

Versie: 9 november 2021, 15:15

Mantelzorg

Categorie: [Human resources](#) | Thema: [Personeelszaken](#) | Iedereen

1. [Wat is mantelzorg?](#)
2. [_](#)
3. [Mantelzorg bij de VNG](#)
4. [Werk en mantelzorg combineren](#)
5. [Welke ondersteuning is er voor mantelzorgers?](#)
6. [Ondersteuning door de werkgever](#)
7. [Mantelzorg doe je met elkaar \(Intervisie\)](#)
8. [Ondersteuning door gemeente en instanties](#)
9. [Kijk ook bij...](#)

Wat is mantelzorg?



Mantelzorg

is meer dan alleen de alledaagse zorg voor elkaar. Je bent mantelzorgers als je iemand lange tijd - onbetaald - veel zorg geeft. Deze zorg is meer dan je normaal gesproken van elkaar kunt verwachten. Dankzij jouw zorg is minder of geen thuiszorg nodig.

Mantelzorgers wordt je vaak niet bewust. Zeker bij (plotselinge) ziekte, bijvoorbeeld van jouw kind, partner of ouder, vindt je het vaak logisch om de zorg te geven. Maar mantelzorg is niet verplicht.

Mantelzorg bestaat o.a. uit:

- begeleiding
- toezicht en gezelschap houden
- hulp bij dagelijkse activiteiten zoals het huishouden en de administratie

- persoonlijke verzorging, zoals aankleden
- regelen van medische afstemming t.b.v. afspraken of medicatie

Mantelzorg bij de VNG

In de maanden juli en augustus hebben we het onderzoek Mantelzorg Monitor laten uitvoeren door de Stichting Werk & Mantelzorg.

Een samenvatting van de resultaten zijn:

- 1 op de 3 medewerkers bij de VNG is mantelzorger. Landelijk is het 1 op de 4 medewerkers.
- De mantelzorgers vinden dat bij de VNG de combinatie werk en mantelzorg goed samen gaat.
- Er is een verschil in perceptie als we het hebben over de beleving van “Begrip en Steun”
 - 67% van de mantelzorgers geven aan begrip vanuit de leidinggevende te ervaren
 - 95% van de leidinggevende geven aan begrip en steun te geven aan hun medewerkers met mantelzorg taken.
- Veel mantelzorgers herkennen zich niet in het begrip mantelzorg en zien hun zorg voor de ander als iets wat erbij hoort.
- Een van de aandachtspunten binnen de VNG is dan ook de bekendheid en bespreekbaarheid van Mantelzorg. Veel collega's zijn niet op de hoogte van de mantelzorg die een andere collega uitvoert of voelen zichzelf geen mantelzorger. Het bespreekbaar maken biedt veel kansen, met name doordat collega's en leidinggevendenden aangeven aan de mantelzorg collega dat er ruimte voor is.
- Mantelzorgers bij VNG hebben meer klachten en melden zich over het algemeen vaker ziek dan hun collega's. Voor veel medewerkers is de balans werk/privé een belangrijke oorzaak van de klachten. Onderzoek wijst uit dat ondersteuning, d.m.v. inzet van een mantelzorgcoach, mantelzorgmakelaar of respijtzorg, veel rust kan brengen in de privésfeer wat ten goede komt tot de balans van de medewerker.
- Mantelzorgers hebben een veel negatiever beeld van het begrip en de steun dan collega's en leidinggevendenden, wellicht doordat men niet op de hoogte is en/of het niet besproken wordt.

Meer lezen? Zie de bijlage onder aan deze pagina voor het hele onderzoeksrapport.

Werk en mantelzorg combineren

Het combineren van werk en zorg is niet altijd makkelijk. Informeer je leidinggevende over jouw mantelzorgtaken en bespreek het zodat er wederzijds begrip ontstaat en je samen kunt kijken naar eventuele ondersteuning.

Welke ondersteuning is er voor mantelzorgers?

Mantelzorg is vaak zwaar en intensief. Dit kenbaar maken bij je leidinggevende geeft ruimte tot begrip en opening tot gesprek om te onderzoeken of er mogelijkheden zijn voor eventuele ontlasting.

Er zijn een aantal regelingen bij de werkgever of via gemeenten die wellicht de balans tussen werk en zorg kunnen ondersteunen.

Bekijk ook het thema [Aan de slag op het werk](#) op Mantelzorgpower.nl

Ondersteuning door de werkgever

Een oplossing kan zijn om jouw werktijden aan te passen aan je behoefte. Of om minder uren te gaan werken. Dat heet flexibel werken. Daarvoor is de Wet flexibel werken bedoeld. Deze wet biedt je de volgende mogelijkheden:

- Aanpassing werkrooster: bespreek de mogelijkheden om je werkrooster aan te passen. Je begint bijvoorbeeld 's ochtends later of je verdeelt je uren over meer werkdagen als dat mogelijk is.
- Plaats- en tijdonafhankelijk werken: vraag jouw leidinggevende of je af en toe op een andere plek kunt werken. Bijvoorbeeld op een andere locatie, of thuis.
- Aanpassing arbeidsduur: vraag jouw werkgever of je (tijdelijk) minder uren mag werken. Je vraagt bijvoorbeeld om een aanpassing van jouw arbeidsovereenkomst, van 36 uur naar 32 uur per week.

Een andere oplossing kan zijn dat je gebruikt maakt van één van de onderstaande verlofregelingen. De mogelijkheden bespreek je met je leidinggevende.

- Calamiteitenverlof (kortdurend verzuimverlof)
- Kortdurend zorgverlof
- Langdurend zorgverlof
- Inzet van een Mantelzorgcoach

Wordt de combinatie werk-privé te zwaar? Dan kun je naast je leidinggevende ook overleggen met de [bedrijfsarts](#) of de [vertrouwenspersoon](#).

Zie ook onderstaande bijlages van deze pagina.

Ondersteuning voor leidinggevende

Werk&Mantelzorg heeft speciaal voor leidinggevende een [website](#) gemaakt waarin ondersteuning wordt geboden hoe je het onderwerp bespreekbaar kunt maken in de dagelijkse praktijk.

Mantelzorg doe je met elkaar (Intervisie)

Vanuit de medewerkerssessie Werk en Mantelzorg, die september jl. heeft plaatsgevonden, is gebleken dat er een behoefte ondercollega's is om over dit onderwerp door te praten en ervaringen te delen. We zullen dit vormgeven d.m.v. een halfjaarlijkse intervisie. Data daarvoor worden nu ingepland en meer informatie hierover volgt via de tijdlijn van Will-E.


Ondersteuning door gemeente en instanties


Bij jouw gemeenten kun je ook terecht voor ondersteuning. Zie de gemeentesite voor informatie over:


- Info en advies
- Emotionele en praktische ondersteuning
- Netwerkversterking
- Lotgenotengroepen
- Regelen respijtzorg
- Aandacht voor jonge mantelzorgers
- Workshops en cursussen
- Trainingen en workshops voor professionals
- Aanbod bedrijven/ werkgevers


Kijk ook bij...

- Landelijke website www.mantelzorg.nl en www.werkenmantelzorg.nl
- www.helpenzorgen.nl
- www.jmz.nl
- <https://www.movisie.nl/respijtzorg-overzicht>
- Voor inzet mantelzorgmakelaar: www.bmzm.nl en www.mantelzorgmakelaar.nl

 2002-MantelzorgNL-Praatp... (/formfile/7178/2002-mantelzorgnl-praatplaat-werk-mantelzorg-lr-pdf?fileId=7178&cm_lg=nl&cm_xsrF=d0ce73f6103012dfdc3ec3ec98)
2 MB | pdf

 Highlights uitkomst WM M... (/formfile/7179/highlights-uitkomst-wm-monitor-vng-pdf?fileId=7179&cm_lg=nl&cm_xsrF=7a8ad37315e1f291713f1f0421)
3 MB | pdf

 Hoe combineer je werk en mantelzorg in tijden van corona.docx
33 KB | docx

 5-valkuilen-en-tips.pptx
701 KB | pptx

Aangemaakt door:



Nicole Spaans

9 november 2020, 23:29

Laatst gewijzigd door:



Nicole Spaans

9 november, 15:15

