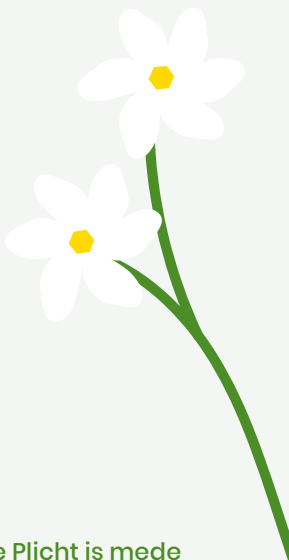


# liefdevolle plicht

Passende ondersteuning  
voor Indische & Molukse  
mantelzorgers

Gemeente  
Woerden



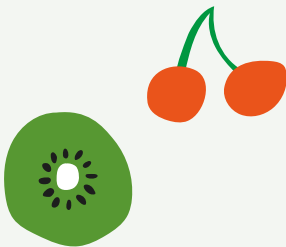


Liefdevolle Plicht is mede mogelijk gemaakt door het ministerie van VWS als onderdeel van collectieve erkenning Indische gemeenschap.



Stichting Pelita, de Landelijke Stichting Molukse Ouderen (LSMO) en MantelzorgNL werkten afgelopen twee jaar samen met lokale partijen om ervoor te zorgen dat mantelzorgers met een Indische en Molukse achtergrond beter ondersteund worden.

Het programma heet '**Liefdevolle Plicht**'. Liefdevol, omdat het gaat om de liefdevolle zorg voor ouders, kinderen, ooms, tantes. Plicht, omdat er een grenzeloze vanzelfsprekendheid is om dit te doen.

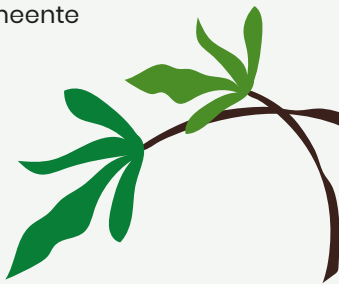


We zijn in gesprek gegaan met Indische en Molukse mantelzorgers, maar ook met zorg- en welzijnsprofessionals en de gemeente. Waar hebben de mantelzorgers behoefte aan? Wat betekent het als je intensief voor iemand zorgt? Wat voor ondersteuning heb je daarbij nodig? Daarbij hebben we oog voor de migratiegeschiedenis, oorlog en trauma.



“Het project Liefdevolle Plicht zorgt voor verbinding tussen de Molukse mantelzorgers, de gemeente en organisaties. Ik heb er alle vertrouwen in dat we vanuit die verbinding veel moois kunnen realiseren.”

– beleidsambtenaar gemeente



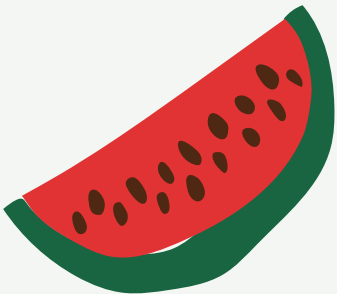
“Het is belangrijk om open te staan voor oplossingen buiten de familie. Dan is het op zo’n manier een beetje van jezelf, maar ook een beetje van de ander.”

– mantelzorger



## Wat heeft het opgeleverd?

Er zijn bijeenkomsten georganiseerd, waarbij Indische en Molukse (ex-) mantelzorgers hun verhaal hebben gedeeld en bespreekbaar maakten waar ze tegenaan lopen. Dat kan helpen om ondersteuning te zoeken. En het helpt beroepskrachten hoe ze Indische en Molukse mantelzorgers beter kunnen ondersteunen. Bijvoorbeeld door spreekuren te faciliteren, door voorlichtingsavonden te organiseren over dementie, of het zorg- en ondersteuningsaanbod in de gemeente.



lees meer

Voor meer informatie over Liefdevolle Plicht kunt u terecht bij:

[www.mantelzorg.nl/  
liefdevolleplicht](http://www.mantelzorg.nl/liefdevolleplicht)



“Vertrouwen is de basis voor gedeelde zorg.”

– mantelzorg consulent



“Ik zie nu in dat het niet werkt wanneer ik achter een tafel ga zitten en wacht totdat de mensen naar mij toekomen. Het is bij deze mantelzorgers van belang om ze uit te nodigen en samen met ze aan tafel te zitten en te spreken over hoe we het gaan doen.”

– welzijnsprofessional



# Betrokken landelijke organisaties

## LSMO

Het team van de Landelijke Stichting Molukse Ouderen (LSMO) heeft ervaring in zorg en welzijn en voert de ondersteuning en begeleiding op vrijwillige basis uit.

### contact

Website

**[www.lsmo.nl](http://www.lsmo.nl)**

E-mail

**[info@lsmo.nl](mailto:info@lsmo.nl)**

## Pelita

Pelita helpt senioren uit voormalig Nederlands-Indië bij hun aanspraak op de wetten voor oorlogsgetroffenen en kan doorverwijzen naar passende zorg en ondersteuning.

### contact

Website

**[www.pelita.nl](http://www.pelita.nl)**

Telefoon

**088 - 330 5111**

E-mail

**[info@pelita.nl](mailto:info@pelita.nl)**



“Zorgen voor  
elkaar zit letterlijk  
in ons systeem”

– mantelzorger



“Erg zinvol  
meegenomen  
te worden in de  
geschiedenis en  
hoe dit doorwerkt  
in het heden.”

– mantelzorg consulent





# Betrokken landelijke organisaties

## MantelzorgNL

De landelijke vereniging die opkomt voor iedereen die zorgt voor een naaste. Bij MantelzorgNL kun je terecht voor informatie, advies en ondersteuning. Of je nu mantelzorger, zorg- of welzijnsprofessional of gemeenteambtenaar bent.

### contact

Website

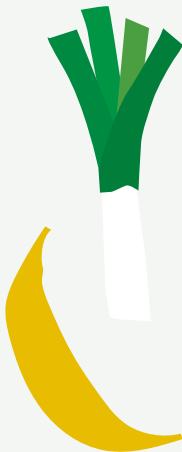
**[www.mantelzorg.nl](http://www.mantelzorg.nl)**

Telefoon

**030 – 659 22 22**

E-mail

**[info@mantelzorg.nl](mailto:info@mantelzorg.nl)**

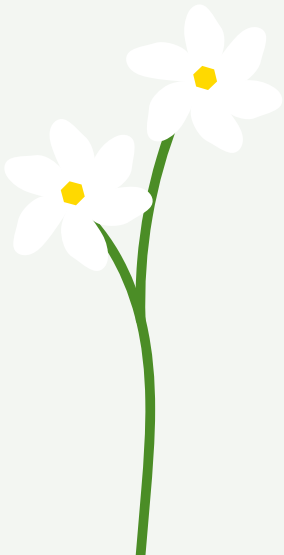


“Goed om elkaar te ontmoeten en te luisteren.”

– mantelzorg consulent

“Ik wil het taboe doorbreken: ik wil het bespreekbaar maken binnen de familie. Niemand vraagt aan mij hoe het gaat. We praten er niet over. Er wordt van je verwacht maar door te gaan. Terwijl ik er juist over wil praten!”

– mantelzorger



# Betrokken landelijke organisaties

## Nederlands

### Veteranen Instituut

Nederlandse veteranen, oorlogs-, dienstslichtoffers (ook ten tijde van Nederlands Indië) en hun relaties hebben ook na hun diensttijd recht op optimale zorg en dienstverlening. Daarom biedt het Nederlands Veteraneninstituut hen verschillende diensten aan.

#### contact

Website

**[www.nlveteranen  
instituut.nl](http://www.nlveteranen<br/>instituut.nl)**

Telefoon

**088 - 334 00 50**

E-mail

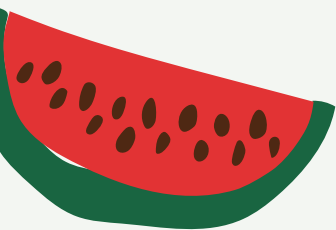
**[info@nlveteranen  
instituut.nl](mailto:info@nlveteranen<br/>instituut.nl)**



“Ik heb gemerkt dat er veel onbegrip is aan twee kanten. Er is verdriet en boosheid vanuit de Molukkers.

Verdriet en boosheid vanuit de Molukkers. En wij weten te weinig van hun geschiedenis. We moeten naar elkaar omkijken en voor elkaar zorgen.”

– beleidsambtenaar gemeente



“Via Liefdevolle Plicht is de hulp waar ik al lange tijd naar zocht in een stroomversnelling gekomen.”

– mantelzorger



# Betrokken lokale organisaties

## WoerdenWijzer, gemeente Woerden

Bij WoerdenWijzer kunt u terecht voor hulp, zoals begeleiding, dagbesteding, huishoudelijke hulp, een scootmobiel of aanpassingen aan uw huis.

Voor vragen of een gesprek over mantelzorgondersteuning kunt u ook terecht bij de mantelzorgconsulent van WoerdenWijzer. Zij denkt met u mee over ondersteuningsmogelijkheden en geschikte voorzieningen of organisaties in Woerden die hulp kunnen bieden.

### contact

Website

**[www.woerdenwijzer.nl](http://www.woerdenwijzer.nl)**

Telefoon

**0348 - 428 600**

E-mail

**[info@woerdenwijzer.nl](mailto:info@woerdenwijzer.nl)**



“Als we het samen kunnen dragen, hoeft het niet zwaar te zijn. Daarom zijn de Liefdevolle Plicht bijeenkomsten ook zo belangrijk.”

– mantelzorger

“Fijn dat mantelzorg situaties besproken konden worden. Ik wist niet dat dit kon! Veel gehoord van anderen, dat we dezelfde dingen delen.”

– mantelzorger



# Betrokken lokale organisaties

## Stichting Sinar Maluku

Stichting Sinar Maluku is de Molukse welzijnstichting voor de Molukse gemeenschap in Woerden en omstreken. Dit doet zij door faciliteiten te verlenen aan de lokale Molukse zelfhulpgroepen en organisaties en activiteiten te organiseren. Op woensdagochtend van 10.30-12.00 uur kunt u met uw vragen terecht bij het Informatiepunt.

### contact

Website

**[www.sinarmaluku.nl](http://www.sinarmaluku.nl)**

Telefoon

**06 – 173 51 006**

E-mail

**[info@sinarmaluku.nl](mailto:info@sinarmaluku.nl)**

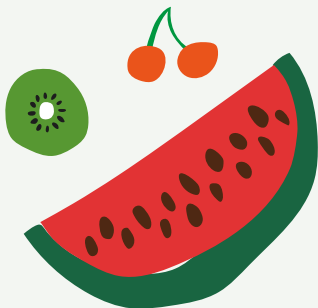


“Ik beseft nu dat het draait om vertrouwen; hoe vaker je komt, hoe meer vertrouwen je opbouwt.”

– welzijnsprofessional

“Het heeft heel veel losgemaakt. Wat ik geleerd heb: dat ik mijn emoties mag tonen. Hoe belangrijk het is om hulp te vragen.”

– mantelzorger





# Betrokken lokale organisaties

## Logeerhuis Bredius

Mantelzorgers kunnen de zorg tijdelijk uit handen geven door de zorgvrager hier te laten logeren.

### contact

Website

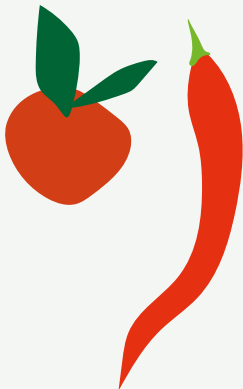
**[www.logeerhuis  
bredius.nl](http://www.logeerhuisbredius.nl)**

Telefoon

**0348 - 591 010**

E-mail

**[info@logeerhuis  
bredius.nl](mailto:info@logeerhuisbredius.nl)**



“Door met elkaar te spreken en naar elkaar te luisteren, leer je elkaar op een andere manier kennen.”

– mantelzorger

“Ik vond de bijeenkomsten heel nuttig. Ik ben er drie keer bijgeweest, maar je komt jezelf tegen. En ook dat er genoeg instanties zijn die je kunt aanspreken als je hulp nodig hebt.”

– mantelzorger



# Betrokken lokale organisaties

## Kwadraad Maatschappelijk Werk

Bij Kwadraad helpen we mantelzorgers graag op weg en denken mee welke hulpverlening het beste bij uw situatie past.

### contact

Website

**[www.kwadraad.nl/oco/woerden](http://www.kwadraad.nl/oco/woerden)**

Telefoon

**088 - 9000 4000**

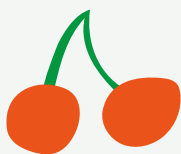
E-mail

**[clientondersteuning.woerden@kwadraad.nl](mailto:clientondersteuning.woerden@kwadraad.nl)**



“De verhalen die ik hoor zijn best emotioneel, die raken me wel. Ik leer zo veel en wil dit graag met collega’s delen!”

– zorgprofessional



“De term mantelzorg kennen Indische en Molukse mensen eigenlijk niet. We zorgen gewoon voor elkaar. Het overkomt je, we doen het gewoon.”

– mantelzorger

# Betrokken lokale organisaties

## Stichting de Mantelmeeuw

De mantelmeeuw  
Ondersteunt mensen in de laatste fase van hun leven en hun naasten. Thuis of in het hospice.

### contact

Website

**[www.demantelmeeuw.nl](http://www.demantelmeeuw.nl)**

Telefoon

**0348 - 423 784**

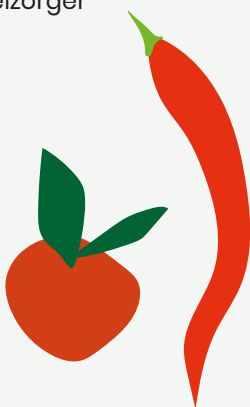
E-mail

**[info@demantelmeeuw.nl](mailto:info@demantelmeeuw.nl)**



“Wat een mooie  
dialoogtafel. Het  
echt was een  
**ONTMOETING**  
tussen mensen.  
Begrip gecreëerd,  
grenzen  
vervaagden.”

– mantelzorger



“Hele bijzondere  
bijeenkomst. Het  
was emotioneel  
en leerzaam. En  
ook met mooie  
plannen om als  
welzijnsorganisaties  
zichtbaarder en  
laagdrempeliger  
te zijn.”

– welzijnsmedewerker



# Betrokken lokale organisaties

## Bibliotheek Woerden

U kunt in de bibliotheek terecht voor meer dan het lenen van boeken. Hier kunt u tijdens de inloopochtend ook terecht met vragen op digitaal gebied en geldzaken bijvoorbeeld.

### contact

Website

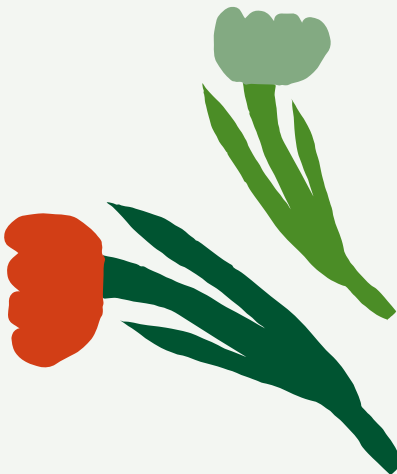
**[www.bibliotheekhetgroenehart.nl](http://www.bibliotheekhetgroenehart.nl)**

Telefoon

**0348 - 418 354**

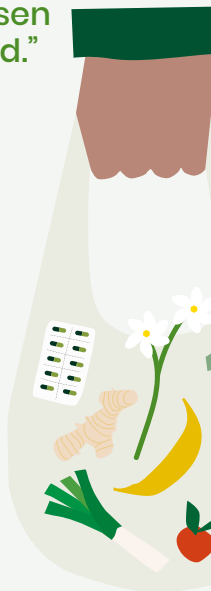
E-mail

**[info@bibliotheekhgh.nl](mailto:info@bibliotheekhgh.nl)**



“Inspirerende  
bijeenkomst.  
Luisterend naar  
diverse verhalen  
ervaringen van  
andere mensen  
doet me goed.”

— mantelzorger



“Erg zinvol  
meegenomen  
te worden in de  
geschiedenis en  
hoe dit doorwerkt  
in het heden.  
Heb veel respect  
gekregen voor  
Molukkers.”

— zorgmedewerker

