

# 7 tips voor een goede terugkeer van de mantelzorgers naar de werkvloer na corona

We houden 1,5 meter afstand, maar hoe zorgen we voor het welzijn? Bespreekbaar maken welke drempels en zorgen er zijn is een begin. Herijk afspraken en weeg af welke nieuwe manier van werken vastgehouden kan worden voor een soepele terugkeer.

Werk&Mantelzorg zette voor jou op een rijtje wat je kunt doen en welke vragen je kunt stellen. Wij wensen je een open mind en een goede dialoog toe!

## 1 Verbind: organiseer een 'Warm welkom team moment'

Organiseer een 'out of the box' moment. Maak het een 'beleving' om niet te vergeten en waar je team nog lang over napraat. Waar ruimte is voor verrassing, humor, ontroering, maar ook zorgen en verdriet. Je versterkt de band met je team, realiseert verbinding en geeft een positieve start.

## 2 Ga een persoonlijk gesprek aan met je medewerker met mantelzorgtaken:

- Welke impact had de coronacrisis op jou en je mantelzorgsituatie?
- Welke obstakels waren er om werk en mantelzorg te combineren?
- Wat heeft je verrast over jezelf? Waar ben je trots op?
- Waar kijk je naar uit en waar zie je tegenop bij het terugkeren?
- Welke afspraken behouden we en welke moeten herzien worden?

## 3 Ga het gesprek aan in een teammeeting:

- Wat ging goed en wat kon beter de afgelopen periode?
- Wat willen we behouden van de learnings van de corona-periode?
- Wat willen we verbeteren?
- Waar zien we tegenop?
- Welke valkuilen zijn er?

## 4 Buddy-up

Koppel een buddy aan de mantelzorgende medewerker. Dit kan een collega(-mantelzorger) zijn die regelmatig even checkt hoe het gaat. De buddy kan waarschuwen als overbelasting dreigt en helpt jou te waken over het welzijn van je team.

## 5 Na een paar maanden: evalueer, stel bij, vernieuw

### Evalueer op individueel niveau:

- Hoe gaat het combineren van werk en privé (mantelzorg)?
- Voel je je gesteund en gewaardeerd (door leidinggevende/door team)?
- Hoe werken de gemaakte afspraken in de praktijk? Wat gaat goed, wat kan beter?
- Waar ben je trots op, waar ben je blij mee?

### En op teamniveau:

- Houden we vast wat we wilden behouden?
- Doen we anders wat we anders wilden doen?
- Zijn we voldoende in verbinding, in contact met elkaar?
- Delen we voldoende waardering en complimenten uit?
- Benoemen en vieren we voldoende de positieve momenten en successen?

## 6 Blijf scherp, flexibel en out-of-the-box

De coronacrisis bracht ons allen ook een versneling: in doelgerichtheid, in digitalisering en in het beperken van bureaucratische rompslomp. De top 3 van werkafspraken die mantelzorgers en leidinggevenden willen behouden: thuiswerken, online vergaderen en flexibiliteit. Houd het bespreekbaar!

## 7 Goed voor elkaar

Tijdens de coronacrisis was er meer ruimte voor begrip. #samensterk was het credo. Laten we dit vasthouden. Volg de formule:  $V \times V \times V = V^3$ . Bied mensen de **V**rijheid om keuzes te maken voor een goede balans, geef **V**erantwoordelijkheid zodat ze deze keuzes bewust en verantwoord nemen, bied **V**eiligheid door het bieden van steun en ondersteuning. Dan levert je dat medewerkers op met **V**ertrouwen, **V**eerkracht en **V**italiteit. Wees goed voor elkaar, krijg het goed voor elkaar.