagingen én onze mogelijkheden.

We denken dat als er gekeken wordt door onze bril dat er een hoop problemen voorkomen kunnen worden waardoor we soms geen, soms minder en soms pas later zorg nodig zullen hebben. En ook soms juist tijdsiger wél de juiste zorg kunnen krijgen.

Als er vaker problemen voorkomen kunnen worden dan blijft de zorg beschikbaar voor als we het echt nodig hebben.

Dit past bij de 2 centrale opgaven die in het regioplan staan:

1: dat er een toename is van complexere zorgvragen

2: dat er in de (nabije) toekomst steeds minder personeel beschikbaar zal zijn voor de zorg

In het regioplan worden een aantal 'veranderbewegingen' genoemd om de 2 kern-opgaven aan te pakken, en wordt een start gemaakt met het uitwerken ervan. We missen in de genoemde veranderbewegingen de beweging om ons, de inwoner en diens leefwereld, centraal te stellen. Wij bieden deze aanvullende veranderbeweging bij deze aan en denken vanaf 2024 graag nog actiever mee:

### **Verander-beweging: De leefwereld van ons (inwoners) centraal stellen:**

#### **1. Meer investeren in voorzieningen in de nabijheid van onze leefwereld**

Laagdrempelig en nabij ergens terecht kunnen voor vragen, advies, iemand die met je meedenkt. Of het nou over geldzorgen, eenzaamheid, de juiste zorg of wonen gaat, of over regelingen, pesten of zorgen om je kind of je naaste. Voldoende en verschillende laagdrempelige plekken zodat we op ons eigen moment en op onze eigen manier (en ook in onze eigen taal) ons uitgenodigd voelen om voortijdig onze zorgen te kunnen delen.

#### **2. Zorgen dat medewerkers van deze laagdrempelige voorzieningen op hun beurt laagdrempelig toegang tot medewerkers (organisaties) van geïndiceerde voorzieningen hebben**

Als medewerkers van laagdrempelige voorzieningen zien dat tijdige geïndiceerde zorg of ondersteuning gaat voorkomen dat een klein probleem onnodig groot zal worden, en/of ervoor zal zorgen dat we maximaal zelfstandig kunnen blijven, dan kunnen zij -samen met ons- snel schakelen met medewerkers (organisaties) van geïndiceerde zorg of ondersteuning.

#### **3. Meer gebruikmaken van ónze collectieve kennis over hoe blijf je veerkrachtig in een leven dat zich rafelig kan aandienen**

Bij het maken van beleid over zorg, en bij de uitvoering ervan, een duidelijkere en gelijkwaardigere plek geven aan ons collectieve inwoner-/cliëntperspectief.

#### **4. Meer faciliteren dát wij van betekenis kunnen en willen zijn voor elkaar**

Denk hierbij aan door&voor-initiatieven, buurt-/inwonersinitiatieven, lotgenotencontact / zelfhulpgroepen / onderlinge steun-groepen, de inzet van ervaringskennis en -deskundigheid in scholen en in de sociale basis, laagdrempelige steunpunten zoals zelfregie- en herstelinitiatieven. En ook aan het faciliteren van vrijwilligers-organisaties en het ondersteunen van mantelzorgers/naasten.